



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 1 / 2025, Vol. 8, Iss. 1 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 130.2

<sup>1</sup> Ягудин Д.Р.,

<sup>2,3</sup> Куркова И.В.,

<sup>1</sup> Международный университет профессиональных инноваций,

<sup>2</sup> Славяно-греко-латинская академия,

<sup>3</sup> эксперт по методике «Нейродинамическое восстановление, специализация: психология нейродинамического нарушения в психической деятельности»

### Алгоритм воздействия на сознание с помощью бессознательного

**Аннотация:** статья посвящена актуальной проблеме влияния бессознательного на сознание. Наша бессознательная часть мозга содержит в сотни раз больше информации, чем сознательная составляющая. Сознание – это отражение объективного материального мира в человеческом разуме и сумма различных психологических процессов. Сознание и подсознание – это два аспекта единства противоположностей, составляющих психологическое целое человека. Сознание основано на существовании подсознания и является его условием. Подсознание доминирует и ограничивается сознанием. Сознание является высшим регулятором подсознания и даже всей психологической деятельности. Сознание и подсознание влияют друг на друга и зависят друг от друга, а также трансформируются друг в друга при определенных условиях. Сознание имеет функциональные характеристики, такие как познание, опыт, цель, контроль, мышление и творчество. Это сумма всех сознательных психологических действий. Формами сознания являются разум, логика, парадигма, суждение, рассуждение, совесть и нравственное чувство. Понимая функциональные характеристики и формы деятельности сознания, нетрудно увидеть, что сознание является источником индивидуальных мыслей и силы. Подсознание имеет такие функциональные характеристики, как познание, опыт, хранение, обучение, создание. Это сумма всех психологических действий, о которых люди не знают. Формами подсознательной деятельности являются интуиция, эмоция, убеждение, поощрение, внушение, воображение, общая система, память и творчество. Подсознание не ограничено временем и пространством. Оно содержит врожденные инстинкты, прошлые чувства и мудрость человека, настоящее сознание и знания, а также мысли и прозрения о будущем и обладает колоссальными возможностями передачи и приема. В данном направлении необходима работа именно над подсознанием с целью формирования необходимых направлений сознания.

**Ключевые слова:** сознание, бессознательное, влияние, психика человека, человеческий мозг

**Для цитирования:** Ягудин Д.Р., Куркова И.В. Алгоритм воздействия на сознание с помощью бессознательного // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 1. С. 132 – 136.

Поступила в редакцию: 24 октября 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 25 декабря 2024 г.; Принята к публикации: 10 февраля 2025 г.

<sup>1</sup> **Yagudin D.R.,**

<sup>2,3</sup> **Kurkova I.V.,**

<sup>1</sup> *International University of Professional Innovation,*

<sup>2</sup> *Slavic-Greek-Latin Academy,*

<sup>3</sup> *Expert in Neurodynamic recovery methodology, specialization:  
psychology of neurodynamic disorders in mental activity*

## **Algorithm of influence on consciousness by means of the unconscious**

**Abstract:** the article is devoted to the current problem of the influence of the unconscious on consciousness. Our unconscious part of the brain contains hundreds of times more information than the conscious component. Consciousness is a reflection of the objective material world in the human mind and the sum of various psychological processes. Consciousness and subconsciousness are two aspects of the unity of opposites that make up the psychological whole of a person. Consciousness is based on the existence of the subconscious and is its condition. The subconscious dominates and is limited by consciousness. Consciousness is the highest regulator of the subconscious and even of all psychological activity. Consciousness and subconsciousness influence each other and depend on each other, and are also transformed into each other under certain conditions. Consciousness has functional characteristics such as cognition, experience, purpose, control, thinking and creativity. It is the sum of all conscious psychological actions. The forms of consciousness are reason, logic, paradigm, judgment, reasoning, conscience and moral sense. Understanding the functional characteristics and forms of consciousness activity, it is easy to see that consciousness is the source of individual thoughts and power. The subconscious has such functional characteristics as cognition, experience, storage, learning, creation. It is the sum of all psychological actions that people do not know about. The forms of subconscious activity are intuition, emotion, conviction, encouragement, suggestion, imagination, general system, memory and creativity. The subconscious is not limited by time and space. It contains innate instincts, past feelings and wisdom of a person, present consciousness and knowledge, as well as thoughts and insights about the future and has enormous possibilities of transmission and reception. In this direction, it is necessary to work on the subconscious in order to form the necessary directions of consciousness.

**Key words:** consciousness, unconscious, influence, human psyche, human brain

**For citation:** Yagudin D.R., Kurkova I.V. Algorithm of influence on consciousness by means of the unconscious. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (1). P. 132 – 136.

The article was submitted: October 24, 2024; Approved after reviewing: December 25, 2024; Accepted for publication: February 10, 2025

### **Введение**

В современном мире, с динамичным ритмом жизни, стремлением успеть многое за короткий промежуток времени, человек испытывает огромное количество стрессов, что зачастую приводит к душевной усталости и дисгармонии. В условиях политического, экономического и духовного кризиса ценности человека, как индивидуума, находятся под угрозой. Даже в окружении множества людей человек часто чувствует себя одиноким и испытывает эмоциональные страдания.

Сознание – это субъективное психологическое состояние и центр управления человеческим мышлением и поведением. Благодаря сознанию люди могут воспринимать изменения во внешнем мире, проводить саморефлексию и самоанализ, тем самым достигая познания себя и внешнего мира. Сознание также несет в себе эмоциональные переживания человека, позволяя людям испытывать такие эмоции, как счастье, грусть, гнев и т. д.

[2].

### **Материалы и методы исследований**

Настоящее исследование основано на теоретическом анализе научной литературы, посвященной взаимодействию сознания и бессознательного в психической деятельности человека. В качестве методологической базы использовались труды в области когнитивной психологии, психоанализа и нейронаук, рассматривающие механизмы формирования поведенческих и эмоциональных реакций под влиянием подсознательных процессов. Анализ проводился с опорой на концепции бессознательного в работах З. Фрейда, К.Г. Юнга и современных исследователей, изучающих роль подсознания в регуляции поведения и принятии решений.

### **Результаты и обсуждения**

Подсознание обладает уникальными функциями и огромной внутренней силой. С точки зрения физиологических механизмов сознательная деятельность тесно связана с языком. Это высшая

форма отражения человеческого мозга, интегрированная деятельность функциональной совместной системы двух полушарий мозга, особенно префронтальной коры левое полушарие. Подсознание хранит большой объем опыта, убеждений и ценностей, которые играют роль за пределами сознания человека и оказывают важное влияние на его поведение и эмоции.

Подсознание – это глубокая психологическая деятельность, основа сознательной деятельности и сумма всех психологических видов деятельности, которые не осознаются. Оно не имеет очевидной связи с языком и в основном является продуктом невербального мышления в правом полушарии мозга и подкорковых центрах [10]. Сознание и подсознание имеют свои собственные функции и физиологические механизмы. Если функции сознания и подсознания смогут полноценно и гармонично проявляться, то возможности человека возрастут в несколько раз или даже в десятки раз. Сознание и подсознание являются органическими частями психологической деятельности. Между ними нет непреодолимого разрыва. Они всегда находятся в состоянии взаимозависимости и взаимной трансформации.

Взаимосвязь подсознания и сознания является важной областью исследований в психологии. Подсознание (бессознательное) и сознание – два важных компонента психологической деятельности человека. Они взаимозависимы и влияют друг на друга, а вместе определяют поведение, эмоции и познание индивида [1].

Сознание влияет на деятельность подсознания посредством отбора и обработки информации; при этом содержание и мотивация подсознания также постоянно влияют на сознательную деятельность личности. Это взаимодействие делает психологическую деятельность человека сложной и изменчивой. Например, человек может не осознавать определенную эмоцию или конфликт на сознательном уровне, но на подсознательном уровне эта эмоция или конфликт влияют на его поведение и эмоции.

Подсознание можно раскрыть посредством снов, свободных ассоциаций и психотерапии, тем самым достигая более глубокого понимания индивидуальной психологической деятельности. Подсознательные желания и конфликты будут влиять на выбор индивидуального поведения и способствовать его возникновению и изменению. Применение и исследование подсознания и сознания в психологии. Подсознание имеет важное прикладное и исследовательское значение в психологии [5]. Психоаналитическая теория Фрейда подчеркивает роль подсознания в психологической дея-

тельности и полагает, что подсознательные желания и конфликты являются главной движущей силой поведения. Анализируя подсознание, люди могут лучше понять свое поведение и психическое состояние, тем самым совершенствуя себя.

В психологии сознание, бессознательное и подсознание являются ключевыми элементами психологической деятельности. Сознание доминирует над восприятием, размышлениями и эмоциями; бессознательное регулирует физиологические функции и привычное поведение; подсознание содержит внутренние конфликты и желания. Эти три компонента взаимозависимы и влияют друг на друга, определяя поведение, эмоции и познание человека. Понимание этих факторов может помочь укрепить психическое здоровье и регулировать поведение.

Сознание – это не только субъективное психологическое состояние, но и центр управления мышлением и поведением человека. Именно посредством сознания люди способны воспринимать изменения во внешнем мире и интегрировать эти восприятия в значимый опыт. Сознание имеет уникальную функцию [3]. Оно позволяет людям размышлять о себе и заниматься самоанализом, тем самым достигая познания себя и внешнего мира. Эта рефлексивная способность способствовала развитию и прогрессу человеческой цивилизации. Кроме того, сознание также несет в себе эмоциональные переживания человека и является важной платформой для выражения эмоций.

Бессознательное является глубинным процессом в психологической деятельности человека, и его роль часто скрыта в деталях повседневной жизни. Например, такие физиологические функции, как дыхание и сердцебиение, являются результатом бессознательной регуляции. В психологии бессознательное считается одним из основных факторов, определяющих поведение. Многие поведенческие привычки, эмоциональные реакции и т.д. формируются и проявляются на бессознательном уровне, и людям часто трудно их осознать [7]. Кроме того, бессознательное также тонко влияет на познание и принятие решений человеком. Некоторые психологические эксперименты показали, что люди могут выполнять сложные когнитивные задачи даже в бессознательном состоянии, что свидетельствует о важности бессознательного состояния в когнитивных процессах.

На физиологическом уровне подсознание представляет собой базу данных сохраненных программ, в первую очередь тех, которые ребенок получает с последнего триместра беременности до первых шести лет жизни. Это программы стимул-реакция, или «привычки». Эти подсознательные

действия не требуют никакого мышления, а больше похожи на нажатие кнопок и запуск программ [9]. К сожалению, загружаемые программы, содержащие базы данных подсознания, получены путем записи поведения других людей (родителей, братьев и сестер, а также общества). Важно то, что эти запрограммированные модели поведения выражаются в виде «энергетических» вибраций, которые не содержатся в нашей голове.

Сравнивая алгоритмы формирования моделей поведения под воздействием сознания и бессознательного психического процесса, можно сделать вывод о следующем. Работа на бессознательном уровне как изменение рефлекторного механизма меняет модель поведения, ведет к новым результатам, коррекции личности. Данная работа нацелена именно на целенаправленный процесс положительной динамики. Работа на сознательном уровне ведет к рационализации, адаптации к имеющимся и возникающим условиям. Внешний и внутренний раздражитель вызывает реакцию нервной системы. Беспокойство, стресс побуждает ее избежать этого, уйти, адаптироваться к жизни в новой пара-

дигме. После избавления от напряжения, раздражителей с помощью эмоциональных средств (слез, гнева, крика и т.д.) разум осмысливает ситуацию, сознание принимает случившиеся. Поведение личности в этих условиях не меняется.

### Выводы

Таким образом, алгоритм влияния на сознания посредством бессознательных процессов является эффективным средством формирования личности и ее аспектных составляющих. С помощью подсознания, которое способно хранить во много раз больше информации, чем сознательная часть мозга, возможно формировать поведенческие, эмоциональные и деятельностные функции человека. Бессознательное в значительной мере само может управлять поступками, действиями (зачастую на автоматическом уровне). Сновидения, фантазии, грезы, мечты способны в значительной мере подвинуть человека на новые свершения и открытия, разработкой чего, собственно, и занимаются в современных условиях специалисты по когнитивной науке.

### Список источников

1. Васильев В.В. Трудная проблема сознания. Москва: Прогресс-Традиция, 2009. 272 с.
2. Добrorодный Д.Г. Психоанализ как методологический проект в социально-гуманитарном познании // Теоретический журнал «Credo new». 2009. № 2. С. 150 – 168.
3. Ерсак Л.А. История становления и современное состояние проблемы исследований бессознательного в психологии [Электронный ресурс] // Материалы VI Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум» URL: <https://scienceforum.ru/2014/article/2014003109> (дата обращения: 18.09.2024)
4. Минаева Н.С., Пивоваров Д.В. Понятия сознательного и бессознательного: психологический аспект // Психологический вестник Уральского государственного университета. 2009. Вып. 7. С. 189 – 199.
5. Руднев В.П. К новой теории бессознательного // Гуманитарные науки: теория и методология. 2010. № 3. С. 94 – 99.
6. Сивцева П.И. Сознание и бессознательное в психологии [Электронный ресурс] // Материалы IX Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум». URL: <https://scienceforum.ru/2017/article/2017036188> (дата обращения: 18.09.2024)
7. Соловых О.В. Диссоциации сознательных процессов и бессознательного в психологическом консультировании с использованием эриксоновской психотерапии и гипноза // Молодой ученый. 2012. № 2 (37). С. 231 – 238.
8. Ускова Е.В. Сознание и бессознательное: эволюционные преимущества сознания // Интеллект. Инновации. Инвестиции. 2017. № 4. С. 71 – 75.
9. Черниговская Т.В. Это не я-это мой мозг... Опасные времена для человеческого в человеке // Отечественные записки. 2013. Т. 1. С. 52.
10. Шумаров А.П., Бухарова А.Е. К вопросу о соотношении сознания и бессознательного в рамках психоаналитической парадигмы // Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований. 2023. № 1 (8). С. 74 – 79.

### References

1. Vasiliev V.V. The difficult problem of consciousness. Moscow: Progress-Tradition, 2009. 272 p.
2. Dobrorodniy D.G. Psychoanalysis as a methodological project in social and humanitarian knowledge. Theoretical journal "Credo new". 2009. No. 2. P. 150 – 168.

3. Ersak L.A. The history of the formation and the current state of the problem of research of the unconscious in psychology [Electronic resource]. Materials of the VI International student scientific conference "Student Scientific Forum" URL: <https://scienceforum.ru/2014/article/2014003109> (date of access: 09/18/2024)
4. Minaeva N.S., Pivovarov D.V. The concepts of the conscious and the unconscious: a psychological aspect. Psychological Bulletin of the Ural State University. 2009. Issue 7. P. 189 – 199.
5. Rudnev V.P. Towards a new theory of the unconscious. Humanities: Theory and Methodology. 2010. No. 3. P. 94 – 99.
6. Sivtseva P.I. Consciousness and the unconscious in psychology [Electronic resource]. Proceedings of the IX International Student Scientific Conference "Student Scientific Forum". URL: <https://scienceforum.ru/2017/article/2017036188> (date accessed: 09/18/2024)
7. Solovykh O.V. Dissociations of conscious processes and the unconscious in psychological counseling using Erickson's psychotherapy and hypnosis. Young scientist. 2012. No. 2 (37). P. 231 – 238.
8. Uskova E.V. Consciousness and the unconscious: evolutionary advantages of consciousness. Intelligence. Innovations. Investments. 2017. No. 4. P. 71 – 75.
9. Chernigovskaya T.V. It's not me – it's my brain... Dangerous times for the human in man. Otechestvennye zapiski. 2013. Vol. 1. P. 52.
10. Shumarov A.P., Bukharova A.E. On the relationship between consciousness and the unconscious within the framework of the psychoanalytic paradigm. All-Russian scientific and practical journal of social and humanitarian studies. 2023. No. 1 (8). P. 74 – 79.

### **Информация об авторах**

**Ягудин Д.Р.**, доктор психологических наук, Член Российской профессиональной медицинской ассоциации остеопатии и мануальной медицины, психосоматолог, преподаватель, Международный университет профессиональных инноваций, г. Балашиха, мкрн. Железнодорожный, ул. Автозаводская, д 3 кв. 86, [dr.yagudin@mail.ru](mailto:dr.yagudin@mail.ru)

**Куркова И.В.**, психолог, аспирант, Славяно-греко-латинская академия, эксперт по методике «Нейродинамическое восстановление, специализация: психология нейродинамического нарушения в психической деятельности», [kapustina\\_8@mail.ru](mailto:kapustina_8@mail.ru)

© Ягудин Д.Р., Куркова И.В., 2025