

1

Самоизоляции и театрализованные, психолингвистические, языковые игры в качестве стратегии самоорганизации

Семенова АИ, педиатр, психотерапевт, иммунолог, доктор наук в области «Регуляция в биологических системах» Международной академии МАИСУ, действительный член ОППЛ РФ, автор метода и руководитель модальности Целебная творческая психолингвистика в ОППЛ

2

Предлагаю к обсуждению рассмотреть феномен самоизоляции человека современной информационной эпохи (не только во время карантина), а также -- транс-адаптивную стратегию театрализованных, психолингвистических, языковых игр. Человек информационной эры рассматривается с транс-дисциплинарных позиций. А глубинная суть языковых игр представлена на основе проработки метода целебная творческая психолингвистика.

3

Начнем с сегодняшних событий, связанных с новой вирусной пандемией. Человек в момент вынужденной самоизоляции получает стресс. Включаются неспецифические защитные реакции организма, организуемые нервной и эндокринной системой. При продлении этой ситуации включается следующая фаза реакции -экзистенциальной фрустрации, тревоги, связанной с осознанием конечной данности. Всплывают экзистенциальные страхи одиночества, бессмысленности, беспомощности перед конечными данностями и бессознательная потребность в их преодолении. Человек испытывает структурный, сенсорный, смысловой, энергетический голод. Специфичность реакции зависит от состояния индивидуальной и личностной уязвимости и от степени самоорганизации организма человека, соразмерного тезаруса знаний о бытия, жизнедеятельности, от уровня осознанности, понимания своего места в нем.

4

Рассмотрим феномен самоизоляции с позиции экзистенциально - гуманистической и глубинной психотерапии. У каждого времени свои особенности, свое отношение к жизни и соответственные методы психотерапии. Страдания войны вызвали внимание к конечным данностям. Одиночество изолированность, изначальная и неодолимая обособленность существования в экзистенциализме- видовая данность человека. Тревога, связанная с осознанием конечных данностей, включает не адаптивные защитные механизмы. Просветленное страдание заключается в умении духа преодолеть страх путем обретения смысла в творчестве и осознанного отношении к себе и судьбе, умения выбрать свой путь. Принятие на себя ответственности и организация осмысленного состояния - уникальное свойство человека.

5

Каков основной конфликт человека в наше время? Основные экзистенциалы прошлого, боль, вина, страсть уходят в тень по сравнению с новыми психологическими данностями, такими, как скука, тоска, бессмыслица, безверие, пожалуй, и безлюбивность. Общественные явления как семиотизация и симуляция бытия, тотальная ложь. Люди строят отношения с собой, другим, социумом, природой, Универсумом и самые трагичные- это отношения с собой, непонимание своей сущности, данности, природы. Все мы живем в новом, глобальном, постиндустриальном мире, с которым связывают потерю традиционного уклада, реконструкцию социального порядка, духовный и нравственный кризис. С удивлением наблюдаем, как быстро происходят изменения не только в мире, но и изменения самого человека и даже изменение климата. Планета меняется по отношению к нам. Все это нам предстоит осмыслить.

6

Информационная эра или эпоха началась в 80-е годы XX века. когда аналоговые технологии сменились на цифровые, двоичные (да-нет). Информационные компьютерные технологии базируются на электронике и генной инженерии. Происходит трансформация в процессах идентификации и культурных практиках. Нет войны и физического уничтожения, но есть ползучий процесс внутреннего генетического перепрограммирования, подтачивания природных основ человека. Сущность эволюционного самоизменения человека-это изменение внутренней природы самоорганизации а вместе с тем- души и сознания. Искажаются его энергетические связи с миром Вселенной.

7

Извечно обсуждается вопрос о взаимодействии человека с тонким миром. Человек всегда опасался своего бессознательного как бездны, пока на практике не убедился, что подсознание обогащает его, а истинная бездна - это иллюзорное Эго, многократно помноженное в социуме. Социум открыл перед человеком бездну сомнений, неуверенности в себе. и практику манипуляции общественным мнением, искусственного перемещения грязного и недопустимого в обыденное явление (процесс «расчеловечивания человека» (вспомним «Окна Д. Овертона»). В ведической культуре практикуются способы духовного и энергетического восстановления здоровья. В языческой культуре, богатой ритуалами, мифология передавала знание об опыте человечества во взаимодействии с природой. Народный фольклор был способом гармонизации, оздоровления. Древние мистерии Египта и Греции разыгрывались как театральное действо. Человек овладел абстрактным мышлением и наука пытается ответить на вопросы: что такое информационный мир

и сам человек как информационная система. Однако в вопросах оздоровления мы обращаемся к своим истокам, к своей бессознательной, природной сущности.

8

Обратимся к феномену жизнестойкости при вынужденной самоизоляции. Р. Лазарус и С. Фолкман предложили понятие о копинг-стратегиях. Копинг-стратегии (КС) или стратегии совладания, основанные на сознательном усилии, это- конкретные действия для регуляции субъективно переживаемого эмоционального и интеллектуального напряжения, с целью оптимальной психологической адаптации к внешним обстоятельствам. КС-это вариант осознанного и целенаправленного поведения в трудной жизненной ситуации, адаптивные формы поведения которые поддерживают равновесие в проблемной ситуации. Это- способы психологической деятельности и поведения, выработанные сознанием и направленные на преодоление ситуации. Проблемная ситуация—это сложная, неопределенная, противоречивая, стрессогенная, превышающая на первый взгляд личностные ресурсы (требует больше затрат, чем это кажется возможным для человека).

9

Исследователи предложили понятие о эмоциональных, когнитивных, поведенческих копинг-стратегиях. Эмоциональные стратегии: оптимизм и уверенность в себе, протест по отношению к судьбе, эмоциональная разрядка, подавление эмоций в себе, самообвинение, агрессивность, покорность, состояние безнадежности, пассивная кооперация, снятие ответственности с себя, фантазирование, молитва, написание дневников, слушание музыки, стратегия избегания.

Когнитивные стратегии: растерянность, игнорирование, смирение перед судьбой, религиозность (как угодно богу), отвлечение и переключение мыслей, сохранение самообладания или апломба, философия стоицизма, придача смысла опыту, установка на личностную ценность (справлюсь со всем, не поддамся), самоуважение (более глубокое осознание собственной ценности), поиск соответствующей информации, попытка изменить масштаб событий, извлечь уроки.

10

Поведенческие стратегии: отступление и изоляция, отвлечение и погружение в дело, активное избегание мысли о неприятностях, обращение к людям за помощью, сотрудничество со значимыми людьми, альтруизм и помощь другим, компенсация и расслабление с помощью алкоголя, вкусной еды, конструктивная активность (осуществление давней мечты), физические нагрузки, занятия спортом.

Э.Хейм распределил копинг-стратегии на адаптивные, относительно адаптивные и не адаптивные. Конструктивный способ- переосмысление ситуации, нахождение

позитивных аспектов, проблемный анализ, формирование положительных отношений к ситуации, поиск ее решения, сотрудничество.

11

Фокус внимания может быть на проблеме, сопутствующих эмоциях, самооценке, социально-психологическом окружении. Копинг-ресурс: уровень интеллекта, адекватная Я-концепция, позитивная самооценка, социальная компетентность, позиция по отношению к жизни, смерти, вере, любви, ценностная мотивационная структура личности, эмпатия, интернальный, внутренний локус контроля (принятие ответственности, энергия направлена внутрь себя), аффилиация (потребность в создании теплых, доверительных, эмоционально значимых отношений) активность личности в преобразовании внутреннего мира использование юмора. Творчество относится к транс- адаптивным стратегиям.

12

Рассмотрено различие между механизмами психологической защиты, на бессознательном уровне, с вероятностным искажением объективного представления ситуации и копинг-стратегиями на сознательном уровне. Формируемая последовательно адекватная оценка ситуации направлена на восстановление отношений личности с окружающим миром. Копинг-стратегия может осуществляться на разных уровнях: уровне психосоматического, нейрофизиологического реагирования, на уровне абстрактного умствования или ценностно-смысловой сферы, занимающей центральное ключевое положение в системе регуляции в целом. Ценности и смыслы рассматриваются как функциональные характеристики многомерной системы человек, как регулятивное начало в универсальной взаимообусловленности: личность-сознание-деятельность.

13

Рассмотрим человека с позиций синергетики, как высокоорганизованную, открытую, неравновесную, нелинейную систему, с процессами циклического функционирования, когда спокойный период развития сменяется хаотичным. В период бифуркации происходит качественная перестройка системных связей модели. Так же, как при болезни, важен не столько сам факт заболевания, как качество состояния в период выхода из бифуркации. Очень важно, чтобы период этот прошел осмысленно, упорядоченно и в творческом состоянии сознания. Здесь под творчеством понимается упорядоченное саморазвитие, внимание к информационным смысловым сигналам.

Информационные системы постоянно стремятся к более высокой самоорганизации, используя механизм бифуркации для подзарядки энергией. Бифуркация- «пружина» в эволюционной спирали, способная придать ускорение.

Критический, сакральный момент бифуркации описан в религии как исторический факт. Это прослеживается в христианской, иудейской концессии: обсеменение (идеями), вынашивание, жертвоприношение, смерть, воскрешение, возрождение в новом качестве. Этапы этого процесса обыгрывались в мистериях.

14

Ярко, наглядно и красиво механизм творческой бифуркации описан искусствоведами, использующими сведения о самонаблюдении ведущих актеров за этапами и механизмами формирования творческого процесса в книге «Актер и его альтер-Эго». Творческому процессу предшествует большая образовательная и личностная самоподготовка. Далее начинает действовать интуиция и наступает собственно момент творчества (бифуркации, преобразования в новое качество). Открываются естественные в обычном состоянии преграды между разными уровнями сознания. Содержание памяти подсознания и энергия, хранимая в бессознательном, становятся доступны рабочему сознанию и поступают в его распоряжение. От гибкости, чувствительности, восприимчивости актера, от богатства его подсознания зависят как ассоциативная память, так и свобода в обмене содержанием между разными уровнями сознания. Необходимый способ реагирования обеспечивается организмом энергетически. Меняется вся психофизика актера. Из этого поединка, душевного кризиса, он выходит обновленным. Его личность обогащается. Но прежде, в творческий период (бифуркационной неопределенности) он жертвует своим устойчивым самосознанием (достижением интеллекта) в пользу поиска самосознанием нового образа. Этот процесс назван воспитанием своей бессознательной природы. Человек не боится своего подсознания, жертвует интеллектом, готов выйти за пределы зоны комфорта, готов к неопределенности и в результате обновляется, заново рождается в новом качестве.

15

Жизнестойкость- интегративное качество личности, система установок и убеждений о мире и себе, позволяющее выдержать ситуационный стресс и сохранить внутренний баланс и гармонию. По ДА Леонтьеву, это- мера преодоления личности самой себя. Жизнестойкость включает в себя такие черты личности, как вовлеченность в ситуацию, контроль или ответственность в выборе пути, сознательное принятие риска в ответ на вызовы жизни, трансформировав риски в возможности человека. Жизнестойкость связана с самоорганизацией. Самоорганизация включает: самозарождение из совокупности элементов целостных объектов, поддержание определенного уровня организации при изменении внутренних и внешних условий, способность накапливать и использовать прошлый опыт и развиваться, с последовательным переходом из 1 неравновесного состояния в другое, с повышением организованности системы. Самоорганизация—процесс, в ходе которого создается,

воспроизводится или совершенствуется организация сложной динамической системы, за счет внутренних факторов, без внешнего специфического воздействия. С появлением ее нового качественного уровня происходит смена типа гомеостатической саморегуляции.

16

Самоорганизация возможно только для систем с большим уровнем сложности. Особенность процесса самоорганизации: целенаправленный, естественный, спонтанный, автономный, протекающий при взаимодействии системы с окружающей средой, но относительно независимый. Итог процесса- возникновение целостной системы со специфическими закономерностями.. Прежнего представления о вертикальной, гомеостатической нейро-эндокринной саморегуляции не достаточно, так же как недостаточно представления о линейной саморегуляции человека. Процесс самоорганизации включает горизонтальную психо-имунно-генетическую линию саморегуляции. В зависимости от того, как пройдет процесс перегруппировки сил, результат бифуркации может быть двойкий: восстановление и упрочение информационных связей или аннигиляция, саморазрушение. Механизм бифуркационного напряжения и неопределенности, с рождением нового качества-- общий для всех информационных систем. Вселенский процесс создания новых форм из хаоса отражается в человеке и осознается им как творческий процесс.

17

В конце 90 г предложена Трансдисциплинарность как призыв найти общий язык для взаимопонимания технических, естественно-научных и гуманитарных дисциплин, ориентируясь на общемировые фундаментальные законы. Трансдисциплинарность-это способ познания мира, дающий возможность свести все знания человечества в согласованную науку, основанную на едином комплексе понятий и метаязыке. Универсальная система понятий, знаков, символов, моделей, направлена на создание единого типа описаний объектов и изложения взаимосвязанных событий в картине единого мира. Метанарратив формируется в процессе философского переосмысления общих понятий и категорий, которые необходимы для описания картины единого мира. Это зависит также от уровня систематизации и развития дисциплинарных знаний и мультидисциплинарных подходов. Коротко обозначим новое видение.

18

Человек- информационно--энергетическая экобиосистема (см .экология).

Человек-неравновесная , нелинейная, открытая, диссипативная система (см. синергетика).

Человек- живая, одушевленная, творческая, феноменологическая, избирательная, тонкоспецифичная информационная система, имеющая код для саморазвития (см. иммунология). Человек- семиотическая и символическая, семантическая, интеллектуально- чувственная система(см. психолингвистика).

Философ Э. Кассирер писал: «Человек живет не только в физическом, но и символическом универсуме. Язык, миф, искусство, религия-- части этого универсума. Те разные нити, из которых сплетается символическая сеть, сложная ткань человеческого опыта, весь человеческий прогресс в мышлении и опыте утончает и одновременно укрепляет эту сеть».

19

Наука не изучила быстро меняющегося человека информационной эпохи и не может оценить глубину и направленность самоизменений. Поэтому глубинную психотерапию интересует все данные о внутренней сущности человека и его связи с Универсумом. Мы имеем век синергетики, кибернетики, психоиммуногенетики, семиотики, информациологии, психолингвистики и, возвращаясь к архаическому прошлому, век изучения души человека. Чтобы понять человека как информационно-энергетическую биоэкосистему, нам надо понять, как связана биологическая, духовная и информационно-энергетическая сущность человека. Семиотика, наука о знаках и знаковых системах, о изучает жизнь человека в среде знаково-символических систем. Окружающая знаково-символическая система влияет на психическую упорядоченность и уровень развития сознания. Информация завоевала онтологический статус рядом с материей и энергией и оказывает осязаемое влияние на процессы жизнедеятельности и самоорганизации. Человек Разумный должен справиться с новым вызовом.

20

Биосемиотика исследует знаковые системы всех уровней организма: от молекулярно-генетических (генетический код), внутриклеточных (сигнальные пептиды), межклеточных (медиаторы, иммунные взаимодействия), внутриорганизменных (гормоны рефлекторные реакции) до межорганизменных (феромоны аттрактанты) и социальных систем (АЕ Седов 2002г). Человек, которого вовлекает и несет информационный поток, должен обрести способ работы с информацией: умение принимать, сохранять, трансформировать, передавать, кодировать, интерпретировать. Предмет изучения в психосемантике- принцип формирования и функционирования персональной системы значений,

которые отражают процесс мышления, восприятия, памяти. Психолингвистика объявила язык феноменом психики, и связала воедино изучение языка, мышления, сознания, создала ракурс для изучения когнитивных, познавательных процессов, а также изучения звуков, знаков, символов. Если лингвистика-это наука о языке, то психолингвистика- наука о человеке в языке, о речевой деятельности человека. Как- философская и системная научная дисциплина, она связала понятие о психике-душе и языке-слове-Логосе. Основанная на многовековом языкознании, она изучила коммуникативную, когнитивную, интегративную функцию языка и приступила к изучению его в человеческом измерении.

21

Язык называют домом Бытия и домом духа (М. Хайдеггер). С языком связано развитие культуры, искусства. С языком связана этническая память и ментальность народа. Языкознание разделено на множество частных дисциплин, изучающих отдельные аспекты развития общего знания. Психолингвистика ввела понятия «языковая личность, языковая картина мира, языковое сознание». Она включилась в рассмотрение вопросов о связи, родстве/сходстве, взаимозависимости человечества и всего живого, о психических, информационных и энергетических процессах, имеющих место, когда мы порождаем и воспринимаем речь, об уровнях категоризации и репрезентации мира субъекту. Но все самые глубокие философские понятия человечество всегда отработывало сначала на «наивном» уровне фольклорного творчества, в основе которого лежит глубокая интуиция. Определилась область изучения с помощью языка информационных, когнитивных, коммуникативных, культурных, этнических и других процессов. Человек стал постигать новую природу отношений с языковой системой.

22

Основным методом оздоровительной работы с детьми являются игры. В новом информационном глобальном мире насущной потребностью является умение творчески работать с информационным пространством. гибкая адаптация к меняющейся ситуации, развитие коммуникативных способностей и углубленное, образно-символическое мышление. Автором сделано изобретение способа психофизической тренировки, основанной на использовании всех звуков родной речи (государственный патент № 2215475, 2002г). Формула изобретения: Способ психотерапевтической гимнастики, включающий выполнение упражнений, связанных со всеми звуками алфавита родной речи, отличающийся тем, что каждый звук алфавита связывают с определенным природным образом, психоэмоциональным состоянием,

способом движения и дыхания и при проведении гимнастики воспроизводят звуки алфавита выполнением соответствующих им движений и действий, инициируют возникновение у человека соответствующего произносимому звуку зрительного, слухового, кинестетического образа, с фиксацией внимания на процессе дыхания и его функциональных элементах. Дыхательный процесс формируется под влиянием ментально и эмоционально переживаемых звукообразов, произнесением звуков речи, с типированием способа дыхания для каждого звука. При этом используют элементы дыхательной практики: задержку, замедление, затруднение, поверхностное дыхание». Работа со звукообразами легла в основу исследовательской программы при создании метода целебная творческая психолингвистика.

23

Целебная творческая психолингвистика идентифицирует себя с направлением психолингвистической, глубинной психотерапии. Методология строится на базе философии человеческого бытия и философии языка, герменевтики, феноменологии. Меж- и трансдисциплинарная теория позволяет интегративное, осмысленное знание о природе самоорганизации человека и природе его души. В языковых интерактивных играх продолжена традиция многовекового исследования такого таинственного феномена и вечного символа как живая азбука речи. В работе со звуко-образами формируется понятие о знаково-символических системах. Человек постигает подлинную ценность своего бытия в расширенном, углубленном, творческом состоянии сознания.

24

Целебная творческая психолингвистика пытается раскрыть внутреннюю суть языка, как самостоятельной языковой системы, установить ее системные связи в живом, высокоорганизованном организме человека, способы творческого действия при формировании с помощью языка цельной психо-энергетической картины мира . отраженной в сознании и бессознательных структурах идентифицирующей себя личности. Психолингвистика основана на изучении присущего человеку речевого феномена. Не просто коммуникативной способности, а связанного с речью проникновения человека в мир бессознательного, в качестве утонченного, информационного существа, способного взаимодействовать с энергиями и информацией и изменять структуру и содержание бессознательного, защищать тождественность, причастность человека духовному миру.

25

Л. Витгенштейн, предложивший лингвистическую философию и языковые игры, дал их классическое определение. Языковые игры- это целое, состоящее из языка и всех видов деятельности, с которыми он сплетен. Как отражение форм жизни, такая игра многолика, вездесуща, проникает во все сферы жизни. Они обыгрываются, как отдельные акты или сцены, на основе конвенциональных правил, в которых участвует говорящий. Языковая игра освоила все языковые уровни: фонику, словообразование, лексику, синтаксис, имеет эстетическое задание. Языковая игра- функциональная единица лингвистического поведения, формирующаяся на основе intersubjectивного опыта. По Г.Г. Гадемар: языковые игры- онтологическая категория, в которой уделяется внимание лингвистической природе человеческого опыта; способ существования бытия, способ самопонимания.

27

Языковая игра-универсальная семантическая среда, в которой осуществляется понимание. Это -методологическая модель для понимания. Она позволяет открыть через самих себя то, о чем говорят наши культурные, этнические традиции и принципы. Языковая игра-- отражение социальной действительности, процесс взаимного согласия, взаимопонимания в диалоге. Возможность диалога вытекает из начальной сопричастности. Языковая игра вовлекает в свою сферу и сообщает свой дух. Игра- иной тип познания истины, чем научная модель. Существуют разные виды языковых игр, так или иначе связанные с манипуляцией сознанием и несущие суггестивный, комический, медитативный, магический эффект. Их характеризуют как «намеренное сознательное нарушение форм речевого поведения, основанное на продуманном нарушении системных отношений языка, с использованием ресурсов всех языковых уровней». Это могут быть каламбуры, балагурство, прибаутки, небылицы, жаргонизмы, молодежные сленги. Они выражают модель особого поведения, нестандартного отношения к происходящему.

28

Их отождествляют с поэтической функцией языка, где особое значение приобретает звуковая организация контекста (аллитерации, ассонанс). Языковая игра- творческое, не стандартное, не каноническое использование языковых единиц и категорий для создания остроумных высказываний. Определение игры психологами. *«Игра- само серьезное дело в жизни человека. В них заключена квинтэссенция жизни. В игре*

человек, житель многих миров, утверждает себя как живое существо, со всеобъемлющими связями». Игра-это внутренне свободная деятельность, формирующая образ действий в заданной ситуации, реализуемая в виде творческого эксперимента. Отличие психофоносемантических, интерактивных языковых игр в их открытости, динамизме, кооперации внутреннего и внешнего действия, раскрытии творческого потенциала, внутренних ресурсов организма. Они направлены на самоисследование, самоорганизацию, самоидентификацию.

29

Целебная творческая психолингвистика- это психотерапевтическая практика, построенная как творческая, личностно окрашенная, языковая игра на психофоносемантической основе. Психофоносемантическая, интерактивная Языковая игра соединяет духовную, душевную и физическую природу человека, показывает многоплановость, многофункциональность человека, проявленность и непроявленность бытия. Игровая основа метода связана с художественной проработкой дыхательно-энергетических звукообразов. Организуется сквозное действие, где природный и игровой образ, ощущение действующей атмосферы, психо-эмоциональное и цветное восприятие состояния, качественные особенности дыхательного процесса и психологических жестов, соответствующая мимика и артикуляция (способ и место звуко-и голосообразования, место насыщения звука) дополняют друг друга. Все направлено на раскрытие психологического смысла, энергетики и внутренних ритмов состояния.

30

Практическая сущность метода творческой, психолингвистической терапии заключается в проведении, по определенным правилам, звуковой, языковой, интерактивной игры, в инициации творческой, медитативной атмосферы и включении активного воображения при создании звукообразов, в организации сценического, творческого, коммуникативного действия; в наблюдении за процессом каждого участника, с обсуждением смысла каждого, душевного и физического, действия и движения во время и по окончании игры. Правилom игры является организации и структурирование общего психологического поля по принципам психосемантики. Для анализа психических категорий и моделирования системы восприятия, представлений и значений строится субъективное семантическое пространство. Живой моделью его стали дыхательно- энергетические звукообразы, построенные при смысловом постижении звуков и знаков азбуки русского языка. Раскрывая смысл и содержание звукообразов, мы познаем себя в живом,

конкретно переживаемом действии. Звукообразы помогают структурировать психологическое пространство при психотренинге. *Участник игры получает задание мысленно и чувственно войти в атмосферу звукообраза и провести ряд действий, каждое из которых выражает опыт человека в восприятии ситуации, эмоций, привычный способ осознания и проявления себя, способность к целостному мировосприятию. Появляется новый опыт общения с бытием.*

31

Звуки и звукообразы направляют, канализируют творческую энергию, несут смысловые сигналы для переключения информационно-энергетических программ. Целью этих игр является знакомство с азбукой самоисследования, самоидентификации и самоорганизации при расшифровке смыслового кода азбуки родного языка в живом действии. Звуковые языковые интерактивные игры- в потенциале несут ответ на бесчисленные вопросы, которые возникают у человека при изучении процесса самоорганизации и тонких струн человеческой души. Растянутая во времени самоидентификация протекает более интенсивно, организовано и целенаправленно в творческом эвристическом, игровом режиме. Процесс качественного преобразования (бифуркации) включает механизмы катарсиса (самоочищения), инсайта (озарения, прояснения сознания) и восстановления и усложнения информационных связей между элементами системы.

32

Азбука русской речи-культурный символ, который объясняет уровень взаимодействия тела, души, духа, персональный личностный уровень. Предложенная система психобиотипирования звуков алфавита опирается на способы психофизиологического восприятия и воспроизведения звуков и производных из них звукообразов. Звук проводится по всем каналам чувственного и физиологического восприятия, со вниманием к нюансам дыхания, движения, звукообразования, артикуляции. *Мы акцентируем внимание на звуке речи как информационном динамическом стимуле, факторе малой интенсивности, активизирующем живую систему самоорганизации человека.* Обратимся к новому понятию об антропогенезе. Мы представляем человека как информационно-энергетическую, эко-биологическую систему, отличаются способностью к самоорганизации и взаимодействию по комплиментарным каналам. Звук речи - фактор малой интенсивности, действует на живую систему как комплементарный и иконический сигнал. Он имеет родство к живой системе (как ключ к замку) и включает ее собственную активность. Звук, невербальный смысловой информационный сигнал ниже порога осознания. Он действует непосредственно на подсознание человека.

Рассмотрим расширенное представление о воздействии звуков и звукообразов, закодированных в знаках азбуки, на живую информационную систему.

33

Звук речи - волна и частица, квант энергии и потенциальный процесс.

Звуки алфавита - смысловые, структурные энергетические знаки.

В звуках заключена генетическая сила рода.

Звук, фактор наибольшей информационной связности, имеет широкие психоэмоциональные и физиологические связи.

Звук имеет природную основу и обусловлен стоящим за ним образом. Формирование образа есть творческий психологический акт.

Звук-речи чувственный представитель ментального знака.

Звук обладает потенциальной природной информационной энергией, которая может быть развернута в систему для изучения принципов бытия и жизненных принципов человека.

При произношении звук структурируется подвижными органами артикуляции, дыхательными, голосовыми, резонансными процессами. . Человек осознанно воспринимает слово и неосознанно - его звуковое содержание. Сила действия слова во многом обусловлена звуковой композицией.

34

Звуки- знаки алфавита родного языка- это поле коллективного бессознательного, в котором заложена информация о генетически целесообразной организации эмоциональной сферы человека. Объясняя действие звука, следует обратить еще внимание на эффект синестезии. Эффект сквозного действия связан с транспозицией одних видов ощущений в другие. Мы не только слышим звучание, но можем определить цвет звука.

Звуки речи, соответственно их природной функции, мы преобразуем в звукообразы. В филологии звукообраз- это художественный образ, усиленный средствами звукописи, в которой используются приемы усиления звуковой выразительности. Аллитерация- повторы согласных, ассонанс-гласных звуков. «Город грабил, греб, грабастал..», «Звени, звени, золотая Русь!». «Русалка плыла по волне голубой, окаймляема пенной луной. И хотела она доплеснуть до луны серебристую пену волны». Соответственно подчеркнуты звуки Г, З, Л. В «Бородино» трансцендентный смысл помогает раскрыть повторный звук У. «У наших-ушки на макушке. Чуть утро осветило пушки и леса синие верхушки- французы тут как тут».

Психолингвистика и фоносемантика показали, что звук имеет смысл. Звук, преобразованный в звукообраз, как информационный и смысловой конструкт, позволяет организовать звуковую и языковую игру в живом, интерактивном действии. Автором, во взаимодействии с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, совместно проведен ассоциативный, психолого-педагогический эксперимент по изучению воздействия звуков речи на процессы самоорганизации ребенка (включая дыхательный процесс, психо-эмоциональную сферу). Изучена психологическая модель интерактивной, коммуникативной игры в насыщенном семантическом пространстве азбуки, структурируемом звукообразами.

35

В играх со звуками и звукообразами постепенно формировался Театр звуков. Звуки речи типированы в феноменологическом наблюдении за живым действием, ими инициированным и непосредственной, спонтанной, органичной реакцией детей в ответ на семантический и информационный стимул. Звук проводится по всем каналам чувственного и физиологического восприятия, что позволяет обратить внимание на все нюансы эмоционального состояния, дыхания, движения, звукообразования. *Подготовлены таблицы феноменологического психо-биотипирования, раскрывающие смысловое содержание звуков речи.* В них отражены общий эмоциональный тон, ощущение состояния, тип движения, особенности дыхания, психо-эмоциональное чувство, энергетическое действие, цветовое восприятие звука, способ и место образования, насыщения, интенсификации, качество исполнения звука, сонорные, тональные особенности.

36

Работа со звуками и их образами позволяет наблюдать тонко дифференцированную реакцию на семантические сигналы разного качества. *Структурно — функциональные упражнения, проводимые при художественном, игровом воплощении звукообразов, с многообразием информационных, психических, эмоциональных, телесных, дыхательных элементов абсолютно органичны для выполнения указанной работы.* Использование тонких невербальных сигналов и включение активного воображения при создании звукообразов позволяют организовать творческий процесс. Игровая основа метода связана с художественной проработкой дыхательно-энергетических звукообразов. *Звукообраз – онтологически универсальный, смысловой, личностный, теоретический конструкт в языковых играх. В семантическом поле алфавита мы постигаем звукообразы как наиболее активные фигуры, структурирующие информационное, жизненное, психологическое, когнитивное пространство.*

Процесс исследования звукообразов включает следующие функциональные элементы: смысловая сущность звука; природный и игровой образ звука (мыслеформа); способ формирования звука; цветовое восприятие ситуации;

ощущение состояния в атмосфере данного звука; тип движения и действия; особенности дыхательного процесса; психо-эмоциональное чувство; энергетическое действие; ожидаемый оздоровительный эффект. Организуется сквозное действие. В процессе которого все вышеперечисленные элементы дополняют друг друга. Ментальное представление о знаке дополняется чувственным восприятием звука. Звукообразы отражают атмосферу, в которой они рождаются. Они являются визитной карточкой состояний в специфических ситуациях. Представляя их в действии, мы используем код соответствия между духовной, ментальной, эмоциональной, физическими сферами. Для выполнения цельного, сквозного действия нужно тренированное умение работать не только с логическим разумом, но со всеми уровнями сознания и бессознательного.

37

Работа со звукообразами означает работу с мыслью, памятью, вниманием, воображением, эмоциями, энергиями души и тела, сенсорными и кинестетическими ощущениями, мышечным тонусом и пластикой, тонкими мышцами звукообразующего комплекса, дыхательным процессом. Звукообразы, соответствующие всем звукам алфавита, помогают рассмотреть широкий спектр эмоций в чувственном, телесном, сенсорном, психологическом, нравственном, символическом восприятии, освоить в игровой форме разнообразные способы поведения и мышления. Между абстрактными знаками виртуального мира и их внутренним смыслом стоит живая действительность, проработанная творческим восприятием, принятая душой и телом человека. Все направлено на раскрытие психологического смысла, энергетики и внутренних ритмов состояния. Звукообразы несут материал и энергию бессознательного, которую передают Я — сознанию в процессе построения личности.

38

Образы, созданные на основе звуков алфавита языка родной речи, универсальны, так как люди одного этноса связаны общими культурными и психотехническими навыками. Необходимы спонтанность, фантазия, включенность энергии внимания — осознания, радость творчества. Многофункциональная психолингвистическая основа метода позволяет делать разные акценты: на использовании ритмизированных элементов в слове, звуке, движении, дыхании, на психологическом, сенсорно-кинестетическом восприятии звуков, на раскрепощённости, мягкости, округлости движений; на эмоциональном выполнении упражнений, в хорошем, быстром ритме и темпе. Меняя предлагаемые звукообразы, типы дыхания, виды движения, мы представляем чувственно образ, форму, цвет, аромат явления. Ускоряем и замедляем общий ритм действия по единому сценарию. Усиливаем телесные ощущения в

определенной части тела, концентрируем внимание на артикуляции, движении губ, языка, образовании дыхательной струи в полости рта и носа, формировании дыхательного потока в груди, усилении сигнала по визуальному, слуховому, кинестетическому, сенсорному, энергетическому каналам. Чувственно-энергетическому моделированию придается смысл равный ментальному.

39

Для смыслового выражения звукообразов используется богатый арсенал разнообразных движений и жестов: округлых, пластичных, неспешных, гибких, волнообразных, свободных, вкрадчивых, мягких, текучих, проворных, энергоемких, экспрессивных, катящихся, крутящихся, пульсар-статуя. Часть движений содержит идеомоторные компоненты: повинувшись внутреннему побуждению, просыпаются пальцы рук, ног, плечи. Существует специальная наука, кинесика, изучающая жесты, жестовые процессы, жестовые системы, позы, занимаемые по отношению друг к другу. Невербальная семиотика описана в диссертационной работе ГЕ Крейдлиным (2007г) Гаптика изучает жесты, связанные с касанием. Проксемика-наука о пространстве коммуникации. Хронемика-наука о времени коммуникации, окулесика-наука о визуальном поведении во время общения.

40

Еще более важную роль для раскрытия состояния и обучения психотехническим навыкам играет комплементарный дыхательный процесс, осознанно формируемый в атмосфере звукообразов. Известно что дыхание является бессознательным актом связывающим все системы жизнеобеспечения и единственной автоматической вегетативной функцией, поддающейся сознательной регуляции. В процессе обучения дыхательной гимнастике есть дополнительный смысловой аспект. Дыхание поддается регуляции, но бесперспективно освоение его пластики в виде чисто технического навыка. Если внимание сосредоточено на сознательном усилии, теряется естественность, синхронность сопрягаемых дыханием внутренних процессов. Все дыхательные гимнастики основаны на немногих базовых элементах: затруднении, задержке, форсировании, углублении, изменении ритма дыхания. Мы используем столь естественный фактор, как звук, для инициации, направления дыхательного процесса и обучения гармоническому дыханию. Нюансы дыхательной пластики формируются при зарождении проведении качественном насыщении звука. Мы называет этот процесс эвритмизированием дыханием (изменением его под влиянием душевного импульса). Это позволяет типировать способ дыхания каждого звука: изменять темпо-ритм, упругую силу дыхания, интенсивность дыхательного потока и энергетическую насыщенность дыхания под влиянием естественных психо-физических факторов, без искусственных задержек и затруднений. Тип дыхания в ЗДЭГС

соответствует психическому, эмоциональному, энергетическому, физическому состоянию. Осознанное дыхание включается в цепочку проводников процесса между сознанием и всеми уровнями бессознательной регуляции. Дыхательный процесс сопровождает все энергетические циклы организма. Созданы таблицы, демонстрирующие дыхательные типы звукообразов.

41

Исполняя образ звука, мы голосом выражаем своё к нему отношение. Человек учится, в каком тоне и каким голосом, выражать определенную мысль или чувство. Применяются известная техника физвокализа — работа с голосом и мышцами звукообразующего комплекса. Существует специальная наука интонология, которая изучает совокупность просодических характеристик: мелодики, громкости, смыслового ударения, особенностей фонации, темпа, ритма речи. Легкость, пластичность, гибкость, живость, естественность исполнения образа, звучание голоса в нужном ритме и тональности, свободный дыхательный процесс — признаки оздоровления. «Голос — это то, что не подделаешь. Это — сама душа, вернее говорящая о сокровищнице сердца, о характере, чем взгляд, чем улыбка» (В.В. Розанов). Исследователь невербального речевого общения В.П.Морозов (1998г) сообщает, что «невербальная информация имеет полисенсорную природу, свои акустические средства и психофизиологические механизмы восприятия и декодирования её мозговыми структурами». При проверке эмоционального слуха человека в его лаборатории были использованы психоакустические тесты, осциллограммы голоса. При графическом выражении звука голоса различались его интонация, тембр, высота, сила; мелодика речи, темпо-речевые особенности.

42

В работе со звукообразами мы используем феноменологический подход. В качественном исследовательском интервью на задаваемые вопросы (в виде информационных стимулов) получаем ответ в живом творческом действии — проигрывании звукообраза, в соответствии с индивидуальными возможностями. Оздоровительный принцип метода заключается в познании своей природы и расширении творческого самосознания в процессе специально организованной, направленной на самоосмысление психологической игры. Овладение знаковой системой в качестве живого явления — Это- важнейшее условие формирования механизма произвольной регуляции психических процессов. Опыт показывает, что на сознание природные и невербальные факторы действуют сильнее слов, в силу их естественного синергизма. Даже при произнесении слов важны общая интонация, обозначающая отношение к явлению, что дополняется выражением глаз, мимикой, жестикующей. Полнота самовыражения и знакомство со спектром душевных,

психо-эмоциональных состояний способствует формированию уверенности. Опыт переживания разных психо-эмоциональных состояний и физиологическое освоение в живом действии способствует углублению сознания и самоидентификации. Звукообразы помогают раскрыть наиболее жизненно важные, глубинные состояния, с их архетипической, мифологической, сказочной природой. Появляется новый опыт общения с бытием.

43

Мы работаем в психосоматической идеологии, то есть всегда отыскиваем не только эмоции, но и телесное переживание. Для снятия обусловленностей и проработки комплексов важно вернуться к переживанию многих состояний, продумать, прочувствовать, пройти через них. Не только осмыслить их разумом, но ощутить живым чувством, всей телесностью и энергетикой. В языковой игре звук, как сжатое до информационного знака явление и часть живого, жизненного процесса, изучается в момент трансформации. Информационный, обозначающий знак алфавита преобразуется в иконический знак и звукообраз.(на основе ассоциативного явления подобия). Звук впитывает образ и конструирует звукообраз, получающий смысл символа, в культурологическом и мировоззренческом аспекте. Главным организационным элементом является эмоциональная, структурно- функциональная, художественная проработка дыхательно- энергетических звукообразов в семантическом пространстве алфавита. Особое внимание уделяется произношению звуков, атмосфере образов, комплиментарному дыхательному процессу, сквозному действию и психотерапевтическому дискурсу.

44

ЦТП-метод работы с душой, как центральной инстанцией самоорганизации. Душа-первопринцип при создании живого мира. Она обладает свойствами имагинативности и креативности, знаковости и символизма. Речь- инструмент развития души, развития сознания. Работая со знаками, звуками, символами, образами, архетипами, мы хотим постичь целостный мир в акте проникновения. Навык здоровья-это навык поддержания живого начала в человеке, работа с творческим духом и душой методами самоорганизации. Ученые МГУ описали понятие Живого, включая сюда цельность, креативность, историчность, континуальность. Самоорганизация-развитие, воспроизведение, совершенствование сложной динамической системы, которая способна накапливать и использовать прошлый опыт для создания качественно новых структур. Проигрывание множества визуализированных ситуаций в Театре звуков упорядочивает мышление и чувствование. Навыки здоровья и самоорганизации мы осваиваем через

игру со знаками, звуками, эмоциональными состояниями. Задействуются мысль, чувство, ощущение, интуиция.

45

Внутренней задачей является обогащение, насыщение души, структурирование мышления, «глубокое, вдумчивое, внимательное наблюдение за окружающим миром, созерцание предметов, процессов, явлений в их цельности (миросозерцание)», информационное упорядочение жизненной программы. Играя со звукообразами, мы обучаем осознанному выбору их предлагаемых вариантов, на практике осваиваем ресурсный творческий подход, способствуем формированию зрелых эмоций, пониманию природных и социальных ценностей. Помогаем понять природу языка, раскрываем природу взаимодействия со знаково-семантической системой. В работе мы соединяем феноменологический, глубинный аналитический и философский подход. Организуем смысловое пространство творческого поиска и обучаем творческим навыкам.

46

Творческое воображение заключается в «создании и просмотре новых образов, созданных не произвольно, но в связи с постановкой задачи выполнения определенной деятельности, для уяснения каких-то важных понятий. Внутреннее действие сопровождается ведением диалога сознания и бессознательного, выражаемого лингвистически, в вербальной и невербальной форме». В работе используется множество технологий: интуитивно-эвристическая логико-диалектическая, интерпретационная, конструирующая технология, активное воображение. Данная методология развивает эмоционально-образное, творческое мышление и естественную, природную способность к целостному, оптимально полному чувствованию. Метод обладает оздоровительным потенциалом, воспитывает навыки самоорганизации.

47

Главной духовной задачей нашего времени является сохранение Цивилизационного, культурного и информационно-энергетического кода. Это означает направленную работу с сознанием и мышлением, фокусирование внимания на процессах самоорганизации. Мы принимаем природно-антропологический образ живого, так как работаем в русле междисциплинарных понятий, привлекая знание эталонных дисциплин нашего времени: синергетики, иммунологии, кибернетики, экологии, психолингвистики. Целебная творческая психолингвистика - междисциплинарный научный и прагматический метод, испытанный в системе образования, оздоровительной и лечебной медицине, в психологическом

консультировании. Психолингвистическая педагогика и терапия, как новое перспективное направление, теоретически основана на системном представлении о взаимодействии и функционировании человека в среде сложных, знаково-символических, информационных систем (живых и искусственных). Ее задачей является воздействие на самосознание, самоорганизацию, самоидентификацию человека.

48

Творческая психолингвистическая психотерапия решает задачи лечения, коррекции, профилактики болезней речемыслительной, когнитивно-познавательной, эмоционально-волевой, ценностно-мотивационной, информационно-энергетической, поведенческой, психосоматической, коммуникативной сфер личности и частично-межличностно-социальной сферы. Своими действиями она призвана сопровождать жизненные программы человека и способствовать его наилучшей адаптации. Техники ее мозаично рассыпаны по разным модальностям психотерапии. На психолингвистическом базисе человек может изучать свою подлинную природу, поскольку в построении языка и речи задействованы все сферы сознания и все системы жизнедеятельности. Язык человека, как средство самосознания, самоидентификации, саморегуляции, самосозидания, должен прийти ему на помощь при построении жизнеспособной модели. Психолингвистические методы, изучающие информационные, знаково-символические системы и речемыслительную деятельность человека, жизненно необходимы.

49

Целебная творческая психолингвистик (ЦТП)- универсальный, философский, психолингвистический, интуитивно-эвристический, интерпретационный, логико-диалектический, целокупный метод самоисследования, самоактуализации, самоидентификации, самоопределения, самовосстановления, посредством погружения в творческую реальность живой души в полевого пространстве психофоно-семантической азбуки речи и ситуативно проявленных звукообразов, как понятийных, смысловых информационных конструктов в языковых, интерактивных, субъект-субъектных играх.

50

У каждого метода психотерапии своя фишка, свое представление о человеке, своя теория и практика действий. Влечения инстинкты смыслы ценности сознание бессознательное сфера эмоциональной регуляции экзистенциальные данности часть и целое и пр. Полимодальная психотерапия ставит целью понять человека в четырехчастной парадигме, как психо-био-социо-духовное существо (ВВ Макаров).

Психотерапия для укрепления своих позиций сотрудничает с антропологией, изучающей происхождение, развитие, существование человека в естественной природной среде. Но человек живет в суперискусственной информационной среде, в состоянии предельного напряжения. *Искусственная среда деструктурирует экосферу, пытается заменить область видового существования человечества. Культурно-этническая сфера,- ценностно-смысловой базис развития личности и общества, обнаруживает черты деградации. Появляются тенденции искажения эмоционально--психического строя личности и «снятия телесности». Появилась насущная необходимость сменить направленность активности общества. Каждый шаг на пути к новым рубежам супер--искусственного должен сопрягаться с этапом углубления и постижения собственной сущности, адекватной селекции вариантов общественного и личностного развития, созданию функционально-смыслового пространства, сочетанному анализу рационального и иррационального.*

51

Таким образом, обсуждая феномен вынужденной самоизоляции человека. мы должны прийти к выводу, что вынужденная самоизоляция человека –это, во первых, период бифуркации, раздвоения сознания, последствия которого трудно предсказуемы. Веру в лучший исход дает то, что человек находится под покровительством информационных, экологических законов Универсума. Он не одинок во Вселенной. Во –вторых, человек обладает конституционально, генетически, творческой природой самоорганизации. Его творческая потенция направлена прежде всего на себя самого, что мы увидели на примере творческих психолингвистических языковых игр.