

Салихов Б.А.

“Генеративный подход: мировоззрение и психотехнологии для позитивных общественных изменений”

В наше непростое время мы – и как отдельные люди, и как общество в целом – столкнулись с беспрецедентным вызовом. Под угрозой оказалось не только наше будущее благополучие, но, быть может, и само существование.

Как психологи, мы помогаем людям справляться с их индивидуальными проблемами, но, очевидно, накапливаются и остаются не решенными проблемы в обществе. Конфликты, поляризация, нежелание договариваться и многое-многое другое. Мы вряд ли сохраним себя, если не сможем решить эти проблемы. И именно сейчас, как никогда, нам нужны позитивные общественные изменения.

Стивен Гиллиген и Роберт Дилтс создали метод генеративных изменений. Он дает возможность выходить за рамки личных ограничений, находить новые ресурсы, создавать желаемое будущее. Его базовые принципы — центрирование, создание генеративного состояния и работа с творческим бессознательным — показали свою эффективность, как в индивидуальной практике, так и в работе с командами, производственными коллективами.

Но применим ли этот метод к процессам в более крупных сообществах и обществе в целом? Есть ли у генеративного подхода перспектива в создании социальных изменений?

В этой статье изложены размышления о том, что препятствует позитивным изменениям в современном обществе, и какие возможности, какие средства есть в генеративном подходе для создания нашего общего лучшего будущего.

Что именно (какие социально-психологические паттерны) препятствует позитивным изменениям в обществе?

Как и в случае с индивидуальными изменениями, в изменениях общества препятствиями является что-то в (коллективном) опыте людей. Это укоренившиеся у большинства людей шаблоны поведения, коллективные установки и их желание ничего не менять в личных стереотипах мышления.

Что именно мешает нам сейчас? На этот вопрос можно ответить, если знать, в каком направлении меняется (или должно измениться) наше общество. Сейчас нашему обществу необходимо объединиться, чтобы ответить на стоящие перед страной вызовы.

Этому мешает **укоренившаяся** привычка большинства наших соотечественников думать лишь **о себе**, о своем личном благополучии. **Также** мешают страхи, опыт разочарования и пессимизм, не дающие поверить в позитивную перспективу нашего общего будущего. Мешает безответственность – стремление не брать на себя, а свалить на кого-то другого бремя решения общих проблем. Мешает желание отгородиться от происходящих в обществе событий – позиция “моя хата с краю” и традиционная надежда на “авось” (авось **все** само устроится).

Людям, находящимся выше в социальной иерархии, мешает конфликт общественных и личных интересов. А также почти неискоренимая в нашем

государстве безнаказанность за ущерб, нанесенный действиями или бездействием этих людей. И еще много чего другого.

Все это мешает нашему обществу сплотиться, стать единым целым. Мешает нам почувствовать себя причастными единому целому, мешает поставить приоритет интересов общества над личными интересами.

Может ли генеративный подход помочь в решении сложных (системных) общественных проблем?

Да, разумеется, может и должен.

Системная проблема – это проблема, затрагивающая не одного, а многих людей в обществе. Сложная она потому, что включает в себя множество интерпретаций со стороны разных заинтересованных людей, которые противоречат и, зачастую, борются друг с другом.

Методы, развивающиеся в генеративном подходе, способны справляться с такого рода сложностями. Каким же образом?

Во-первых, мировоззрение генеративного подхода содержит идею единства – всеобщей связи всех со всеми. Предполагается, что не только каждая часть (человек) содержит в себе информацию о целом (об обществе), но и каждая часть напрямую на **целое** влияет. А это значит, что мы не только содержим в себе проблемы общества, но, осознавая и решая их, позитивно влияем на общество.

Во-вторых, генеративный подход утверждает, что реальность субъективна. И что все мы воспринимаем реальность по-разному. Это значит, что любая общественная проблема является проблемой лишь в нашей субъективной реальности и в реальности тех людей, которые воспринимают ее похожим образом. А, следовательно, и решена она будет тогда, когда **(все или почти все)** воспринимающие ее люди увидят, каково ее решение.

Генеративный подход имеет инструменты, чтобы помочь и каждому человеку в отдельности, и сразу многим людям решить общественные проблемы в **своих** субъективных реальностях.

И генеративное решение не ограничивается изменением восприятия. Как следствие, оно вызывает изменение и в действиях человека, и в том, как он будет говорить о проблеме с другими людьми. Этим он повлияет на восприятие окружающих людей, и проблема перестанет быть проблемой также и для них. Таким образом, генеративное решение, **словно** кругами по воде, будет распространяться в сообществах людей.

В-третьих, в сложных системных проблемах, как правило, содержится множество конфликтных установок, намерений, интересов и действий людей, составляющих общество. Выявление противоречий, их преодоление и выработка сбалансированного решения – это то, в чем генеративный подход превосходит всякую другую психотехнологию (включая и традиционное НЛП).

В-четвертых, как утверждает генеративный подход, чтобы адекватно понять общественную проблему, надо (в своем сознании) идентифицироваться с обществом. То есть расширить свое внимание, свое я, распространить его на общество в целом. Только так мы сможем почувствовать все скрытые в

общественной системе конфликты и противоречия. И именно в генеративном подходе технология расширения идентичности разработана лучше всего.

Какие из генеративных технологий могут быть использованы для позитивных изменений в масштабе всего общества?

Многие идеи и приемы, используемые в генеративном подходе, годятся не только для решения проблем индивидов, но могут быть пригодны для решения общественных проблем. Скажу только о тех, которые использую лично я. Среди них следующие.

- (1) Идея принятия и позитивного предназначения всех явлений (в том числе тех, которые кажутся нам негативными). **Принятие** негативных явлений дает нам возможность с ними работать, а знание их позитивного предназначения подсказывает направление, в котором данная проблема может быть решена.
- (2) Состояние генеративного транса (или “коач-состояние”), как способ получения неограниченного доступа к ресурсам и ко всей необходимой информации (от бессознательного). В генеративном подходе имеются разные способы получения такого рода состояний и многочисленные варианты их использования.
- (3) Самые разнообразные (в том числе, пошаговые) технологии трансформации опыта, мешающего позитивным изменениям – и индивидуальные, и коллективные.
- (4) Эффективные технологии расширения границ внимания, позволяющие идентифицироваться (объединяться) с общественной системой, проблему которой мы решаем.
- (5) Генеративное мировоззрение, помогающее людям быстрее находить решение не только своих личных, но и имеющихся в обществе проблем, или, во многих случаях, упреждать их появления.
- (6) Генеративная идея всеобщего единства – естественной связанности людей друг с другом. Это идея об обществе и человечестве как целостности. Это идея, порождающая новые способы создания слаженных команд из практически неограниченного числа людей, реализующих общие цели и совместно решающих общие задачи.
- (7) Разнообразные технологии генеративных мастер-майндов, позволяющие группе специалистов всесторонне проработать и создать решение не только чьей-то индивидуальной, но и любой общественной проблемы.

Очевидно, что плодотворных идей, технологий и “ноу-хау” в генеративном подходе вполне достаточно, чтобы браться за решение самых серьезных социальных проблем.

На каких ключевых идеях и принципах основывается генеративное мировоззрение?

На данном этапе разные специалисты формулируют **генеративное мировоззрение** по-разному. Скажу, как его понимаю я.

- (1) **Вселенная – это самая большая система, холон, включающий в себя все.**

Вселенная подобна живому организму. Мы являемся частями (клеточками) единого организма (Вселенной).

Мы можем не осознавать того, но все мы связаны с Вселенной (как и с людьми, с природой) многочисленными связями. И, конечно, никто из нас не мог бы прожить в отрыве от нее ни дня.

В данной метафоре важно понимать, что мы (клеточки) реализуем в своей жизни не **столько** собственную индивидуальную волю, **сколько** намерение всего организма (Вселенной). Поэтому важно уметь осознавать ее намерение.

Намерение Вселенной – это процесс, который (независимо от нашего желания или нежелания) разворачивается в нашей внешней или внутренней реальности. Намерение – это тенденция (направление изменений), которую нужно обнаружить и принять, а не пытаться подменить своей индивидуальной волей.

Намерение Вселенной – развиваться, то есть улучшать себя и все в себе. Вселенная развивается вместе с нами и через нас.

И Вселенная, и наша индивидуальная жизнь есть процесс, **в котором** все связано со всем. То, что происходит с нами, связано с тем, что происходит с другими людьми, и с тем, что происходит в природе (во Вселенной).

Так, наше позитивное или негативное состояние влияет на то, что будет происходить в нашем окружении. А процессы, происходящие во Вселенной, вызовут последствия в том, что будет происходить с человечеством или, непосредственно, с нами.

(2) Во всем, что с нами происходит, есть позитивный смысл.

Происходящие с нами события направляют нас и подсказывают, что мы должны делать.

В каждом событии есть “послание” от Вселенной (полезная для нас информация, которую можно осознать). Осознание послания дает нам ясность и устойчивость в любых, даже самых сложных ситуациях.

У каждого человека имеется уникальное предназначение и смысл жизни, определяемый не **столько** им, **сколько** Вселенной.

В процессе **реализации** предназначения **человек** получает уникальный опыт, представляющий ценность и для Вселенной, и для развития всего человечества.

Так, свое предназначение можно осознать, но нельзя по собственной воле заменить его каким-то другим.

Вселенная заботится о каждом человеке и ведет (каждого) к реализации его предназначения.

(3) И каждый из нас, и человечество в целом не одиноки в этом мире.

Что бы ни происходило на нашем жизненном пути, Вселенная помогает нам. Для каждого из нас у нее есть позитивный замысел и все необходимые нам ресурсы.

Позитивный замысел Вселенной мы можем узнать, например, в тот момент, когда задаемся вопросом о смысле происходящих в нашей

реальности событий. Или тогда, когда размышляем о собственном предназначении.

Принимая ее замысел, мы становимся сильнее, приобретаем устойчивость, отвергая – обрекаем себя на неудачу.

(4) Реальность субъективна. Она принадлежит тому, кто ее воспринимает.

Вселенную в том виде, какая она есть (за пределами нашего восприятия), невозможно ни представить, ни описать.

Наша субъективная реальность производится действием органов чувств нашего тела. Вселенная создает ее в нашем восприятии с намерением дать нам значимый опыт для реализации нашего предназначения.

Реальность есть процесс. Создание и изменение реальности – постоянно происходящий в нас генеративный (творческий) процесс.

Творчество – это “поток” – направляемый Вселенной процесс перенастройки физиологических фильтров восприятия, создающий в нашей (сначала ментальной, а как следствие и в физической) реальности нечто новое.

Кроме индивидуальных реальностей могут быть и совместные реальности в группах людей. Они возникают в процессе взаимодействия людей и нужны для согласованности их действий. Совместная реальность является, по сути, результатом соглашения между людьми. Она так же субъективна, как и индивидуальная.

Например, в слаженных спортивных (или боевых) командах обязательно есть разделяемая всеми ее участниками совместная реальность.

Каждый человек имеет в своем сознании как индивидуальную, так и совместную (с другими людьми) реальности. Он балансирует между ними, старается примирить их в своем сознании – решить возникающие иногда между ними конфликты.

Так, конфликт общественных и личных интересов есть пример такого дисбаланса.

(5) Глобальный мир (мировой процесс) есть взаимодействие всех субъективных (индивидуальных и коллективных) реальностей друг с другом.

Основной смысл этого взаимодействия – поиск баланса между точками зрения, разрешение конфликтов между ними и развитие (то есть улучшение) субъективных реальностей в ходе этого процесса.

Войны, соглашения, поиск баланса интересов, объединение и разделение государств – не это ли составляет основу всей мировой истории и политики?

Вселенная создает в наших реальностях ситуации, где разные точки зрения сталкиваются и изменяются в ходе столкновения. Вселенная развивается в этом процессе, а вместе с ней развиваемся и мы.

(6) Наше “истинное я” – это Вселенная.

Наше привычное “я” есть результат отождествления с какой-то частью нашей субъективной реальности.

Например, с телом или с интеллектом, или с бизнесом, или с социальным статусом....

Но это “условные я”, поскольку они являются результатом нашего решения и могут быть изменены. Истинное “я” шире условного, оно включает в себя всю нашу реальность и даже больше – того, кто ее создает. “Истинное я” – это Вселенная, создающая и развивающая нашу реальность.

“Истинное я” всех существ одно и то же.

Так, на уровне “истинных я” все мы друг с другом объединены и представляем собой единое целое – человечество.

Что генеративное мировоззрение может дать для нашего общего лучшего будущего?

По моему мнению, генеративное мировоззрение призвано расширить восприятие **людьми их** собственной жизни. Оно обращает **наше** внимание на **нашу** связь со всеми людьми и со всем, что есть в окружающем мире.

Оно побуждает людей к осознанию своего предназначения и помогает найти во Вселенной опору (поддержку) в реализации предназначения.

Генеративные идеи дают нам возможность понимать позитивный смысл не только тех событий, которые случаются с нами, но и усматривать его в общественных и в мировых процессах. Это помогает нам сохранять устойчивость и служит прочной опорой **в это** очень сложное и, как иногда кажется, опасное время.

В генеративном мировоззрении **содержится уникальное** и весьма продуктивное понимание творчества. Творчество – это включенность **в “поток”** – во **всеобъемлющий** вселенский генеративный процесс создания и улучшения **наших** реальностей. А вместе с этим – и в процесс улучшения нас самих (наших личностей).

В целом, генеративное мировоззрение **дает нам** оптимистический взгляд и на внутренние, и на мировые процессы, как на процессы, **способные привести нас в** лучшее будущее. Также оно служит **необходимым** основанием для применения эффективных генеративных психотехнологий **к задачам** индивидуальных и общественных изменений (к решению индивидуальных и общественных проблем).