

та місцевий бюджети, визначає споживчу поведінку населення й вирішально впливає на розвиток внутрішнього ринку. Шляхом накопичення й участі у різних системах страхування створює потужний інвестиційний ресурс та, завдяки активній участі у громадському та політичному житті, визначає моральні стандарти суспільства.

Процес формування середнього класу в Україні перебуває поки що на початковому етапі. Ми переконані, що вже час вирішувати проблему його формування в Україні шляхом здійснення невідкладних і рішучих змін у законодавстві. Необхідно підтримувати малий та середній бізнес, провести реформу податкової системи, створити відповідні матеріальні умови для праці лікарів, учителів, науковців, викладачів і державних службовців.

Політика формування середнього класу є наріжним каменем розбудови стабільного демократичного суспільства, у якому відсутні масштабна бідність, корупція й розкрадання державної власності, де кожна людина, сплачуючи податки, відчуватиме себе гідним його членом, права якого належно захищені законодавством, а виконавча влада діє на користь платників податків, а не чиновників й олігархів. Формування середнього класу не досягається розробкою соціальних програм чи окремих заходів, але ця мета має проходити червоною ниткою крізь усю урядову діяльність реформи законодавства.

Отож, сьогодні ми маємо визнати, що наше суспільство конче потребує змін на всіх рівнях. Адже всі ми розуміємо, що одних лише матеріальних ресурсів для вирішення соціальних проблем недостатньо. Сьогодні нам потрібні конкретні ідеї й шляхи їх втілення. Суспільство потребує людей, які можуть і хочуть здійснювати перетворення на краще. Але чи є у нас такі люди? І чи готові вони брати на себе відповідальність за розбудову соціальної держави?

У розвинених країнах провідниками нових ідей є представники національної еліти. На жаль, у цьому плані ми відрізняємося не на краще.

Проведене нещодавно Центром Разумкова дослідження політичної еліти свідчить, що лише трохи більше третини опитаних експертів (37,2%) не мають сумніву щодо її існування. Більшість респондентів (55,2%) вказала лише на її формальну присутність. Не краща ситуація і з відповіддю на запитання про можливість еліти запропонувати програму досягнення стратегічної мети для країни. Лише трохи більше ніж чверть експертів (26,9%) переконані у її потенційній здатності до цього.

Аналогічних досліджень щодо визначення ролі національної еліти у розбудові соціальної сфери не проводилося, але кожному з нас зрозуміло, що наведені дані можна екстраполювати на всі суспільні процеси.

Тож звертаємось до представників національної еліти: мабуть, вже час займатися не тільки моніторингом і чекати кращих часів для втілення своїх задумів, а ініціювати нові практичні проекти, спрямовані на розбудову нашого суспільства? Роль спостерігача і рецензента, звісно, почесна, та на сторінках історії не залишає помітного сліду.

3. Є. КОМЕНДАНТ

ПРОБЛЕМА МАНІПУЛЯЦІЇ І САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ В ЖИТТІ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

У цій статті аналізуються маніпулятивна і актуалізаторська моделі поведінки, розкриваються їх характерні особливості, причини маніпуляцій, типи маніпуляторів і шляхи самоактуалізації особистості.

В этой статье анализируются манипулятивная и актуализаторская модели поведения, раскрываются их характерные особенности, причины манипуляций, типы манипуляторов и пути самоактуализации личности.

In this article I made an attempt to analyse such models of human behavior as manipulation and selfactualization, characteristic features of these models, reasons of manipulations, types of manipulators and ways of selfactualization of personality.

Протягом життя люди грають різноманітні соціальні ролі, що допомагає їм краще інтегруватися у суспільство як особистості, максимально адаптуватися і розвиватися в умовах, які суспільство пропонує. Протягом цієї інтеграції людина обирає певну модель поведінки – самоактуалізаційну чи маніпулятивну. На превеликий жаль, все більше в сучасному світі людей, які обирають маніпулятивну модель, не усвідомлюючи всіх переваг кардинально протилежної

самоактуалізаційної моделі. Хто ж такі маніпулятори? Кого ми називаємо актуалізаторами і наскільки важливо для нас бути самоактуалізаторами? Чому люди маніпулюють? Чим відрізняються людина-маніпулятор і людина-актуалізатор? І які є шляхи самоактуалізації особистості? Опираючись на праці відомих дослідників явищ маніпуляції і самоактуалізації таких як Е. Шостром, А. Маслоу, А. Адлера і на власне дослідження, у статті робиться спроба дати відповідь на ці питання.

Парадокс сучасної людини заключається в тому, що вона, будучи істотою розумною і прагнучою до наукового знання світу, залишається вкрай несвідомою у всьому, що торкається її самої. Маніпулятор – це особистість, яка з метою самозахисту тим чи іншим способом експлуатує, використовує і (або) контролює себе і інших в якості об'єктів чи речей. Людина несвідомо розвиває здатність протягом свого життя, з метою не лише подолання труднощів і досягнення бажаного, а й з метою приховати свою справжню сутність. Представники гуманістичної психології: А.Маслоу, Е.Фромм, Е.Роджерс, вважають справжньою трагедією той факт, що в результаті свого контролювання людина повністю втратила здатність творчо переживати своє існування і виражати себе. Кожна людина до певної міри маніпулятор, разом з тим, сучасна психологія вважає, що ці маніпуляції включають в себе можливості позитивного розвитку, які Абрахам Маслоу і Курт Левінштейн назвали самовираженням або самоактуалізацією. Актуалізатор може бути визначений як особистість, яка розглядає себе і інших в якості особистостей або суб'єктів, що мають можливість виражати своє справжнє „Я”. Парадокс заключається в тому, що кожен з нас одночасно частково маніпулятор і частково актуалізатор, але ми можемо постійно рухатись в напрямку все більшої актуалізації. Актуалізатор не боїться виявляти свої справжні почуття, знає свої потреби, вподобання, не соромиться не картає себе за помилки, а, об'єктивно проаналізувавши їх, включає до складу безцінного життєвого досвіду, радіє сильному супернику, висуває конструктивну критику, пропонує, коли потрібна, необхідну допомогу, живе у вічному «тут і тепер».

Прикладів маніпуляторів навколо нас надзвичайно багато. Це і продавець, який переконує нас, щоб ми купили саме його товар, це і батько, переповнений почуттям відповідальності відносно дітей і кар'єри свого сина, це і поважний бізнесмен, який прагне до успіху, використовуючи своїх підлеглих, які по суті нічого для нього не означають, і той же працівник, якого цікавить лише зарплата, а далеко не робота, яку він виконує, старіючий батько, який посилаючись на свою мудрість намагається прив'язати до себе дітей, політик, який обіцяє все, окрім нових податків. Маніпуляції стали настільки звичною частиною нашого буденного життя, що ми помічаємо лише найбільш очевидні і найшкідливіші з них. Деякі маніпулятори намагаються змусити оточуючих людей повірити про те, що й вони, інші навпаки завжди зі всім погоджуються, приховуючи свої справжні наміри. Але мова їхнього тіла – жести, міміка, погляд суперечать їхнім словам.

Поняття самоактуалізаційної особистості – особистості, яка проявляє свої внутрішні потенції, відрізняється від пересічна людина і тому живе більш повним і багатшим життям, вперше ввів Абрахам Маслоу. За оцінкою вченого, лише один відсоток людей можна назвати самоактуалізаторами, але вже після звернення вчених до дослідження життєвого досвіду людей, які змогли творчо проявити і використати свої можливості не лише в аспекті матеріального, а в основному духовного зростання, вчені вважають, що в майбутньому відсоток цих унікальних особистостей значно збільшиться.

Щоб глибше розібратися у відмінностях між актуалізаторською і маніпулятивною моделями особистості, звернемось до праці Еверетт Шостром «Анти-Карнегі». Авторка виділила вісім маніпулятивних типів, що об'єднуються у чотири полярні пари. Для кожного маніпулятивного типу характерне певне перебільшення чогось в собі. Це пари: диктатор – ганчірка, калькулятор – хуліган, хуліган – гарний хлопець, суддя – захисник. Охарактеризуємо кожен тип окремо:

1. **Диктатор**, який перебільшує свою силу, домінує, наказує, посилається на авторитети, намагається керувати своїми жертвами.

2. **Ганчірка**. Пряма протилежність Диктатора і звичайно його жертва. Перебільшує свою пасивність. Користується характерними прийомами: забувати, не чути, пасивно мовчати, уникати.

3. **Калькулятор** перебільшує необхідність все і всіх контролювати. Він обманує, приховує важливу інформацію, намагається перехитрити і перевірити інших.

4. **Прилипала** – повна протилежність Калькулятору. Перебільшує свою залежність, намагається про нього дбали, дозволяє і спонукає інших виконувати за нього його роботу.

5. **Хуліган** перебільшує свою агресивність і ворожість. Контролює людей за допомогою страху.

6. **Гарний хлопець** перебільшує свою дбайливість, любов, вбиває неприродною добротою. Це протилежність Хулігану. На думку Е.Шостром в конфлікті Хулігана з Гарним Хлопцем завжди перемістить останній.

7. Суддя перебільшує свою критичність, нікому не вірить, сповнений обурення, звинувачень, важко прощає.

8. **Захисник** – протилежність Судді. Надмірно підкреслює свою підтримку і поблажливість до помилок. Псує інших, надмірно співчуваючи і не дозволяючи тим, кого захищає, стати на власні ноги і зростати самостійно.

На думку дослідниці, маніпулятор повинен прагнути відмовитися від маніпуляцій і стати актуалізатором. Тоді із Диктатора може розвинутихся прекрасний Лідер, який веде, а не диктує; із Ганчірки – Чуйний, який не лише говорить, але й слухає і усвідомлює свою слабкість; із Калькулятора – Уважний; із Прилипалі – Вдячний; із Хулігана – Наполегливий; із Гарного Хлопця – Дбайливий; із Судді – Виразний; із Захисника – Провідник.

Під маніпуляцією Е.Шостром розуміє не одну гру, а цілу систему ігор, і ще більше – стиль життя, псевдофілософію життя, спрямовану на те, щоб експлуатувати і контролювати себе та інших.

Людина, протилежна маніпулятору, названа А.Маслоу самоактуалізованою особистістю, живе повним життям. І це не везіння чи випадок, а вміння правильно використовувати свій внутрішній потенціал. Е.Шостром таких людей називає актуалізаторами.

Які риси відрізняють маніпулятора від актуалізатора? Згідно досліджень сучасних вчених стиль життя маніпулятора базується на:

а) нещирості: маніпулятор використовує прийоми, методи і маневри, «ламає комедію», грає ролі, прагне справити приємне враження, старанно добирає слова і почуття і виражає їх залежно від обставин;

б) неусвідомленості: не усвідомлює значення життя, «тунельне» бачення, тобто бачить і чує лише те, що бажає бачити і чути;

в) контролі: життя сприймає як партію у шахи, прагне контролювати ситуацію, зовнішньо зберігає спокій, щоб приховати плани від опонента;

г) цинізмі: не довіряє нікому: ні собі, ні іншим, у глибині душі не довіряє людській природі взагалі, поділяє людей на дві групи: кого контролює він і хто контролює його.

На відміну від маніпулятора, актуалізатор, відповідно, керується:

а) чесністю – прозорістю, щирістю, тобто здатністю бути самим собою за будь-яких почуттів, відрізняється виразністю, щиросердністю;

б) усвідомленістю: добре бачить і чує себе та інших, здатний сам формувати свою думку про все, що його оточує;

в) свободою – свобода виражати себе і свої потенціали;

г) довірою: вірить в інших і в себе, вірить в добро, прагне встановити зв'язок із життям і подолати труднощі «тут і зараз»;

Грунтуючись на працях гуманістичних психологів (К.Роджерс, 1961; В.Сатір, 1992), можна додати ще одну відмінну особливість у маніпулятора і актуалізатора – відповідно низька самооцінка – не приймає себе, погано ставиться до себе, відчуває неповноцінність, чутливий до докорів та схвалення, болюче реагує на конструктивну критику, дратується або лякається недоликів; і висока самооцінка – сприймає себе таким, яким він є, позитивно ставиться до себе, визнає свої сильні і слабкі сторони, спокійно або навіть з вдячністю реагує на конструктивну критику.

Е.Шостром вважає, що актуалізатор знаходиться в більшій безпеці, ніж маніпулятор, тому що розуміє свою унікальність і сприймає її як цінність. Він шукає в собі самобутність, в той час як маніпулятор ховає її і повторює, наслідує, копіює чийсь поведінковий моделі. І чим більше значення він надає своїй масці, тим більше знецінює себе і тим глибше відчуває незадоволеність.

Е.Шостром порівнює особистість з суспільством, де функціонує двопартійна система, або з батареєю, зарядженою з одного боку плюсом, а з іншого – мінусом. Розвиток особистості відбувається завдяки інтеграції протилежних полюсів (чи партій) при актуалізаційній моделі, а про маніпулятивній – та сама протилежність розриває людину на шматки і не дозволяє спокійно жити.

Чому людина вдається до маніпуляцій? Які їх причини? Такі видатні психологи ХХ століття як Джей Хейлі, Ерік Берн, Альберт Елліс вказують на чотири такі причини:

Перша причина – це недовіра. Людина не довіряє собі, вважає себе залежною від інших. Іншим людям вона також не довіряє. Тому вдається до маніпуляцій, щоб інших тримати під контролем, і за таких умов довіряє їм більше. Прикладом може бути поведінка одного з батьків в сім'ї, котрий ухиляється від виховання дітей, а натомість намагається вказувати іншому, як треба виховувати.

Другу причину маніпуляції пропонують екзистенціалісти: всюди нас оточують ризик і невизначеність. Щохвилини з людиною може трапитися будь-що, тому людина почувається

безпомічною, незахищеною. Усвідомлюючи непередбачуваність життя, маніпулятор впадає у відчай чи жерцію, у нього з'являється тенденція уникнути ризику, прагнення до більшої визначеності і захищеності. Тоді він себе перетворює на об'єкт і інших сприймає як об'єкти, як речі.

Третя причина відображена у працях Джей Хейлі, Еріка Берна. Д.Хейлі під час тривалої роботи з шизофреніками помітив, що вони більш за все боялися тісних особистісних контактів. Е. Берна вважає, що людина починає грати в ігри, маніпулювати, уникати бути собою, щоб краще керувати своїми емоціями і уникати близькості.

Четверту причину висуває Альберт Елліс. Він відзначає, що протягом життя людина засвоює певні аксіом або ірраціональних переконань. Одна з таких аксіом: нам необхідно одержати схвалення кожного. Людина прагне подобатися іншим, справляти враження на інших і для цього використовує маніпуляції.

Як же подолати в собі маніпуляції? Як стати на шлях самоактуалізації і жити повним життям? Потрібно розпочати із усвідомлення і визнання власних маніпуляцій, побачити нещирі, удавані почуття і розглядіти за ними справжні почуття. Наступний крок – насмілитися виразити їх. Мета актуалізаційної моделі – розвинути в собі здатність чесно проявляти свої щирі почуття.

За А. Маслоу самоактуалізовані особистості мають особливу структуру, яка істотно відрізняється від структури звичайних особистостей і складається з таких рис:

1. **Ефективне сприймання реальності** та зручне ставлення до неї. В усіх сферах життя ці особистості бачать складну і заплутану реальність точніше і об'єктивніше ніж інші люди.

2. **Приймання самих себе, інших людей, світу.** Ці люди сприймають себе і інших такими, якими вони є насправді, а не такими, якими вони б хотіли себе бачити. Свої недоліки вони визнають і не приховують. Не використовують захисні маски, позиції, реакції. Вони не прагнуть справити на інших враження.

3. **Спонтанність, простота, натуральність,** завдяки яким люди проходять крізь умовності з легким гумором та елегантністю. Вони рухаються у напрямі до досконалості, створюючи свій особливий стиль.

4. **Проблемна центрація,** котра означає зосередженість на проблемі, а не на собі. Ці люди не люблять дивитись поверх дрібниць життя й цим полегшують існування собі та іншим.

5. **Потреба в самотності,** тобто прагнення певної самотності дозволяє залишатися цілком незалежною, не втручатися, не реагувати на особисте нещастя так сильно, як інші. З такою рисою люди здатні бути сильними, активними, відповідальними, самостійними, рішучими суб'єктами життя, а не ляльками в чужих руках.

6. **Автономність, незалежність від культури та оточення** зумовлюють самодостатність, незалежність у потребі до зростання. Такі люди достатньо сильні, щоб не залежати від думки інших. Слава, багатство, престиж, визнання – все це для них менше важливо ніж власний розвиток і самоактуалізація.

7. **Безпосередність оцінок,** завдяки якій люди здатні знову і знову отримувати задоволення від досягнень, буденних речей, які вже давно набридли іншим.

8. **Духовні переживання,** тобто суб'єктивні переживання, які А. Маслоу назвав піковими, коли емоції стають настільки всеохоплюючими, що їх можна назвати духовними. Люди отримують задоволення від дійсно важливих життєвих цінностей, таких як музика, мистецтво, природа.

9. **Ототожнення з людством,** почуття спільності з ним. Самоактуалізовані особистості у відносинах до всіх людей відчувають велике почуття симпатії, любові, щирої потреби допомоги, тому вони є членами великої родини. А.Адлер назвав це відношенням «старшого брата».

10. **Демократичні погляди:** доброзичливість, ставлення до кожного індивіда як до рівного, незалежно від його майнового статусу, суспільного рангу, рівня освіти, приналежності до певної раси чи національності. Для них цих відмінностей просто не існує.

11. **Міжособові стосунки** глибокі і всеохоплюючі, тобто велика самовіддача, вихід за межі власного «Я». Такі люди не виносять лицемірства, фальшивості, корисливості, самозакоханості і несправедливості. Здатні різко і справедливо судити тих, хто їх зрадив.

12. **Філософське, не вороже, почуття гумору** передбачає негативне ставлення до сміху з метою завдання людині шкоди, до сміху зверхності. Цей гумор – реалістичний, бо він перш за все спрямований на висміювання реальних недоліків.

13. **Працелюбність** зумовлює прагнення до праці, в основному – з творчим і невимушеним інтересом. Ці люди отримують задоволення не лише від результатів, а й від самого процесу праці.

14. **Творчість,** яка у кожній особистості проявляється унікально, завдяки притаманним лише їй способам до творення і винахідливості.

15. Стійкість до впливу культури проявляється у співіснуванні з культурою та опором її впливу. Така людина здатна вибирати і засвоювати з культури те, що вважає добрим і відкидати те, що погане.

Система цінностей людей-актуалізаторів принципово відрізняється від системи, притаманної звичайній людині. Учениця А.Маслоу, Е.Шостром вважала актуалізатором Ісуса Христа позбавленого жодних людських недоліків. Серед американської популяції кількість самоактуалізованих особистостей становить, за даними А.Маслоу, 1 %. Найскравнішими представниками він називав А.Лінкольна і Т.Джефферсона. Серед тих, хто наближається до цього типу – А.Ейнштейн, А. Швейцер, Б.Спіноза; вірогідні представники, досліджені іншими авторами Й.Гете, Шолом-Алейхем, Дж.Вашінгтон, Й.Гайдн, К.Піссаро, П.Кропоткін, У.Уітмен та ін.

Нами було проведено соціологічне дослідження серед студентів груп СО-21, СО-22, СО-23 НУ «Львівська політехніка», яке охопило п'ятдесят респондентів. Проведене опитування стосувалося вивчення проблеми маніпуляції і самоактуалізації у житті сучасної людини. Переважаюча більшість опитаних, а точніше 90 % погодилися з твердженням, що людина-маніпулятор – це людина, яка за допомогою різноманітних прийомів і маневрів використовує і контролює інших людей з метою досягнення власних цілей. 66% респондентів визнали, що інколи маніпулюють іншими людьми, а 72 % не знають чи змогли б віднести себе до людей – актуалізаторів. 56 % опитаних не мають ані найменшого уявлення про визначення людини-актуалізатора, а 32% погоджуються з визначенням «людина-актуалізатор – це людина, яка прагне розкрити свій внутрішній потенціал, не приховує своїх почуттів, ставиться до інших людей як до особистостей, тобто суб'єктів». 20 % респондентів вважають себе актуалізаторами. Щодо причин маніпуляцій – 60% вважають що основна – маніпулювання зумовлене тим, що ми живемо у світі, де для того, щоб досягнути певних вершин необхідно маніпулювати іншими, 40% – прагнення тримати все і всіх під контролем, 30% – люди прагнуть визначеності і гарантованості у житті.

Отже, нас усіх оточує павутина людських маніпуляцій, яка примушує нас рухатися у наперед визначеному напрямку, приховувати свої істинні почуття, відмовлятися від повноти і прекрасності життя, робити інших людей об'єктами і самими ставати маріонетками у спектаклі, створеному іншими людьми. Особистості, яка прагне стати на шлях самовдосконалення, духовного розвитку, морального зростання, пошуку свободи, тобто само актуалізації, перш за все потрібно виявляти маніпуляції в собі і в інших, прийняти себе такими, якими є насправді, навчитися чесно і відкрито виявляти свої почуття, бачити в інших людях їхні особистості і індивідуальності. Нажаль, самоактуалізаційні особистості – надзвичайна рідкість в сучасному світі. Але все залежить лише від нас. Наше життя і наше майбутнє залежить від нашого вибору – маніпуляції чи самоактуалізації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кашапов Р. Р. Курс практической психологии, или как научиться работать и добиваться успеха. – Москва: АСТ-ПРЕСС, 2006. – 443 с.
2. Фромм Э. Иметь или быть? – М.: Прогресс, 1986. – 237 с.
3. Цигульська Т. Ф. Навчальний посібник Загальна та прикладна психологія. Як допомогти собі та іншим. Курс лекцій. – Київ: видавництво «Наукова думка», 2000. – 190 с.
4. Шостром Э. Анти – Карнеги, или Человек-манипулятор. – Минск: Полифакт, 1992. – 127 с.
5. Maslow A. Toward a Psychology of Being. – N.Y.: Van Nostrand Reinhold, 1968. – 240 p.
6. Rogers C. On Becoming a Person. Boston: Houghton Mifflin, 1961. – 420 p

Н.В. МАЛЯРСЬКА, В.С. ВАСИЛЬКЕВИЧ ОКРЕМІ КЛІНІЧНІ ПРОЯВИ РОЗСІЯНОГО СКЛЕРОЗУ В ДИФЕРЕНЦІЙНІЙ ДІАГНОСТИЦІ

В даній роботі описані клінічні прояви розсіяного склерозу, які зустрічаються не більше як у 10% випадків у хворих; проте вони вимагають особливої уваги при проведенні диференційної діагностики і оцінки ефективності лікування.

В представленной работе описаны клинические проявления рассеянного склероза, которые встречаются не более 10% случаев; но они заслуживают особенного внимания для проведения дифференциальной диагностики и оценки эффективности лечения.