

ОТ ПЕРВОГО ЛИЦА

УДК 159.923

Гурина Н.Ю.

СОЦИОНИКА — УЧЕНИЕ О КРАСОТЕ ЛИЧНОСТИ

Описано, как знание своего соционического типа личности и умение разбираться в модели А помогает человеку развивать красоту своей личности, на примере работы блоков модели А ЛСИ.

Ключевые слова: соционика, тип информационного метаболизма (ТИМ), модель А, блок ЭГО, блок СУПЕРЭГО, блок СУПЕРИД, блок ИД, уровни общения, красота личности.

Красота и мудрость — в простоте.

В совершенствовании человека — смысл жизни.

Максим Горький

Соционика вошла в мою жизнь в философский период поиска гармонии в своей жизни и точки опоры. Я задавалась вопросом, что от меня хочет общество, чем я могу быть ему полезна, как в полной мере мне реализовать мое большое желание заниматься благотворительностью, как мне развивать и реализовать в полной мере красоту своей личности.

В НИИ Соционики определили мой тип информационного метаболизма (ТИМ) — ЛСИ (□●), что стало для меня открытием и началом нового увлекательного этапа в моей жизни. Для более углубленного понимания функций и признаков своего ТИМа прошла обучение по курсу «Соционика. Классика».

В результате обучения и полного принятия, осознания своего ТИМа я пришла к выводу, что Соционика также является учением о красоте личности.

По моему убеждению, **красота личности** — это совокупность гармоничного взаимодействия внешности, внутреннего мира человека и его модели информационного метаболизма с окружающим миром, последовательное и логичное отражение содержания мыслей человека в его внешности и действиях. **Одним словом — быть конгруэнтным.**

Конгруэнтность — это такое состояние, при котором мысли, слова в полной мере совпадают с внешним видом и действиями. Принятие своих реальных ощущений, проблем и переживаний и их свободное озвучивание! В состоянии конгруэнтности человек свободен, не прячет себя за маской. Дает возможность себе и другим воспринимать его таким, каким он является на самом деле.

В основе соционики лежит **модель А** — модель восприятия и переработки информации об окружающей реальности, а также взаимодействия с ней [1,5,7].

Таблица № 1. Схема модели А.

блоки		функции	МОДЕЛЬ А		функции	ключевые слова	уровни общения
ЭГО	сильные функции	базовая	1	2	творческая	ЗНАЮ	Интеллектуальный
СУПЕРЭГО	слабые функции	болевая	4	3	ролевая	НАДО	Социальный
СУПЕРИД	сильные функции	референтная	6	5	суггестивная	ХОЧУ	Психологический
ИД	слабые функции	ограничительная	7	8	реализующая	МОГУ	Физический



Знание своего соционического типа личности и умение разбираться в модели А ТИМа помогают человеку развивать красоту своей личности [8, 11, 12]:

- развивать свои сильные и слабые функции по модели А и научиться их гармонично применять в общении с окружающим миром на разных уровнях коммуникации;
- понять, как наилучшим образом, позиционировать себя в обществе, поддерживать и улучшать свои внешние качества;
- защищать свои личностные границы, развивать свой внутренний мир, научиться договариваться с самим собой и с другими людьми.

Рассмотрим главный тезис статьи на примере работы блоков модели А ТИМа □●.

Каждый блок Модели А характеризуется:

- определенным уровнем общения;
- целями и задачами, соответствующими уровню;
- особенностями работы функций в каждой ячейке блока.

Я бы хотела сделать акцент на выражение красоты именно в соответствии с уровнями общения [6, 11].

Таблица № 2. Модель А ТИМа □●.

□ Структурная логика	● Волевая сенсорика
▲ Интуиция возможностей	└ Этика отношений
△ Интуиция времени	┐ Этика эмоций
■ Деловая логика	○ Сенсорика ощущений

БЛОК ЭГО.

Интеллектуальный уровень общения характеризуется далекой дистанцией между людьми и глубокими (профессиональными) темами обсуждения. Общение с позиции «Я знаю». Проявление способностей и таланта человека в зоне уверенности.

Что значит проявление красоты личности на интеллектуальном уровне [4]:

- ✓ при общении, принятии решения использование слов по аспектам «базовой» и «творческой» функций;
- ✓ выражение экспертного мнения, спокойного уверенного взгляда;
- ✓ отражение своего бэкграунда в действиях и во внешности;
- ✓ формирование и реализация личности с точки зрения своих ценностей, миссии в жизни;
- ✓ духовное развитие;
- ✓ совершенствование и саморазвитие личности;
- ✓ защита своих границ на интеллектуальные темы фразой: «Спасибо. Я подумаю и решу».

У ЛСИ (□●) в блоке ЭГО базовая функция — □ «структурная логика», творческая — ● «волевая сенсорика».

Для общения на интеллектуальном уровне мне, □●, необходимо **«принять форму»** по творческой функции (это мое любимое выражение). «Принять форму» — это, безусловно, красивый шикарный внешний вид, это определенность того, что я хочу и намерена получить, какого результата достичь. Это ощущение готовности действовать, лидерство в вопросе.

Моей миссией является — сделать мечты явью! Для выполнения работы или действия сначала я представляю, как это в целом выглядит. Идеальные ли у этого представления формы, смотрю, где могут быть неровности. Определяюсь, какую форму я хочу в итоге получить. После этого подключается структурная логика, которая начинает анализировать на тему «как эту идеальную форму воплотить».

По базовой функции появляется ощущение систематизации процессов — все складывается в идеальную логическую структуру.

БЛОК СУПЕРЭГО

Социальный уровень общения характеризуется далекой дистанцией между людьми и поверхностными темами обсуждения. Общение с позиции «НАДО» с точки зрения *общественных норм и правил, ожидания социума* [5, 7, 10].

Проявление красоты личности на социальном уровне:

- ✓ использование «ролевой функции» для адаптации в новой ситуации и недолгое время, стараться блеснуть информацией по этой функции;
- ✓ сознательное ограничение общения на темы, соответствующие аспекту информации по «болевой функции», чтобы не вводить себя в дисбаланс;
- ✓ перевод «неудобной» темы разговора на аспекты творческой и базовой функций с применением общепринятых в социуме культурно-этических выражений;
- ✓ защита своих границ в социуме (от публичного унижения) фразой: «Спасибо, что заметили».

У ЛСИ (□●) в блоке СУПЕРЭГО ролевая функция — □ «этика отношений», болевая — ▲ «интуиция возможностей».

В новом обществе или в ситуации социального уровня общения мне (□●) необходимо составить представление о своем отношении к коллективу и происходящему событию, наладить связи между людьми, определить точки общения. Для принятия ЛСИ обществом ему важно выразить свое отношение к нему о том, что связывает ЛСИ с людьми или событиями. В этот период □● проявляет активный интерес к новому человеку или коллективу, узнает их привычки, цели задачи.

По интуиции возможностей мне, □●, всегда кажется, что общество требует от меня много вариантов решений. Большой объем информации и возможностей вызывает дискомфорт и желание достаточно резко отреагировать, что очень некрасиво!

Для ЛСИ необходимо перевести тему на аспекты информации по «волевой сенсорике» или «структурной логике». Например, действие вертикального блока □▲ — поиск возможностей через понимание происходящего по структурной логике. Или через диагональный императив ●▲ — выбор возможности и принятия решения через волю (желание), видение красоты процесса, предмета, вопросы, чья это зона ответственности, либо волевым решением «закрытие» обсуждений о множестве вариантов. [13].

Красота личности на социальном уровне для ЛСИ — это выражение общественной значимости и уникальных способностей человека и/или событий.

БЛОК СУПЕРИД

Психологический уровень общения характеризуется близкой дистанцией между людьми и глубокими личными темами обсуждения. Общение с позиции «ХОЧУ», с точки зрения своих желаний, душевных переживаний, отношения к миру, миссии.

Проявление красоты личности на психологическом уровне:

- ✓ умение отдыхать и получать информацию по аспектам «референтной» и «суггестивной» функций;
- ✓ умение отличать «своих» от «чужих», отделять референтную группу людей;
- ✓ защита своих границ от «чужих» людей твердым «Нет».

У □● (ЛСИ) в блоке СУПЕРИД суггестивная функция — ■ «этика эмоций», референтная — △ «интуиция времени».

Основа красоты личности ЛСИ — эмоциональная составляющая процессов, выражения эмоций счастья и радости у него и окружающих. Эмоции являются источником энергии, индикатором счастья. На отдыхе ЛСИ важно получить всю палитру чувств и эмоций.

Источником вдохновения для ЛСИ является перспектива, скорость. Моей миссией является — сделать мечты явью!

Любимое дело начинается с его планирования. Иногда в процессе подготовки и планирования события мной переживаются больше эмоций, чем, когда событие непосредственно происходит.

Для проявления красоты личности ЛСИ важно понять, что время — это главный мотиватор. Ограничение по времени может заставить ЛСИ лететь сквозь толпу, это часто у меня происходит. Знание Соционики дало осознание, что не всегда необходимо бежать, не все обстоятельства требуют моей торопливости. Но когда я бегу — я счастлива!

БЛОК ИД

Физический уровень общения характеризуется близкой дистанцией между людьми и поверхностными темами общения. Общение с позиции «МОГУ», с точки физических возможностей и внутренних желаний.

Проявление красоты личности на физическом уровне:

- ✓ забота о своем теле: правильное питание, сон, равноценные физические нагрузки;
- ✓ доверие к ощущениям в теле, сознательный отклик на внутренний дискомфорт.
- ✓ удовлетворение своих физических потребностей. Благодарное тело — знает ответы на все вопросы;
- ✓ фокус внимания на действие сильных витальных функций «ограничительной» и «реализующей», проверка себя на «надежность»;
- ✓ ощущение внутренней свободы;
- ✓ защита своих границ — сделать шаг назад, без слов;
- ✓ принятие, способность уживаться с другими людьми, учитывая их цели и желания.

У ЛСИ (□●) в блоке ИД ограничительная функция — ■ «логика действий», реализующая — ○ «сенсорика ощущений».

По логике действий ЛСИ всегда «без слов на деле» знает, что делать и как. В проявлении себя в деле я, ЛСИ, приобретаю чувство свободы и независимости.

При реализации красоты своей личности ЛСИ нужно доверять своему внутреннему голосу, что делать и какими методами. Защищать свои границы, например, фразой «У меня много дел» или «Я занята».

По сенсорике ощущений ЛСИ способен обеспечить уют не только себе, но и окружающим. Я, ЛСИ, всегда знаю, как устроить так, чтобы всем было хорошо. Для взаимодействия с другими личностями, «Максиму» желательно уточнять у них, как им будет комфортнее организовать пространство.

Подводя итог, я бы хотела отметить, что уровни общения в жизни часто пересекаются и не всегда возможно отследить, на каком именно ты находишься. Поэтому очень важно для развития красоты личности:

- ✓ тренировать свой фокус внимания на гармоничном функционировании модели А своего ТИМа;
- ✓ развивать свой эмоциональный и социальный интеллект;
- ✓ укреплять свое лидерство в любой деятельности, исходя из стиля лидерства соционического типа;
- ✓ получать удовлетворение от деятельности, реализуя ее с помощью своих сильных функций и подкрепляя активационными функциями;
- ✓ тренировать внимание к желаниям и возможностям людей, уживаться и договариваться с ними;
- ✓ научиться помогать людям;
- ✓ развивать в себе способности «Служения» и «Благотворительности»;
- ✓ и многое другое.

Л и т е р а т у р а :

1. *Аугустинавичюте А.* Соционика: кн.1 Введение. Кн.2 Психотипы. Тесты. — М.: «АСТ», Спб «Terra Fantastica», 1998.
2. *Прокофьева Т.Н.* Соционика. Алгебра и геометрия человеческих взаимоотношений. — М.: «Гном-Пресс», 1999.
3. *Гуленко В.В.* Выразительные возможности психических состояний // Соционика, ментология и психология личности. — 2001. — № 3. — С. 15–35.
4. *Даризель Н.А.* Почему лучше говорить со своего ЭГО? // Соционика, ментология и психология личности. № 6. — 2014.
5. Рабочая тетрадь курса «Соционика Классика». (модуль 2). — М.: НИИ Соционики, 2019.
6. *Прокофьева Т.Н.* Прокофьева Т.Н. Развитие личности и соционические функции. // Менеджмент и кадры: психология управления, соционика и социология. — 2009. — № 6.
7. *Прокофьева Т.Н.* Что такое соционика. // Здесь и сейчас. — 1999. — №1.
8. *Прокофьева Т.Н.* Развитие личности и соционические функции. // Соционика, ментология и психология личности. — 2004. — № 1.
9. *Прокофьева Т.Н.* Семантика аспектов // Соционика. Сборник докладов VII московской научной конференции, 2002.
10. *Прокофьева Т.Н.* Об аспектах и функциях в соционике. // Психология и соционика межличностных отношений. — 2003. — № 2.
11. *Прокофьева Т.Н.* Пойди туда — не знаю куда, принеси то — не знаю, что... или К философскому осмыслению значения колец и блоков модели А. // Соционика, ментология и психология личности. — 2006. — N 3.
12. *Прокофьева Т.Н.* Моделирование психики. — URL: <https://www.socionics.ru/functions-and-models/51-model-a-2>, 2012.
13. *Прокофьева Т.Н., Прокофьев В.Г., Исаев Ю.В.* Диагональные императивы. // <https://www.socionics.ru/component/content/article/47-functkat/504-imperativ>, 2015.
14. *Юнг К.Г.* Психологические типы. — СПб.: «Ювента» — М.: «Прогресс-Универс», 1995.
15. *Исаев Ю. В.* Опора подсознания. Восьмая функция в Модели А. — URL: <http://socionics.ru/functions-and-models/modela/2009-07-26-20-45-33>
16. *Прокофьева Т.Н.* Соционика. Типы информационного метаболизма. Учебно-практическое пособие. — М., 2005. — 80 с.
17. *Прокофьева Т.Н.* Соционика в построении стратегии успешного взаимодействия: умение разбираться в людях и предсказывать их поведение. Учебно-практическое пособие. — М., 2004.

Статья поступила в редакцию .09.2019 г.