

АЛХИМИЯ И ХИМИЯ ПСИХИКИ

В СВЕТЕ ТЕСТА СОНДИ

ХИМИЯ ПСИХИКИ –
РЕАЛИЗАЦИЯ ЧЕРЕЗ РЕАКЦИЮ

ВЛЕЧЕНИЯ • СОСТОЯНИЯ • РЕАКЦИИ • ТРАНСФОРМАЦИЯ

АЛХИМИЯ ПСИХИКИ –
ИЗМЕНЕНИЕ СТРУКТУРЫ ВЫБОРА



ПРОЦЕСС РЕАКЦИИ

-  ОЦЕНКА СИТУАЦИИ
-  ПСИХОХИМИЧЕСКИЙ СДВИГ
-  ЗАПУСК
-  ДВИЖЕНИЕ
-  ЗАКРЕПЛЕНИЕ

ПРОЦЕСС ТРАНСФОРМАЦИИ

-  ОСОЗНАНИЕ ПАТТЕРНОВ
-  ИЗМЕНЕНИЕ ПАРАМЕТРОВ
-  ПЕРЕСТРОЙКА СИСТЕМЫ
-  НОВАЯ СТРУКТУРА ВЫБОРА
-  НОВЫЙ ЧЕЛОВЕК

8 ФАКТОРОВ – 4 ВЕКТОРА – 8 РЕГУЛЯТОРОВ РЕАКЦИИ



СОНДИ –
источник напряжения
(влечение)



ХИМИЯ ПСИХИКИ –
реализация через
реакцию



АЛХИМИЯ ПСИХИКИ –
изменение структуры
выбора

АЛХИМИЯ И ХИМИЯ ПСИХИКИ В СВЕТЕ ТЕСТА СОНДИ

**Концептуальное новшество и практическое значение интеграции
влечений и реакций**

Автор:

Марина Ильюша

Руководитель НИИ “Международное судьбоаналитическое сообщество”,

Секретарь Европейской академии наук Украины

Если внимательно посмотреть на развитие психологии за последние сто лет, становится очевидно: дисциплина накопила огромное количество знаний, но не собрала их в работающую систему. Одни подходы объясняют, почему человек склонен к определённым выборам, другие — как он действует в конкретной ситуации, третьи — как он может измениться. Однако между этими уровнями отсутствует жёсткая инженерная связка.

Именно поэтому возникает парадокс: человек может понимать свои мотивы, но не управлять действиями; может обладать техникой, но не попадать в результат; может стремиться к изменениям, но оставаться в рамках прежних реакций. Это не проблема «личности» или «воли» — это следствие того, что психика до сих пор не рассматривается как единая система.

Ключевой разрыв проходит между двумя вопросами: почему человек выбирает и как реализуется этот выбор. Тест Сонди даёт ответ на первый вопрос, химия психики — на второй. Но только их объединение позволяет увидеть целостную картину. Именно здесь возникает концептуальное новшество — переход от разрозненных описаний к модели психики как реактора, в котором напряжение, состояние и действие связаны в единую цепь.

Психика как реактор: смена оптики и рождение новой модели

Предлагаемый подход принципиально отказывается от рассмотрения психики как набора свойств или функций. Вместо этого вводится иная оптика: психика — это реактор, в котором происходят последовательные преобразования.

В этой системе тест Сонди перестаёт быть инструментом диагностики и становится картой источников напряжения. Он показывает не поведение, а направление энергии — то, куда человек склонен двигаться в своём выборе. Химия психики описывает, как это напряжение проходит через систему, превращаясь в состояние и затем в действие. Алхимия психики добавляет третий уровень — она отвечает за изменение самой структуры, определяющей выбор.

В результате возникает непрерывная цепь:

влечение → оценка → психохимический сдвиг → запуск →
движение → закрепление → трансформация.

Новизна заключается не в отдельных элементах, а в их соединении. Впервые появляется модель, которая одновременно объясняет происхождение действия, механизм его реализации и возможность изменения самой системы. Это переводит психологию из области описаний в область инженерии процессов.



Факторы Сонди как параметры реактора, а не типы личности

Ключ к практическому применению модели — в переосмыслении факторов Сонди. В классическом подходе они рассматриваются как характеристики личности. В инженерной логике они становятся параметрами системы, определяющими ход реакции.

Сексуально-агрессивный вектор задаёт базовое направление и мощность действия. Один полюс определяет, что будет воспринято как значимое — сохранение связи или её разрушение, другой — какую силу получит реакция и сможет ли она перейти в фазу запуска. Параксизмальный вектор регулирует устойчивость системы: он отвечает за баланс между удержанием и срывом, за способность сохранять форму реакции без преждевременного или запоздалого запуска.

Шизоидный вектор переносит нас на уровень управления границей между внутренним и внешним. Он определяет, будет ли человек реагировать на условия или попытается изменить сами условия, в которых возникает реакция. Контактный вектор задаёт энергетический уровень: достаточно ли ресурса для действия или, напротив, система перегружена и теряет точность.

Таким образом, восемь факторов перестают быть психологическими ярлыками и превращаются в систему регуляторов, от которых зависит,



каким образом будет разворачиваться реакция во времени. Это и есть переход от типологии к инженерии.

Интеграция: от влечения к действию через состояние

Главный шаг, который делает модель прикладной, — это соединение структуры и процесса в единую последовательность. В этой логике действие больше не рассматривается как отправная точка анализа. Оно становится финальным следом более глубокой цепочки.

Влечение задаёт направление энергии. На этапе оценки происходит интерпретация ситуации — именно здесь определяется, что будет считаться угрозой, возможностью или нейтральным событием. Далее возникает психохимический сдвиг — изменение состояния системы, которое и определяет, сможет ли реакция перейти в фазу запуска. После этого происходит сам запуск, и только затем возникает движение как внешнее проявление.

Такое понимание позволяет увидеть принципиальную вещь: различия между людьми возникают не на уровне действия, а на уровне состояния, предшествующего действию. Это объясняет, почему одинаковые действия дают разный результат и почему попытки «улучшить технику» без изменения состояния часто оказываются бесполезными.

Практическое значение: почему одни действуют точно, а другие — нет

В реальных ситуациях различия между людьми проявляются не в том, действуют ли они, а в том, как именно они действуют. Один и тот же навык может давать разные результаты в зависимости от состояния системы в момент запуска.

С точки зрения интегрированной модели это становится прозрачным. Влечение определяет, будет ли человек склонен к действию или к избеганию. Но этого недостаточно для результата. Химия психики определяет, сможет ли система войти в оптимальное состояние, где действие будет точным и своевременным. Если состояние не соответствует задаче, даже правильное действие оказывается неэффективным.

Это меняет саму логику оценки эффективности. Результат перестаёт быть следствием «усилий» или «навыка» и начинает рассматриваться как функция состояния. Таким образом, управление переносится с уровня действий на уровень конфигурации системы.

Пересборка обучения: от повторения к формированию состояния

Одно из наиболее значимых следствий — изменение подхода к обучению. Классическая модель строится на повторении: предполагается, что многократное выполнение действия приводит к формированию навыка. Однако без учёта состояния это приводит к закреплению формы без гарантии результата.

В предлагаемой модели обучение строится иначе. Объектом становится не движение, а состояние, в котором это движение возникает. Повторение используется не для закрепления формы, а для стабилизации нужной конфигурации системы.

Это объясняет, почему два человека с одинаковой техникой показывают разный результат. Один воспроизводит движение, другой — состояние, из которого это движение возникает. Именно второй достигает стабильности.

Саморегуляция: переход от усилия к настройке

На уровне повседневной жизни модель даёт практический инструмент саморегуляции. Традиционно человек пытается управлять собой через усилие — заставляя себя действовать или подавляя нежелательные реакции. Однако усилие усиливает напряжение, но не изменяет структуру реакции.

В новой логике управление строится как настройка системы. Сначала определяется текущее состояние, затем задаётся целевая конфигурация, после чего изменяются параметры — дыхание, внимание, ритм. Далее достигается стабилизация, и действие возникает не как результат усилия, а как естественное следствие состояния.

Это принципиальный сдвиг: управление перестаёт быть борьбой и становится процессом настройки. Человек перестаёт «заставлять себя» и начинает работать с условиями, при которых нужная реакция возникает сама.

Алхимия психики: возможность изменения самой системы

Наиболее глубокий уровень новизны связан с тем, что модель допускает изменение самой структуры реагирования. Если человек постоянно действует по одному сценарию, это означает, что его система

УПРАВЛЕНИЕ СОСТОЯНИЕМ И РЕТРАНСФОРМАЦИЯ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПРИМЕНЕНИЕ МОДЕЛИ: ОТ НАСТРОЙКИ К ТРАНСФОРМАЦИИ

Состояние определяет качество реакции и её результат. Управляя состоянием здесь и сейчас, мы создаём условия для точного действия и постепенно перестраиваем структуру реагирования навсегда.

“Человек не может изменить весь мир. Но он может изменить конфигурацию своей психики – и тем самым изменить свою судьбу.”

Олег Мальцев

1. УПРАВЛЕНИЕ СОБОЙ – ОТ УСИЛИЯ К НАСТРОЙКЕ

1 ОСОЗНАТЬ ТЕКУЩЕЕ СОСТОЯНИЕ
Заметьте, что происходит внутри прямо сейчас. Не оценивайте – наблюдайте.

2 ОПРЕДЕЛИТЬ ЦЕЛЕВОЕ СОСТОЯНИЕ
Четко сформулируйте, какое состояние вам нужно для задачи.

3 ИЗМЕНИТЬ ПАРАМЕТРЫ СИСТЕМЫ
Настройте тело, дыхание, внимание, внутренний диалог, ритм, позу, фокус.

4 ДОСТИЧЬ СТАБИЛИЗАЦИИ
Удерживайте новое состояние. Дайте системе время закрепить баланс.

5 ДЕЙСТВОВАТЬ В НУЖНЫЙ МОМЕНТ
Удерживайте из состояния, а не из усилия. Точность рождается из тайминга.

ИНСТРУМЕНТЫ НАСТРОЙКИ

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| | | | | |
| ТЕЛО дыхание, мышечный тонус, ритм | ВНИМАНИЕ фокус, широта, переключение | ИНТЕРПРЕТАЦИЯ смысл ситуации, угрозы или возможность | ВНУТРЕННЯЯ РОЛЬ кем я становлюсь в этой ситуации | ЭНЕРГИЯ уровень заряда, баланс активации и торможения |

КЛЮЧЕВОЙ ПРИНЦИП
Состояние нельзя создать усилием. Его можно только собрать через настройку параметров. Когда система сбалансирована – действие становится точным и своевременным.

РЕТРАНСФОРМАЦИЯ: ИЗМЕНЕНИЕ СТРУКТУРЫ РЕАГИРОВАНИЯ

СТАРАЯ КОНФИГУРАЦИЯ

- Ограниченный набор реакций
- Автоматические сценарии
- Повторяющиеся результаты
- Ограниченная гибкость

ПРОЦЕСС ПЕРЕСТРОЙКИ

- Осознание паттернов
- Работа с состоянием
- Изменение параметров
- Закрепление новых реакций
- Интеграция в поведение

НОВАЯ КОНФИГУРАЦИЯ

- Расширенный набор реакций
- Гибкость и адаптивность
- Новые сценарии и выбор
- Устойчивость и точность

РЕТРАНСФОРМАЦИЯ – ЭТО НЕ ПРОСТО НОВОЕ ПОВЕДЕНИЕ. ЭТО СТАНОВЛЕНИЕ ДРУГОЙ СИСТЕМОЙ, СПОСОБНОЙ ПО-ДРУГОМУ ВОСПРИНИМАТЬ, ОЦЕНИВАТЬ И ДЕЙСТВОВАТЬ.

8 ФАКТОРОВ СОНДИ – 4 ВЕКТОРА В РЕГУЛЯТОРАХ РЕАКЦИИ

- h** ПРИВЯЗАННОСТЬ (ЛИКЕВ) – направление оценки
- s** АГРЕССИЯ (РАЗРУШЕНИЕ) – энергия запуска реакции
- e** КОНТРОЛЬ (ТОРМОЖЕНИЕ) – стабилизация, удержание
- h** ДЕМОНСТРАЦИЯ (ИСТЕРИЯ) – кошение оценки, пертурбула
- k** ИЗОЛЯЦИЯ (УХОД ВВУТРИ) – сужение внешней реальности
- p** ПРОЕКЦИЯ (КОНТРОЛЬ СРЕДЫ) – управление условиями реакции
- d** ДЕПРЕССИЯ (СНИЖЕНИЕ ЭНЕРГИИ) – слабый запуск
- m** МАНИЯ (ПЕРЕГРУЗКА) – гиперреакция, потеря точности

ГДЕ ЧАЩЕ ВСЕГО ЛЮДИ ЛОМАЮТСЯ

| | | | |
|--|---|---|--|
| | | | |
| ПЫТАЮТСЯ МЕНЯТЬ ДЕЙСТВИЕ, А НЕ СОСТОЯНИЕ Действие – это следствие, а не причина. | ИГНОРИРУЮТ СОСТОЯНИЕ Без работы со состоянием любое действие теряет точность. | УДЕРЖИВАЮТ РЕАКЦИЮ СЛИШКОМ ДОЛГО Выходит из окна реакции и теряют момент. | ПЕРЕГРУЖАЮТ СИСТЕМУ Срыв, потеря контроля, хаотичные действия и усталость. |

ФОРМУЛА ПЕРЕХОДА

РЕТРАНСФОРМАЦИЯ ВОЗМОЖНА ТОЛЬКО ЧЕРЕЗ ПОВТОРЯЕМЫЕ МИКРОПЕРЕХОДЫ, КОТОРЫЕ СО ВРЕМЕНЕМ СТАНОВЯТСЯ НОВОЙ НОРМОЙ.

стабилизирована в определённой конфигурации.

Алхимия психики описывает процессы, через которые эта конфигурация может быть изменена. Это не мгновенное переключение, а последовательная перестройка состояний, которая со временем закрепляется как новая форма реакции.

В этом смысле трансформация — это не изменение поведения, а изменение самого субъекта. Человек не просто начинает действовать иначе, он становится системой, которая иначе реагирует на мир.

Заключение: новая архитектура практической психологии

Интеграция теста Сонди, химии и алхимии психики создаёт новую архитектуру, в которой:

- влечения задают направление
- состояния определяют возможность
- реакции реализуют действие
- трансформация изменяет систему

Главное концептуальное новшество заключается в переносе фокуса с поведения на состояние и структуру. Практическое значение — в возможности не только понимать, но и управлять процессом формирования действия.

Это делает психологию прикладной в полном смысле слова. Она перестаёт объяснять постфактум и начинает работать как инструмент, позволяющий человеку действовать точно, своевременно и устойчиво.

Именно в этом — её реальная ценность.