

**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, развиваемые 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 имеющих 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 внутриличностные, 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).