

УДК 159.9.07

**Е. И. Сапего**, кандидат психологических наук, доцент  
Академия управления при Президенте Республики Беларусь,  
ул. Московская, 17, 220007 Минск, Республика Беларусь, miltkom@yandex.by

## ВЫДАЮЩЕМУСЯ УЧЕНОМУ ВИКТОРУ ПАВЛОВИЧУ ШЕЙНОВУ — 85 ЛЕТ!

Статья посвящена осмыслению творческого пути Виктора Павловича Шейнова — выдающегося ученого, профессора, доктора социологических наук, кандидата физико-математических наук, академика Международной академии информационных технологий, автора более 400 научных статей, 21 монографии и более 40 книг по практической психологии. Исследовательский интерес В. П. Шейнова в значительной степени сконцентрирован в области конфликтологии, психологии влияния, ассертивности, психологии манипулирования и защиты от манипулирования. Заслуживают внимания актуальные исследования цифровизации, выполненные в последние пять лет по инициативе В. П. Шейнова, под его руководством и при активном участии. Приведено интервью с В. П. Шейновым о жизненных принципах. Описаны научные исследования и разработки В. П. Шейнова в теории и практику психологических воздействий и конфликтологию.

**Ключевые слова:** В. П. Шейнов; методики исследования; конфликтология; психология влияния; социология.  
**Библиогр.:** 27 назв.

**E. I. Sapego**, Ph. D. in Psychology, Associate Professor  
Academy of Public Administration under the President of the Republic of Belarus,  
17 Moskovskaya Str., 220007 Minsk, the Republic of Belarus, miltkom@yandex.by

## OUTSTANDING SCIENTIST VIKTOR PAVLOVICH SHEINOV IS 85 YEARS OLD!

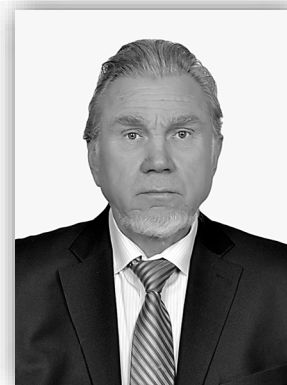
The article is devoted to understanding the creative path of Viktor Pavlovich Sheynov, an outstanding scientist, professor, doctor of sociological sciences, candidate of physical and mathematical sciences, academician of the International Academy of Information Technologies, author of more than 400 scientific articles, 21 monographs and more than 40 books on practical psychology. V. P. Sheynov's research interest is largely concentrated in the field of conflictology, psychology of influence, assertiveness, psychology of manipulation and protection from manipulation. Worthy of attention are the current studies of digitalization carried out in the last five years on the initiative of V. P. Sheynov, under his leadership and with his active participation. An interview with V. P. Sheynov about life principles is given. Scientific research and developments of V. P. Sheynov in the theory and practice of psychological influences and conflictology are described.

**Key words:** V. P. Sheynov; research methods; conflictology; psychology; sociology.  
**Ref.:** 27 titles.

**Введение.** Виктор Павлович Шейнов родился в Ярославле 3 мая 1940 года. Его мать, Шейнова Клавдия Николаевна, была простой работницей на химическом производстве; отец после войны в семью не вернулся, обосновался в Москве.

Детство В. П. Шейнова было омрачено болезнями. В возрасте 23 лет Виктор Павлович получил диплом с отличием по специальности «учитель математики и черчения», в 28 лет защитил кандидатскую диссертацию по математике, в 30 лет стал заведующим кафедрой теории функций и деканом математического факультета Белорусского государственного университета. Позже вступает в брак с Людмилой Васильевной. Имеет двух дочерей, трех внуков и четырех правнуков.

О Викторе Павловиче Шейнове, его научных достижениях написано уже немало [1; 2]. Опираясь на эти публикации и работы самого В. П. Шейнова, попытаемся раскрыть новые факты его жизни и научного творчества. Попробуем разобраться в том, как стало возможным, что Виктор Павлович написал сотни научных и десятки научно-практических работ по психологии, как он находит новые идеи.



**Материалы и методы исследования.** В исследовании использованы следующие методы: изучение результатов деятельности, документов и научных трудов В. П. Шейнова; интервью; биографический метод. Основными источниками исследования явились жизнетворчество В. П. Шейнова, биографические факты и научные труды.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Виктором Павловичем Шейновым получены фундаментальные научные результаты в конфликтологии, социологии, психологии.

*Вклад В. П. Шейнова в психологическую науку.* Увлечшись психологией, юбиляр достиг своего нынешнего научного уровня исключительно путем самообразования, называя себя «психологом-самоучкой». При этом следует отметить необыкновенную широту интересов и научную продуктивность Виктора Павловича. По его инициативе, под его руководством и активном личном участии проведены многочисленные масштабные исследования в самых разных областях психологии. Математическое образование профессора помогает вскрывать связи между явлениями и в математической обработке данных в проводимых им психологических и социологических исследованиях.

Учитывая личный опыт самообразования, В. П. Шейнов активно помогает самообразованию сотен тысяч читателей его научно-практических книг по психологии. В девяти издательствах России, Беларуси, Казахстана, Латвии, Германии вышло более 100 изданий 40 его книг по практической психологии общим тиражом более 950 000 экземпляров. Написанное Виктором Павловичем активно цитируется (индекс Хирша по публикациям его статей и монографий равен 36; в системе РИНЦ зафиксировано более 4 200 цитирований публикаций юбиляра).

Большое количество монографий и книг для широкой читательской аудитории, написанных В. П. Шейновым, являются результатом реализации им следующей концепции: каждый цикл исследований завершать обобщающей монографией и серией научно-практических книг, способствующих применению на практике полученных им результатов.

Значение монографий В. П. Шейнова для психологической науки и практики высоко оценено авторами статей к его предыдущему (80-летнему) юбилею [1; 2]. Сосредоточим внимание на введении профессором в психологическую науку новых понятий и концепций, обоснование которых содержится в данных монографиях.

*Вклад В. П. Шейнова в конфликтологию.* Особым способом содействия самообразованию людей стали тренинги по предотвращению и разрешению конфликтов в коллективах, проведенные юбиляром на более чем 300 предприятиях Беларуси, России, Латвии и ряда других стран, где знают русский язык.

Конфликтологи широко используют введенные Виктором Павловичем в научный оборот определения понятий «конфликтоген», «случайный конфликт», «неслучайный конфликт», его формулы случайных и неслучайных конфликтов, представленные им в докторской диссертации [3], монографии «Управление конфликтами» [4; 5] и в научно-практическом издании «Конфликты в нашей жизни и их разрешение» [6].

Неослабевающий со временем интерес к проведенному юбиляром фундаментальному исследованию конфликтов свидетельствует о глубине полученных им результатов.

Предложенные В. П. Шейновым формулы конфликтов действительно имеют большое теоретическое значение, так как позволяют вскрывать сущность конфликтов и подсказывают пути их разрешения, а также непреходящее практическое значение. В ряде своих книг для широкой аудитории юбиляр разобрал сотни конфликтов, показав, как по его формулам находятся первопричины конфликтов и способы их разрешения. Это было как в его первой книге — «Конфликты в нашей жизни и их разрешение» [6], вторая часть которой называется «200 конфликтов из нашей жизни», — и в более поздних («Поссорься со мной, если сможешь. Психология бесконфликтного общения») [7], так и в выпущенных в 2024 году издательством «Питер» (в серии «Лучшее») его новых книгах: «Как утрясти любой конфликт и обратить его себе на пользу» [8], «Ссоры. Секреты успешного разрешения конфликтов» [9], «Как управлять собой» [10].

Практическую полезность разработанной В. П. Шейновым технологии предотвращения и разрешения конфликтов оценили участники 300 тренингов, проведенных Виктором Павловичем на предприятиях различных отраслей. На его сайте [www.sheinov.com](http://www.sheinov.com) приведены 60 крупнейших в своей отрасли предприятий Беларуси и России, управленческий персонал которых он обучал на своих тренингах. Юбиляр гордится тем, что не рекламировал свои тренинги, популярность была обусловлена реальной востребованностью среди специалистов по работе с персоналом и тех, кому он помог разрешить их конфликты.

*Вклад В. П. Шейнова в теорию и практику психологических воздействий.* В. П. Шейновым основательно изучено психологическое влияние, психология манипулирования, макиавеллизм личности, убеждающие воздействия, психология ассертивности.

В монографии «Психологическое влияние» (2007) профессором разработана и верифицирована единая модель психологических воздействий: «Вовлечение в контакт» + «Фоновые факторы» + «Воздействие на мишени» + «Побуждение к активности» [11]. В нее, как показал Виктор Павлович, вписывается каждое из четырнадцати видов влияния, к числу которых относятся: агрессия, внушение, игнорирование, манипуляция, нейролингвистическое программирование, побуждение к подражанию, принуждение, просьба, психологическое заражение, самопродвижение, слухи, убеждение, формирование благосклонного отношения, скрытое управление. Первоначально «модель была создана для скрытого управления» [12, с. 126], но в дальнейшем она была распространена её автором на все другие названные выше виды влияния.

Новый вид психологического воздействия — «скрытое управление» — предложен В. П. Шейновым в монографии «Скрытое управление человеком» [12]. Монография выдержала 27 переизданий, в системе РИНЦ фиксируется 450 её цитирований, что свидетельствует о теоретической и практической значимости сделанного учёным открытия.

Практическим применениям техники скрытого управления посвящены такие книги В. П. Шейнова, как «Неотразимый комплимент. Безотказные приемы влияния» [13], «Тайны поведения человека. Трансактный анализ — просто, понятно, интересно» [14], «Сила влияния: воздействия явные и скрытые» [15], «Юмор как способ влияния» [16], «Психотехнологии влияния» [17].

*Разработка В. П. Шейновым техники защиты от манипуляций.* Особого внимания заслуживает вклад учёного в изучение актуальной в настоящее время проблемы манипулирования и защиты от манипуляций. Разработка Виктором Павловичем техники скрытого управления привела его к пониманию того, что манипулирование — это эгоистическая разновидность скрытого управления. Подчеркивая социальную опасность манипуляций, В. П. Шейнов раскрыл сущность и психологический механизм манипулирования, описав универсальную модель манипулятивного воздействия [18] и её применение в процессе манипулирования сознанием [19].

Для практического применения профессором разработана универсальная система защиты от манипулирования и тест [20; 21], позволяющий определить, насколько человек не защищен от манипулирования им. Включающая эти результаты книга «Манипулирование и защита от манипуляций» [20] выдержала 13 изданий.

Темы практических разработок В. П. Шейнова продиктованы запросами организаций и производств, потребностями конкретных людей и собственным жизненным опытом. Обнаружив новую эффективную психологическую идею, Виктор Павлович делится ею с широкой читательской аудиторией. Так, постоянно ощущая нехватку времени, разработал приемы тайм-менеджмента и описал в книге «Где найти недостающее время и новые идеи» [22]. Большую практическую значимость также имеют книги: «Как убедить, когда вас не слышат» [23], «Говорить “нет”, не испытывая чувства вины» [24], «Как утрясти любой конфликт и обратить его себе на пользу» (автобиографическая книга) [8], «Ссоры. Секреты успешного разрешения конфликтов» [9], «Как управлять собой» [10].

Последние пять лет Виктор Павлович интенсивно исследует актуальные проблемы цифровизации и психометрики. С применением авторских опросников [21; 25—27] выявлены личностные корреляты цифровых зависимостей (от смартфона, социальных сетей). В. П. Шейнов

показал возможность сокращения количества заданий в 11 наиболее часто используемых в настоящее время опросниках, доказав при этом валидность и надёжность предложенных им сокращенных версий этих опросников.

Здесь представлены только некоторые сведения о достижениях Виктора Павловича Шейнова, свидетельствующие о значительности его вклада в психологическую науку и характеризующие его как автора множества актуальных научных и научно-практических публикаций. Мы организовали с юбиляром онлайн-интервью о правилах жизни, навеянных его книгой-исследованием «Как управлять собой» [10].

### Интервью с юбиляром о жизненных принципах

*Е. И. Сапего:* Виктор Павлович, Ваша творческая продуктивность просто поражает! Как Вам, нашему уважаемому юбиляру, удалось этого достичь?

*В. П. Шейнов:* Все дело в том, что я — трудоголик. Творческая работа — мое самое любимое занятие. С вечера мечтаю, как утром сяду за компьютер. Если нет задачи на утро, буду мучиться и думать вместо того, чтобы просто заснуть. А если долго мучиться, что-нибудь получится.

*Е. И. Сапего:* Но ведь вместо научных идей могут лезть в голову разные бытовые проблемы... И все равно столько книг написано, проведено масштабных исследований...

*В. П. Шейнов:* Раскрою секрет: я ведь больше ничего другого и не умею — то, в чем, возможно, и преуспел, это все, что я умею делать. Большое счастье (во всех отношениях), что мне бесконечно повезло с моей любимой супругой Людмилой Васильевной! Она создала идеальные условия для творческой работы. Так что, если у меня что-то получилось, то в этом ее самый весомый вклад!

*Е. И. Сапего:* Рада за Вас! На Вашем сайте [www.sheinov.com](http://www.sheinov.com) прочла, что много болели в детстве...

*В. П. Шейнов:* Да, к сожалению, так и было. Практически не выходил из больниц, так что в 7 лет меня не взяли в школу, настолько был слаб. Была начальная стадия туберкулеза. Мама уехала со мной в деревню, чтобы лечить козьим молоком, поскольку шла война, лекарств не было. Болезнь удалось победить, но в легких осталось затемнение, из-за которого после каждой флюорографии терапевты рекомендуют мне показаться фтизиатру.

*Е. И. Сапего:* Но сейчас Вам — 85, и Вы не производите впечатление старого, 85-летнего человека — ни внешне, ни по вашей энергетике.

*В. П. Шейнов:* Спасибо, очень приятно это услышать!

*Е. И. Сапего:* Но как Вы пришли к такой форме вопреки серьезной болезни в детстве?

*В. П. Шейнов:* Наверное, как раз и благодаря такому болезненному детству. Боялся, что долго не проживу, поэтому старался вести здоровый образ жизни: избежал увлечения курением, спиртными напитками, старался не переедать и постоянно нагружал себя аэробными упражнениями. Сколько помню себя, каждое утро или вечер бегал трусцой, а последние 20 лет на смену этому пришла быстрая ходьба: ежедневно после ужина прохожу за час 5 километров. В любую погоду. Придерживаюсь этого еще и потому, что многие продуктивные идеи возникли именно во время этой ходьбы.

*Е. И. Сапего:* Если так, то, наверное, проблем с лишним весом не было у Вас никогда?

*В. П. Шейнов:* Отнюдь. В стрессовых ситуациях вес прибывал... Во время одного весьма длительного конфликта я набрал 20 лишних килограммов. Чтобы избавиться от них, изучил проблему и разработал собственные правила похудения. Действуя по ним, довольно быстро избавился от этих лишних «накоплений». А когда в этом «усеченном» виде появился по делам в издательстве «Амалфея», то его сотрудницы, видя результат, попросили поделиться, как этого достичь и им. Описал эту систему, принес «заказчицам», а они быстро напечатали ее в виде небольшой книжки «Как похудеть без мучений и расходов». Позднее я сделал ее отдельной главой в книге «Как управлять собой». Полгода назад вышло очередное издание этой книги.

*Е. И. Сапего:* Вы — доктор социологических наук, а исследования проводите психологические и книги Ваши — по психологии. Почему так?

*В. П. Шейнов:* Так получилось. В 1996 году вышла моя книга «Конфликты в нашей жизни и их разрешение». Академик Национальной академии наук Евгений Михайлович Бабосов увидел в ней все необходимое и достаточное для оформления докторской диссертации по конфликтологии. Огромная благодарность за это глубокоуважаемому Евгению Михайловичу! Так я стал доктором социологических наук. После этого защищать еще и докторскую по психологии стало ненужной тратой времени и нервов. Да и необходимости в этом не было — на защитах диссертаций выступаю оппонентом и по психологическим, и социологическим специальностям, являюсь членом редколлегий ряда психологических журналов.

**Заключение.** Виктор Павлович Шейнов известен в Беларуси, России и ближнем зарубежье как один из самых читаемых и цитируемых психологов. Его отличают жизнелюбие, энциклопедичность знаний и широта научных интересов, творческое мышление, целеустремленность и настойчивость в достижении поставленной цели, открытость и доброжелательность в общении.

Свой юбилей Виктор Павлович встречает на подъеме: проводит международные исследования, публикует отвечающие современным проблемам статьи и книги, выступает на конференциях, помогает молодым ученым, привлекает коллег к изучению наиболее актуальных научных проблем.

Деятельность В. П. Шейнова можно охарактеризовать как жизнеутверждающую, поддерживающую право человека на свободу от всевозможных зависимостей, на самоутверждение и саморазвитие.

Виктор Павлович состоялся и продолжает развиваться как автор уникальных работ и оригинальных идей. Он — «человек, сделавший себя сам» в психологической науке. И в настоящее время каждый день его жизни наполнен смыслом и творчеством.

Поздравляем уважаемого Виктора Павловича с замечательным юбилеем! Желаем ему новых творческих достижений, осуществления намеченных целей, душевного и физического благополучия!

#### Список цитируемых источников

1. Знаков, В. В. Выдающемуся ученому, психологу Виктору Павловичу Шейнову — 80 лет! (Мировая наука в лицах) / В. В. Знаков, Л. Г. Почебут, Г. В. Лосик // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия «Психология и педагогика». — 2020. — № 2. — С. 348—356.
2. Известному ученому, психологу, автору книг Виктору Павловичу Шейнову — 80! // Российский психологический журнал. — 2020. — № 2. — С. 82—83.
3. Шейнов, В. П. Управление конфликтами в социальных группах и организациях : автореф. дис. ... д-ра социол. наук : 22.00.04 / Шейнов Виктор Павлович ; НАН Беларуси, Ин-т социологии. — Минск, 2000. — 32 с.
4. Шейнов, В. П. Управление конфликтами / В. П. Шейнов. — 3-е изд. — СПб. : Питер, 2019. — 576 с.
5. Шейнов, В. П. Управление конфликтами / В. П. Шейнов. — 4-е изд. — М. : АСТ, 2024. — 640 с.
6. Шейнов, В. П. Конфликты в нашей жизни и их разрешение / В. П. Шейнов. — Минск : Амалфея, 1996. — 288 с.
7. Шейнов, В. Поссорься со мной, если сможешь. Психология бесконфликтного общения / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2016. — 224 с.
8. Шейнов, В. Как утрясти любой конфликт и обратить его себе на пользу / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2024. — 256 с.
9. Шейнов, В. Ссоры. Секреты успешного разрешения конфликтов / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2024. — 256 с.
10. Шейнов, В. Как управлять собой / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2024. — 384 с.
11. Шейнов, В. П. Психологическое влияние / В. П. Шейнов. — 6-е изд. — М. : АСТ, 2013. — 800 с.
12. Шейнов, В. П. Скрытое управление человеком / В. П. Шейнов. — 27-е изд. — М. : АСТ ; Минск : Харвест, 2011. — 816 с.
13. Шейнов, В. Неотразимый комплимент. Безотказные приемы влияния / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2016. — 240 с.
14. Шейнов, В. Тайны поведения человека. Транзактный анализ — просто, понятно, интересно / В. Шейнов. — М. : АСТ, 2017. — 264 с.
15. Шейнов, В. Сила влияния: воздействия явные и скрытые / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2018. — 272 с.
16. Шейнов, В. Юмор как способ влияния / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2016. — 208 с.
17. Шейнов, В. П. Психотехнологии влияния / В. П. Шейнов. — М. : АСТ ; Минск : Харвест, 2005. — 448 с.
18. Шейнов, В. П. Психология манипулирования / В. П. Шейнов. — 4-е изд. — М. : АСТ ; Минск : Харвест, 2011. — 704 с.
19. Шейнов, В. П. Манипулирование сознанием / В. П. Шейнов. — Минск : Харвест, 2010. — 768 с.
20. Шейнов, В. П. Манипулирование и защита от манипуляций / В. П. Шейнов. — 17-е изд. — СПб. : Питер, 2014. — 304 с.
21. Шейнов, В. П. Разработка опросника для оценки степени незащищенности индивида от манипулятивных воздействий / В. П. Шейнов // Вопросы психологии. — 2012. — № 4. — С. 147—153.
22. Шейнов, В. Где найти недостающее время и нестандартные решения. Всё успеть и преуспеть / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2017. — 288 с.
23. Шейнов, В. Как убедить, когда вас не слышат / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2019. — 352 с.
24. Шейнов, В. Говорить «нет», не испытывая чувства вины / В. Шейнов. — СПб. : Питер, 2019. — 256 с.
25. Шейнов, В. П. Разработка теста ассертивности, удовлетворяющего требованиям надежности и валидности / В. П. Шейнов // Вопросы психологии. — 2014. — № 2. — С. 107—116.
26. Шейнов, В. П. Короткая версия опросника «Шкала зависимости от смартфона» / В. П. Шейнов // Институт психологии Российской академии наук. Организационная психология и психология труда. — 2021. — № 6 (1). — С. 97—115.
27. Шейнов, В. П. Разработка надежного и валидного опросника зависимости от социальных сетей / В. П. Шейнов, А. С. Девицын // Системная психология и социология. — 2021. — № 2. — С. 41—55.