

МЕТАПРОГРАМИ У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ПРАКТИЦІ

Здійснено аналіз метапрограмного підходу, а також огляд історії вивчення цього питання. Показано зв'язок між метапрограмним підходом та диспозиційними теоріями у вивченні особистості людини та її поведінки. Окреслено коло та можливості застосування метапрограм у психологічній практиці (психодіагностиці та психокорекції).

Ключеві слова: метапрограми, нейролінгвістичне програмування, диспозиційні теорії, психодіагностика.

Постановка проблеми. Особистість та поведінка людини вже тривалий час є предметом психологічних пошуків. Важливим у даному контексті є питання валідної діагностики індивідуально-особистісних рис особистості. З цією метою, зокрема, використовуються опитувальники, тести, анкети, а також ряд проєктивних методів та методик. Більшість застосовуваних нині тестів та підходів опираються на диспозиційний підхід, згідно з яким особистість наділена відносно стійкими, незмінними рисами психіки, що в сукупності складаються у так званий «психологічний портрет» або «профіль». Попри це, як вказують автори Л. Хьелл і Д. Зіглер, більшість теорій особистості мають виразний гіпотетичний характер [10, с. 24].

Метапрограмний підхід пропонує насамперед відмовитись у психологічній практиці від уявлення про існування певних стійких рис особистості, а розглядати психічну діяльність як сукупність психічних процесів, що відбуваються в певному контексті та є пов'язаними з досвідом особистості. Вихідним положенням у розумінні метапрограм є позиція, що кожна особистість унікальна в силу того, що існує велика кількість поведінкових патернів, набір яких може варіюватися нескінченно. До того ж, у різних контекстах можуть виникати нові комбінації патернів. У підсумку кожна особистість є унікальним індивідом, що важко піддається певній класифікації чи типологізації.

Стан дослідження проблеми. Дослідження метапрограмного підходу та особливостей його застосування повністю відсутні в українській науковій психології, хоча за кордоном такі пошуки ве-

дуться, захищено дисертації, в яких ідеться про вивчення та застосування метапрограм. Метапрограми вже привертають увагу спеціалістів неспсихологічного профілю, зокрема філологів В. Скрябіної, Т. Ковалевської [8], [5]. В одній із цих статей аналізуються особливості міжкультурних комунікацій представників різних націй, відштовхуючись від їх метапрограмних особливостей. Дослідження метапрограм та їх застосування, на думку В. Скрябіної, можуть значно оптимізувати процес комунікативної взаємодії представників різних культур [8].

Водночас існує ряд критичних статей, які стосуються вивчення метапрограм [13]. Зокрема, Дж. Лакофф, М. Джонсон вказують, що метапрограми є швидше метафорами, аніж науково обґрунтованими когнітивними процесами. Крім цього, вказано на суперечність між метапрограмним підходом та рядом наукових досліджень у сфері когнітивної психології [12]. Головним аргументом залишалася відсутність значимих статистичних досліджень в даній галузі. У відповідь на цю критику НЛП-дослідники зібрали велику кількість статистичних даних. У кандидатському дослідженні щодо емоційного інтелекту П. Марвелейд застосовує як дослідницькі методи, що використовуються у психології, результати яких опубліковано в наукових, у тому числі медичних журналах, так і метапрограмний підхід [16]. Таким чином, метапрограми є однією зі сфер НЛП, що можуть бути використані у наукових дослідженнях відповідно до встановлених теоретико-методологічних принципів. Сьогодні здійснюється дослідження метапрограм у контексті вивчення мотивації студентів-медиків у школі біомедичних наук – університету в Нью-Кастлі, Австралія [15].

Метою наукового пошуку є аналіз метапрограмного підходу у психологічній практиці.

Виклад основних положень. Із часів давніх греків та їхньої моделі «чотирьох типів темпераменту» з'явилося сотні моделей типів особистості. Більшість із них засновуються на припущенні, що кожній людині характерні постійні внутрішні риси, які пояснюють її особливості. У метапрограмному підході перш за все звертається увага на те, як людина поводиться, функціонує, в якій формі: як виявляє емоції, як діє, як розмовляє, як відбирає цікаву/нецікаву інформацію, як згадує, чому надає перевагу. Розпізнання того, як людина

діє, дає можливість отримати розуміння моделі світу людини, яка описує її внутрішню «реальність». Це значно збагачує наше розуміння та пояснює особливості тієї чи іншої поведінки [4].

Слід додати, за результатами психофізіологічних досліджень неможливо продіагностувати певні риси характеру особистості чи провести ті чи інші кореляційні зв'язки. Поодинокі спроби розробити візуальну діагностику носять вкрай псевдонауковий характер і не проходять жодної перевірки на валідність. Так само неможливо скласти будь-який точний психологічний портрет, застосовуючи найновіші розробки в галузі комп'ютерної діагностики психічних процесів. Нині уже можливо зареєструвати викликані потенціали мозку, що вказують на ту чи іншу діяльність, яка може відбуватися на рівні кори чи підкірки (наприклад, пригадування певних образів). На думку М. Холла, диспозиційні підходи не завжди мають нейрофізіологічне підґрунтя, швидше полягають у суб'єктивній стійкості уявлень людини про власну особистість. Також він додає, що реальна поведінка особистості значно менше виявляє стабільність та постійність [1, с. 38].

Термін «метапрограмування» був уперше вжитий науковцем та дослідником Джоном Ліллі у його книзі «Програмування та метапрограмування людського комп'ютера» (1968) [3]. Думка про порівняння людського мислення за аналогією з комп'ютерним вперше була висловлена в цій книзі.

Подальше дослідження метапрограм вже у нейролінгвістичному програмуванні бере початок у працях Леслі Камерон Бендлер. Леслі використовувала виділені категорії в межах психотерапії, згодом Роджер Бейлі та Росс Стюард перенесли їх у сферу бізнесу. Далі Вудсмолл розширив їх, об'єднавши з особистісним опитувальником Майер-Брігтс. Згодом Різ і Беглі застосували метапрограми до складання профілю людей та до контексту продаж. Шелл Роуз-Шарве використовувала їх для виявлення метапрограмної мови, що забезпечувала б оптимальний вплив [4, с. 16].

Метапрограми – це програми, що зводяться понад буденними думками та емоціями, якими наповнена людина. З цієї точки зору буденні думки та емоції виявляють себе на первинному рівні як зміст, який описує, що саме ми відчуваємо чи думаємо. Над цими думками в людини є інші думки та відчуття, що частіше пере-

бувають за межами усвідомлення. Такі «програми» функціонують як «правила» сортування та сприйняття, вони керують тим, як ми думаємо та відчуваємо. Це «програмне забезпечення», на зразок комп'ютерної операційної системи, визначає структуру думок та переживань. Воно визначає, що саме ми відбираємо [4, с. 16]. Інформація, що не відповідає метапрограмам, не досягає свідомого рівня, залишається неусвідомленою [7].

Дослідники О'Коннор та Дж. Сеймор стверджують: «метапрограми фільтрують довкілля, щоб допомогти нам укласти нашу власну карту цього світу. Метапрограми інших людей можна помітити як через їхню мову, так і через їхню поведінку. Оскільки метапрограми фільтрують наш досвід і ми передаємо його за допомогою мови, то певні патерни мови є типовими для певних метапрограм» [11, с. 189].

Прикладами метапрограм можуть бути різні стилі опрацювання досвіду та поведінки:

- 1) екстернальна / інтернальна особистісна референція;
- 2) мотивація «до-від»;
- 3) активна / пасивна мотивація діяльності;
- 4) фокус порівнянь подібність/відмінність;
- 5) первинний інтерес (люди, час, місце, діяльність, інформація);
- 6) репрезентативні системи (візуальна, аудіальна, кінестетична);
- 7) соматична реакція (інертна, ініціативна);
- 8) ступінь проникливості тощо.

М. Холл у своїй праці виокремлює 51 метапрограму поведінки, посортувавши їх за певними параметрами діяльності (пізнавальний аспект, емоційний аспект, комунікативний аспект тощо). Попри це він також зазначає, що кількість метапрограм може бути збільшена, і пропонує певні шаблони для виявлення нових форм метапрограм [4, с. 258].

Концептуальна відмінність між метапрограмним підходом та диспозиційним (багатофакторним, зокрема) полягає у тому, що диспозиційний підхід здійснює певну типологізацію на основі припущення про те, що існують певні незмінні риси, які дають можливість давати людині більш-менш стійку характеристику. Зокрема, з даної точки зору існують шизоїдні особистості, екзальтовані, паранояльні, лабільні, екстраверти тощо. Однак у більшості випадків

риси визначаються неточно, часто не охоплюють випадків, коли людина поводиться по-іншому. Саме тому в опитувальниках присутні слова «зазвичай», «переважно», «інколи» тощо, які, тим не менше, не гарантують прояв тієї чи іншої поведінки.

Порівнюючи метапрограмний та інші підходи, важливо проаналізувати розуміння особистості, оскільки це комплексне поняття, яке відображає риси, характеристики, індивідуально-психологічні особливості. Метапрограмний підхід розглядає особистість як набір програм, що діють усі одночасно і є фільтрами, які узгоджують різні потоки інформації. Залежно від переважання певних фільтрів людська поведінка може мати той чи інший характер. Попри це не виключається, що людина може поводитись і в інший, часто протилежний спосіб, чого не передбачено в диспозиційному та багатофакторному підходах. Відтак невідповідність між визначеною рисою та спостережуваною поведінкою часто списується на невалідність методики, хоча для даної людини характерними могли бути обидва полюси поведінки. Ще менше інформації психологу дає змішування типів, наприклад, «наполовину сангвінік – наполовину холерик». Метапрограмний підхід передбачає відсутність змішування, де кожна програма розглядається окремо, у своїй певній меті, на яку вона спрямовується. Це дає можливість точніше прогнозувати поведінку особистості, оскільки дає широкий спектр для комбінування великої кількості поведінкових форм.

Особистість у руслі метапрограмного підходу розглядається як певна «номіналізація», тобто збірний образ багатьох аспектів поведінки. Відповідно, особистість – це швидше манера поведінки, яка формується на основі думок, переконань, цінностей, емоцій, комунікації та стосунків даної людини. Особистість, таким чином, розглядається як певний гештальт, який виникає з цих усіх конкретних стилів реагування [4, с. 36].

Наступна відмінність полягає в наявності контексту. Багатофакторні теорії особистості обстоюють відносну стійкість та незмінність рис особистості, тобто в кожній новій ситуації людина буде поводитись приблизно однаково. Метапрограмний підхід передбачає контекстуалізацію метапрограм, тобто зміну форм поведінки на цілком протилежну відповідно до контексту, в якому перебуває людина (наприклад, особистість в сім'ї може відрізнятись за рядом поведінкових

форм від особистості на роботі, що дає можливість достатньо точно прогнозувати поведінку людини в певній ситуації).

Водночас метапрограмний підхід має багато спільних моментів із традиційними диспозиційними теоріями особистості й теоріями рис. У таблиці 1 наведено подібність у метапрограмному підході та інших підходах теорій особистості.

Таблиця 1

Порівняння декотрих метапрограм із подібними рисами інших теорій особистості (наведено із скороченнями за П. Марвейлейдом [5])

Метапрограма	Параметри метапрограм	Подібна риса / характеристика, автор, рік
Соматична реакція	Активний / інертний	Активний-реактивний Балс, 1950
Мотивація	До / від	Принцип задоволення, З. Фройд, Подолання базальної тривоги, К. Хорні
Стиль обробки інформації	Даунтайм / аптайм	Екстраверсія / інтроверсія К. Юнг
	Незалежний/ командний гравець / керівник	
Філософська орієнтація	Варіанти / процедури	Трансактний аналіз Е. Берн (1962)
Ступінь відповідальності	Ступінь (за себе / за усіх)	Індивідуалізм /колективізм Талкот, Парсонс, 1951
Сортування часу	Минуле, теперішнє, майбутнє	Стротбек, 1961
Мотиваційне сортування	Сила, союз, результат	Мотиваційні типи Сдера (1985)
Діяльнісна готовність	Активність, теоретизування, структурування	Ф. Касаї, 1990

Що стосується практичних аспектів застосування, слід сказати, що метапрограми в даний час активно використовуються в консультативній та освітній сферах. Великий досвід використання метапрограмного підходу отримано при підборі, адаптації та супроводі персоналу. Головною перевагою метапрограмного підходу є простота у застосуванні, відсутність необхідності досліджуваному відповідати письмово на стандартизовані питання, можливість повністю контролювати процес діагностики. Важливим є те, що метапрограмний підхід сприяє кращому розкриттю досліджуваного у процесі інтерв'ю, оскільки питання, що задаються для виявлення метапрограм, в основному прості та зрозумілі.

С.А. Шипунов пропонує використовувати метапрограми для діагностики персоналу на предмет здатності виконувати ті чи інші функції. Ним запропоновано метапрограмні професіограми, які у процесі інтерв'ю необхідно визначити. Автор зазначає, що хоча метапрограми дають сильний та вичерпний опис поведінки кандидата на посаду, їх слід застосовувати у сукупності з іншими методиками кадрового підбору [6, с. 150–156]. Досвід використання метапрограм для роботи у сфері управління кадрами також підтверджується Н. Качановою [13].

На метапрограмній основі створена методика «LAB PROFIL» – лінгвістичний та поведінковий профіль (BALI Screening Company inc. Dallas, 1987) для організаційного консультування компаній [2]. Окрім цього, бельгійським ученим Патріком Марвелейдом створено work attitude and motivation (iWAM) questionnaire (2001) (опитувальник щодо ставлення до роботи та мотивації), який зараз використовується у більш як 25 країнах світу для роботи з персоналом [5].

Дослідження метапрограм дає цінний матеріал для вивчення групової атмосфери та прогнозування міжособистісних відносин у межах колективу. Причому несумісність певних метапрограм виявляється як між окремими людьми, що характеризуються тією чи іншою поведінкою, так і в одній людині, в якій представлені дані форми поведінки. Головне завдання при вирішенні конфліктів, причиною яких є відмінності у метапрограмних особливостях поведінки, – довести учасникам, що насправді вони говорять про одне і те ж, однак у різних аспектах однієї й тієї ж метапрограми.

Використовувати метапрограмний підхід можна у наступних галузях: 1) діагностика індивідуально-психологічних особливостей поведінки особистості; 2) діагностика та прогнозування групових явищ колективів та організацій; 3) індивідуальне, організаційне та бізнес-консультування фізичних осіб та організацій; 4) вирішення конфліктів та оптимізація професійної діяльності; 5) застосування у наукових дослідженнях та розробках. Важливим також вважаємо можливість створення комп'ютеризованих систем опрацювання даних, що опираються на можливість пошуку певних слів у тексті досліджуваних, з подальшим виявленням метапрограмних особливостей мислення та складання прогнозу поведінки.

Таким чином, на основі проведеного аналізу виявлено, що метапрограмний підхід перш за все характеризується відсутністю

диспозиційності у вивченні особистості; головний акцент при дослідженні робиться на поведінці та її динаміці в мінливих умовах людського життя та діяльності. У метапрограмному підході звертається увага на те, як людина використовує свою мову та фізіологію, щоб опрацювати та репрезентувати ту чи іншу інформацію. Загалом метапрограми можна віднести до когнітивних утворень, що в реальності описують фільтри, які використовуються людиною у процесі її життя і діяльності та охоплюють без винятку всі її форми поведінки (комунікація, прийняття рішення, розвиток, поведінка, мислення, емоційні реакції тощо). У психологічній практиці метапрограмний підхід вже використовується при підборі персоналу, у підготовці та адаптації працівників, індивідуальному консультуванні, а також у прикладних наукових дослідженнях.

Перспективним залишається розв'язання проблеми інтерв'юера в процесі діагностики, тобто його вплив, можливість спрямування досліджуваного у певне русло відповіді. Зрештою, інтерв'юер сам характеризується певними фільтрами мислення та поведінки, що несвідомо та неухильно можуть звертати його запитання до тієї чи іншої метапрограми. З метою уникнення цієї загрози перспективою бачимо створення комп'ютерної програми, і, відповідно, комп'ютерного вводу усних відповідей. На даному етапі практично реалізованою є можливість комп'ютерної обробки нестандартизованих усних відповідей респондентів з подальшим аналізом ключових слів у тексті. В майбутньому усі запитання, їх сприйняття та обробку забезпечуватиме комп'ютер. Усі необхідні технологічні передумови для цього на даних момент уже створені.

1. 51 метапрограмма НЛП. Прогнозирование поведения, «чтение» мыслей, понимание мотивов / Майкл Холл, Боб Боденхаммер. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2007. – 347 с.

2. Дилтс Роберт. Моделирование с помощью НЛП / Роберт Дилтс. – СПб.: Питер, 2011. – 288 с.

3. Качанова Наталья. Метапрограммы – искусство задавать вопросы. (16.10.2008) / Наталья Качанова [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.hr-portal.ru/article/metaprogrammy-%E2%80%94-iskusstvo-zadavat-voprosy>

4. Клиническая психология. Словарь / под ред. Н.Д. Твороговой // Психологический лексикон. Энциклопедический словарь: в 6 т. / ред.-сост. Л.А. Карпенко; под общ. ред. А.В. Петровского. – М.: ПЕР СЭ, 2007. – 416 с.

5. Ковалевська Т.Ю. Елементи НЛП у дослідженнях особистісної лінгвоментальності / Т.Ю. Ковалевська // Філологічні науки. – Суми: СДПУ ім. А.С.Макаренка, 1999. – С. 58–66.
6. Лилли Джон. Программирование и метапрограммирование человеческого биокомпьютера: пер. с англ. / Джон Лилли. – К.: София, Ltd., 1994.
7. О'Коннор Дж. Введение в нейролингвистическое программирование. Как понимать людей и как оказывать влияние на людей / Дж. О'Коннор, Дж. Сеймор. – М.: Библиотека А. Миллера, 2005. – 272 с.
8. Скрябіна Вікторія. Метапрограми мовців у міжкультурній комунікації / Вікторія Скрябіна // Вісник Львівського національного університету імені Івана Франка. Серія іноземні мови. – 2010. – Випуск 17. – С. 25–31.
9. Холл Л. Майкл. Путь НЛП: образ действий, смысл и критерии овладения НЛП / Л. Холл; пер. с англ. Г. Егорова. – М.: Профит Стайл, 2008. – 384 с.
10. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2011. – 607 с.
11. Шипунов С.А. Подбор персонала на основе анализа метапрограммного портрета человека / С.А. Шипунов // Золотые россыпи современного НЛП. – М.: Твои Книги, 2009. – 448 с.
12. Dilts Robert. Encyclopedia of Systemic NLP and NLP New Coding / Robert Dilts, Judith Delozier. – N L P Univ Pr., 2000. – 1625 p.
13. Metaprogramms [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://en.wikipedia.org/wiki/Meta-programs>.
14. Putting NLP Metaprogramms Research in context: Studying the scientific validity of NLP [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.jobeq.com/articles/NLP_Research.htm.

Макога Т.В. Метапрограмы в психологической практике.

Осуществлены анализ понятия метапрограммы, обзор истории изучения данного вопроса. Показана связь между метапрограммным подходом и диспозиционными теориями в изучении личности и поведения человека. Очерчен круг и возможности применения метапрограмм в психологической практике (психодиагностике и психокоррекции).

Ключевые слова: метапрограммы, нейролингвистическое программирование, диспозиционные теории, психодиагностика.

Makoga T.V. Metaprogrammes in Psychological Practice.

The analysis of a metaprogramme approach, as well as a review of the history of studying this problem is made in the article. The connection between metaprogramme approach and dispositional theories in studying a personality and his behavior is shown. A range of possible applications of metaprogrammes in psychological practice (psychodiagnostics and psychocorrection) are outlined.

Key words: metaprogrammes, neurolinguistic programming, dispositional theories, psychodiagnostics.

Стаття надійшла 21 червня 2012 року