

Частина I

ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Навряд чи ми когось здивуємо, якщо нагадаємо, що всі люди різні. У нас різні статура й колір очей, різні звички й уподобання. Як то кажуть, про смаки не сперечаються, тому що в нас ще й різні критерії щодо життя і ми віримо в різне. І є ще одне, що нас відрізняє, — різне мислення, і діємо в цьому чудовому й дивовижному світі ми теж по-різному.

Водночас усі ми маємо багато спільного. Ми — люди, у нас спільний генетичний код і спільна структура організму, у нас часто спільні ідеї і цінності. І навіть буває, що збігаються переконання і світогляд. Коли на нашому шляху зустрічається хтось, хто думає так само, як ми, з цією людиною нам зазвичай легко спілкуватися, працювати й досягати успіху чи просто проводити час. А ось запитання: як же ми думаємо? Які механізми нашого мислення і сприйняття? Чим вони відрізняються і в чому схожі?

Одна з моделей, яка описує те, як ми сприймаємо світ і як мислимо, — метапрограми.

Що таке метапрограми

Метапрограми — це звички мислення. Вони є фільтрами сприйняття і відображають структуру мислення людини.

Навколо нас у світі існує безліч інформації. Щось із неї ми сприймаємо усвідомлено, проте більшу частину — несвідомо. Усі ми якимось способом фільтруємо, що з навколишнього світу буде сприйнято та оброблено, а що — ні. Багатьом відоме «магічне число Міллера 7 ± 2 »¹, яке показує, що одноментно людина може свідомо сприймати кількість одиниць інформації, що дорівнює 7 ± 2 . Якщо одиниць інформації буде більше, частина її втрачається, проходить повз свідомість.

Знаєте, як буває, коли дві людини стали свідками однієї події і потім розповідають про неї? Часом слухаєш і дивишся: ніби вони про різні події говорять, настільки можуть відрізнитися їхні історії.

Звичайно, виникає запитання: за яким принципом інформація або потрапляє до свідомості, або проходить повз? Які критерії існують для цього? Що це за фільтри, які «керують» потоками отримуваної інформації? Як ці фільтри розподіляють їх, виділяючи важливі та ігноруючи незначні?

Одними з таких фільтрів і є *метапрограми*. Найзвичніші для нас метапрограми — властивий нам тип і спосіб мислення — визначають, яку інформацію з навколишнього світу нам варто сприймати й запам'ятовувати, а якою можна знехтува-

¹ «Магічне число Міллера 7 ± 2 » — закономірність, виявлена американським вченим-психологом Джорджем Міллером, згідно з якою короткочасна людська пам'ять зазвичай не може запам'ятати й повторити понад 7 ± 2 елементів. Ця закономірність була викладена в його роботі *The Magical Number Seven, Plus or Minus Two: Some Limits on our Capacity for Processing Information*, що побачила світ 1956 року в *Psychological Review*.