

В транзакционном анализе уже с 50-х годов 20-го столетия принято и широко используется понятие «установка сознания». Описывая их, в частности, Э.Берн [1] выделил в восприятии человека две следующие составляющие - отношение к себе и отношение к окружающим. Они выражаются в форме принятия или непринятия, соответственно, себя или окружающих в различных аспектах бытия, что схематично можно изобразить как Я (+/-) Вы (+/-).

Таким образом, установка сознания человека по любому выбранному аспекту бытия человека может принимать четыре следующие формы:

- 1) Я+ Вы-
- 2) Я+ Вы+
- 3) Я- Вы-
- 4) Я- Вы+

При первой установке (Я+ Вы-), для человека его позиция по данному аспекту воспринимается как единственно верная и не подразумевает иных авторитетов. В его представлении, другие люди в этом аспекте понимают меньше, в лучшем случае - столько же. Себя по данному аспекту человек полностью принимает, но установка других для него ценности не имеет, попытка же изменить его установку извне может быть воспринята крайне негативно .

При второй установке (Я+ Вы+), человек вполне уверен в себе данной области, но при этом и за другими оставляет право и возможность иметь отличные соображения. Он ценит мнение и установки других в этой области. Для такой позиции характерен подход: я такой, а вы другой, и это хорошо. То есть, человек получает удовольствие от самого многообразия установок в данной области, гармонично принимает мир и себя, и готов к взаимодействию.

По этому аспекту у человека нет конечного мнения, истина не одна - их множество, и нет единственно правильной оценки. Он настроен на диалог, обсуждение и активное взаимодействие.

В третьем сочетании (Я- Вы-), человек, в принципе, сомневается в возможности четкой установки и положительной оценки по данному аспекту. Несостоятелен как он сам, так и остальные. И эту некомпетентность человек стремится доказать другим, часто - путем постоянного подчёркивания негатива, нестыковок, неудач в этой области.

Для такой установки часто характерно самоуничижение, самоедство по данному аспекту, сменяющееся агрессией и неадекватной реакцией на проявление данного

аспекта в других. Человек в полной мере не принимает ни себя, ни окружающий мир и не доволен ни тем, ни другим.

Четвёртая установка характеризуется неуверенной оценкой себя в данной области, при позитивной оценке других. Мнение окружающих почти всегда кажется более верным и полным, чем своё собственное. Это – сфера постоянного поиска и создания авторитетов – "мне так сказали", "так все делают", "так принято"...

Человек не уверен, что достаточно понимает в этом аспекте и предпочитает следовать за другими. Такая установка не несёт выраженного негатива, скорее, это «пустячок», который предпочитают переложить на чужие плечи.

Рассмотрим теперь возможные варианты оценки человеком себя и других по аспектам, выделяемым Психе-йогой: по Физике, Воле, Логике и Эмоции на примере Логике [2]: Человек может оценить свою состоятельность и состоятельность других в области мышления как Я+ Вы-, Я+ Вы+, Я- Вы-, Я- Вы+.

В первом случае - абсолютная уверенность в верности собственных концепций, установок, способности логически мыслить, при сомнении в наличии этой способности у окружающих. Любая информация, знание, точка зрения самостоятельно осмысливается и принимается решение, насколько она верна или неверна. "Конечная истина есть, и я её знаю".

Во втором случае - уверенность в собственной способности мыслить и анализировать, собственная уверенная деятельность по этому аспекту, сочетается признанием состоятельности других, правомерности иных мнений, признание многообразия мира в данной области и готовность к диалогу. «Сколько людей – столько мнений, правда у каждого своя».

В третьем случае - отрицание самой возможности существования верного мнения как у себя, так у других. «Истина непознаваема, а если вы надеетесь её найти, то я вам докажу насколько вы не правы».

В четвёртом случае - отсутствие собственного мнения при большом внимании к мнению окружающих и уважении к авторитетам. «Истина существует, её кто-то знает, и это знание от него можно получить».

Аналогично выглядят и другие аспекты нашего мира через призму соответствующих установок.

Очевидно, что идеальным случаем будет вариант применения второй позиции (Я+ Вы+) ко всем аспектам нашего мира. К сожалению, так происходит крайне редко. Человек ранжирует важность данных аспектов для себя и пренебрегает одними, находя опору в других.

В результате получаем, что к какому-то аспекту человек подходит с первой установкой (Я+ Вы-), к какому-то - со второй (Я+ Вы+), к каким-то аспектам с третьей (Я- Вы-) и четвёртой (Я- Вы+)

Безусловно, в жизни все люди используют все эти установки применительно к каждому из аспектов. Но какой-то тип установки для данного аспекта будет преобладающим. Вот о преобладающей установке мы и говорим, как об основной. Чаще всего человек ранжирует аспекты по важности для себя и, соответственно, по весомости своего мнения и мнения остальных по аспекту, что и дает различие у него основных установок по каждому из аспектов.

Естественно, возникает вопрос почему так происходит, и могут ли основные установки по различным аспектам пересекаться? Теоретически - могут. Однако практика показывает, что чаще всего этого не происходит.

В типологии Афанасьева [3] первая установка соответствует первой функции психе-йоги, вторая - второй и т.д. Т.е. человек с типом ЛВФЭ по Логике большую часть времени действует с позиции «Я+ Вы-», по Воле – с позиции «Я+ Вы+», по Физике – с позиции «Я-Вы-», по Эмоции – с позиции «Я-Вы+».

Расстановка приоритетов и оценок формируется у человека еще в раннем детстве. Обусловлено это тем, что, так или иначе, родители стремятся к контролю и созданию рычагов управления ребёнком.

Кроме физической и материальной зависимости, необходимы инструменты воздействия и на интеллектуальном и эмоциональном уровне – такие, как зависимость от оценки родителей (позже - учителей, друзей и т.д.), их отношения и переживаний. Оценка окружающих – это также и элемент социальной адаптации, без которого человек не сможет взаимодействовать с другими и быть нормальной частью общества [4]. И до ребёнка доносится убеждение, что своей оценки, своего мнения - недостаточно, более того, оно и не объективно и не важно, а вот мнение других, мнение окружающих - это единственная стоящая оценка, более объективная и правильная.

По мере взросления и осознания себя, ребёнок начинает искать пути снижения своей зависимости от оценки окружающих. Он выбирает что-то, в чём он уверен, что отличает его от остальных, опирается на этот фактор, и с его помощью повышает степень своей самостоятельности. Он может опереться на свой ум и своё мнение (Логика), на свои желания (Воля), свои физические данные или материальную независимость (Физика) или свои чувства (Эмоция). Этот основной аспект и становится первой функцией.

Соответственно, формируется и вторая, «рабочая» функция, которая направлена на активное взаимодействие с миром.

Третья функция - зона борьбы, человек по этому аспекту, с одной стороны, борется за независимость и отстаивает собственную состоятельность, с другой стороны - значимость этого аспекта для него ещё недостаточно велика. Поэтому количество ресурсов, идущих на поддержание и развитие этой функции, меньше, чем для первой и второй функций.

Четвёртая функция - это область, до проработки которой очередь ещё не дошла.

В дальнейшем, в течение жизни, психотип может меняться, после отработки одних

## Функциональные установки в Психе-йоге

Автор: Василенко А.Э, Иванов П.А., Посаженикова С.В  
20.06.2007 02:11 - Обновлено 07.01.2015 18:31

---

аспектов или серьёзных потрясений по ним, но какой-то из аспектов всегда является опорой личности, а какой-то – областью постоянной борьбы; если не происходит существенного духовного роста и гармонизации, или наоборот, полного разрушения личности - но фактически таких примеров не зафиксировано.

Стоит отметить, что номер функции - это именно установка, оценка самого человека. Никакого отношения к качественному наполнению этих аспектов он не имеет. Например, умный и думающий человек может достаточно низко оценивать как свои, так и чужие умозаключения, т.е иметь третью Логику. И причина этого - не изначальная ущербность человека в этой сфере жизни, а недостаточное количество усилий, которые человек на нее затрачивает, по сравнению с первой и второй функциями.

1. Берн.Э. Трансактный анализ в психотерапии. Системная, индивидуальная и социальная психиатрия, М., Академический проект, 2006г.
2. Василенко А.Э. [Происхождение и теория Психе-йоги](#), СМиПЛ, 2007г.
3. Афанасьев А. Ю. Синтаксис любви, М., Остожье, 2000г.
4. Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия, М., Рэфл-бук, 1997г.