



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА

№ 1 (98) ЯНВАРЬ-2011 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

Ψ ОФИЦИАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

ИЗ КОМИТЕТА ПО ПРИЗНАНИЮ МОДАЛЬНОСТЕЙ ПСИХОТЕРАПИИ В СТРУКТУРЕ ППЛ

8 декабря 2010 г. состоялось заседание Комитета модальностей.

Успешно прошла презентация метода психологического консультирования профессора, члена-корреспондента Академии педагогических наук Украины, Александра Федоровича Бондаренко (Украина, Киев) «Этический персонализм». В заявке на презентацию и в методическом пособии, а также в своём выступлении на заседании Комитета А.Ф. Бондаренко отметил, что в работе с клиентом по его методу психотерапевт исходит «из тех культурных ценностей и понятий, которые являются приемлемыми или «родными» для клиента». Миссия модальности автора – «обеспечить «самостоянье человека» (А.С. Пушкин) с помощью ценностно-смысловых основ жизни, выработанных в родной русской культуре». Этический персонализм основывается на философско-антропологических воззрениях, присущих русской культуре (Н.О. Лосский, А.И. Яроцкий). Западному «клиент-заказ-запрос-проблема» противопоставляется «страдание-жалоба-диагноз-лечение». Ведь человек, которому оказываешь психологическую помощь, «как правило, не заморский гость, а твой земляк, сородич, с такой же как у тебя, историей и великой биографией своего народа в душе». Не «техниками» и «приемами» надобно

«заморачивать» ему голову, а «исходя из живительного духовного источника родной культуры». Автором этой оригинальной модальности (нерелигиозным персоналистом), с помощью выразительных слайдов, с живыми примерами, была представлена присутствующим психологически-тонкая одухотворённая система-работа с клиентами, позволяющая персоналистически (исходя из личности как высшей духовной ценности) высветить и «повысить» в человеке его этическое (нравственное) начало (статус), несомненно в любом человеке существующее вместе со свободой воли.

Выступления членов Комитета по поводу новой модальности были доброжелательно-положительными (А.С. Баранников, А.Ф. Ермошин, А.С. Кочарян, В.В. Макаров, М.Е. Сандомирский, И.А. Чеглова). В заключительном выступлении М.Е. Бурно отметил, что настоящая самобытная модальность психологического консультирования в духе одухотворенно-благородного идеалистического плюрализма, опирающаяся, прежде всего, на русскую философию, непременно расширит свой круг клиентов. Новые, в основном, ранимые, тонкие натуры потянутся к этой модальности, найдут в беседах с Александром Федоровичем «родное» облегчение, помощь, может быть, свой смысл, путь.

Из 25 присутствующих членов Комитета за признание Комитетом данной модальности, при тайном голосовании, проголосовало 23, против – 2.

Комитет поздравил А.Ф. Бондаренко. Модальность будет рекомендована ближайшему Съезду Лиги для утверждения.

Далее состоялись выступления Президента Лиги проф. В.В. Макарова «Главные направления развития модальностей в Российской Федерации» (подробности – в нашей печати) и Председателя Комитета модальностей проф. М.Е. Бурно «О новых положениях в Комитете модальностей, принятых на 12 Съезде ППЛ РФ 7 октября 2010 г. (текст опубликован в Профессиональной психотерапевтической газете (сентябрь, 2010)).

Т.о., на сегодняшний день в Комитете утверждено 39 модальностей (направление, метод, методика). Всего действительных членов Комитета, утверждённых Съездом Лиги, теперь – 35 (включая утвержденного последним Съездом проф. Александра Суреновича Кочаряна (Харьков)).

Президент ППЛ проф. В.В. Макаров сообщил о новом временном Ученом секретаре Комитета – Маргарите Александровне Самошкиной.

**Председатель Комитета
Модальностей ППЛ проф. М.Е. Бурно
Ученый секретарь М.А. Самошкина**

ОБЪЯВЛЕНИЕ

Центральный Совет Лиги на базе кафедры психотерапии и сексологии РМАПО проводит в Москве консультации наиболее сложных и трудоёмких клиентов и пациентов в области психотерапии и консультирования из Российской Федерации и всего русскоязычного пространства. Консультации проводятся, в том числе, на благотворительной основе.

Запись на консультацию к президенту Лиги, д.м.н., профессору, психотерапевту европейской и всемирной регистрации

Макарову Виктору Викторовичу осуществляются по телефону (985) 925-90-36 и электронной почте vikgal@oppl.ru

Информация на сайтах: <http://oppl.ru/>;
<http://www.viktormakarov.ru/>

Запись на консультацию к вице-президенту Лиги, д.м.н., профессору, психотерапевту европейской и всемирной регистрации Бурно Марку Евгеньевичу осуществляет по тел. (495) 675-45-67 и электронной почте center@oppl.ru

Информация на сайте: <http://oppl.ru>

ЗАЯВКА

о признании метода психологической помощи «Этический персонализм» как отдельной модальности в Комитете по модальностям ППЛ

1. Название. «Этический персонализм».

2. Краткая история

Впервые слово «персонализм» в истории философии употребил Ф. Шлейермахер в «Речах о религии к образованным людям, ее презирующим» (1799). В 1863 году А. Олкот назвал свое учение персонализмом. [1] Персонализм сформировался в конце 19 в. в России и США, затем в 30-х гг. 20 в. во Франции и других странах. Основателями американского персонализма явились Б. Боун, Дж. Ройс; их последователи – У. Хокинг, М. Калкинс, Э. Брайтмен, Э. Кент, Д. Райт, П. Шиллинг, Р.Т. Флюэллинг, объединившиеся вокруг журнала «Personalist», основанного в 1920 Флюэллингом. Французские персоналисты (П. Ландберг, М. Недонсель, Г. Мадинье, П. Рикёр и др.) группировались во главе с Э. Мунье и Ж. Лакруа вокруг журнала «Esprit», основанный в 1932. Представителями нерелигиозного персонализма были Б. Коутс (Великобритания), В. Штерн (Германия) и др. В России персонализм разрабатывался в трудах Н.О. Лосского, врача-психотерапевта А.Я. Яроцкого. Теоретической базой развития идей персонализма в России явилась попытка найти «третью линию» в философии, снимающую противоположность материализма и идеализма, субъекта и объекта, морали и нравственности. В основе учения персонализма о личности лежит тезис о свободе воли. В русской философии антропологическая тема была самой главной на протяжении всей истории ее развития. В центре исканий русских мыслителей постоянно находились проблемы сущности человека, его предназначения в мире, его отношений с Богом.

3. Основные труды.

1. Бондаренко А.Ф. Социальная я психотерапия личности (психо-семантический аспект). – Киев, 1991.
2. Бондаренко А.Ф. «Психологическая помощь: теория и практика». – Изд. 4-е, испр. и доп. – К.: «Освита Украины», 2007. – 332 с. (Рекомендовано Министерством образования и науки Украины как учебное пособие для студентов высших учебных заведений, письмо № 1.4./18-7-256 от 03.04.2007 г.)
3. Бондаренко А.Ф. Христианская психотерапия в США и англоязычном мире/А.Ф. Бондаренко//Психологическое консультирование и психотерапия. Хрестоматия, Т. 1. Теория и методология/Под ред. А.Б. Фенько – М., 1999. – С. 167–184.
4. Бондаренко А.Ф. И.Я. Франко и проблемы персонализма /А.Ф. Бондаренко//Журнал практикующего психолога. 2004. – Вып. 10. – С. 50–60.
5. Бондаренко А.Ф. Психотерапия: тип социальности и сетевой маркетинг / А.Ф. Бондаренко//Психология. Журнал Высшей школы экономки. – 2006. – Т. 3, № 1. – С. 68–76.
6. Бондаренко А.Ф. Профессиональное сознание постсоветских психологов Украины/А.Ф. Бондаренко//Вестник Ассоциации психиатров Украины. – 2007. – № 1–2 (36–37). – С. 96–107.
7. Бондаренко А.Ф. Субъектность личности: этическое измерение и предмет отечественной психотерапевтической практики/А.Ф. Бондаренко/Особистісні і ситуативні детермінанти поведінки і діяльності людини. За заг. ред. доктора психол. наук, проф. В.Д. Потапової. – Донецьк: ТОВ «Юго-Восток, Лтд», 2007. – С. 22–39.
8. Бондаренко А.Ф. Русская традиция в психотерапии: в поисках идентичности/А.Ф. Бондаренко, Н.С. Кондратюк//Психотерапия. – 2008. – № 6. – С. 7–16 [0,5 др. арк.].
9. Бондаренко А.Ф. Методика оценки и прогнозирования психологического развития ситуаций межличностного взаимодействия//Психотерапия.- 2010, № 7.- С. 53–60
10. Бондаренко А.Ф. Беседы с психологом / А.Ф. Бондаренко, Т.А. Петкова. – К.: «Свет» – 2003. – 208
11. Bondarenko A. My encounter with Carl Rogers/A. Bondarenko// Journal of Humanistic Psychology. – 1999. – V. 39, № 1. – P. 8–14 [0,3 др. арк.].
12. Bondarenko A. Myth in Neurotic Love / A. Bondarenko// Proceedings of the 2-nd World Congress on Psychotherapy. – Vienna, 1999, – V. 5. – P. 200–201 [0,1 др. арк.].
13. Bondarenko A. F. Emotionale Abhängigkeiten in Sachen Liebe: eine experimentelle Studie / A. F. Bondarenko, A. E. Levenetz// Psychologie in Österreich. – 2000. – № 1. – S. 24–29 [0,3 др. арк.].
14. Bondarenko A. F. Ethical Personalism: Russian Psychotherapeutic Tradition / A. F. // X European Congress of Psychology. – 3–6 July 2007, Prague, Czech Republic [12 p.].

4. Миссия

Исходный тезис состоит в том, что психологическая помощь оказывается специалистом в контексте определенной социокультурной традиции, иными словами в работе с пациентом/клиентом психотерапевт обязательно должен исходить из тех культурных ценностей и понятий, которые являются приемлемыми или «родными», для пациента/клиента. В самом психотерапевтическом методе заложена определенная философско-методологическая традиция, система социально-культурных норм и ценностей, актуальная для того сообщества, в котором она возникла. В отечественной психологической практике широко заимствуются и используются зарубежные психотерапевтические методы (в основном те, которые созданы в рамках англо-саксонской культуры).. В большинстве своем американские психотерапевтические методы (пользующиеся такой популярностью среди отечественных консультирующих психологов) основаны на таких ценностях американского общества, как: индивидуалистская ориентация, абсолютизация американского идеала «открытого» общения, атеистическое отношение к религиозному сознанию или протестантская религиозная традиция (Венгер, 2004). Таким образом, прямое перенесение зарубежных психотерапевтических методов в отечественную практику без должной их «ассимиляции» по сути, является привнесением в нее чужеродных ценностных элементов, которые в лучшем случае могут породить дискомфорт в процессе психотерапевтического взаимодействия, а в худшем – обернуться во вред клиенту. Отсюда вытекает и **миссия** модальности: обеспечение «самостояния человека» (А.С. Пушкин) с помощью ценностно-смысловых основ жизни, выработанных в родной русской культуре.

5. Основные формы применения

Консультативная беседа; применение специально разработанной диагностической методики, предназначенной для рефлексии этической составляющей взаимоотношений; психокоррекционный алгоритм реконструкции этического «Я» страждущего.

6. Другие модальности психотерапии, применяемые вместе с основной

Экзистенциально-гуманистическая и когнитивная парадигмы (ДПДГ, психокатализ).

7. Основные отличия основной модальности от других, родственных ей

Модальность «Этический персонализм» вытекает из философско-антропологических воззрений на человека, присущих русской культуре. А также клинической традиции в отечественной психотерапии.

В то время как другие концепции трактуют процесс психологической помощи в терминах клиент-заказ-запрос – проблема, Этический персонализм трактует данную феноменологию в терминах: страдание-жалоба-диагноз-лечение. Иными словами. Данная модальность воплощает психотерапию не «по прихоти», а психотерапию «по жизненным показаниям». Она ориентирована не на процесс, а на результат.

8. Реквизиты для взаимодействия

Бондаренко Александр Федорович, Вице-президент ППЛ, член-корр. Академии педагогических наук Украины, профессор, доктор психологических наук, заведующий кафедрой психологии Киевского национального лингвистического университета, научный руководитель Межуниверситетского центра консультативной психологии (Киев, Украина)

Тел.: +380 44 287 2301 рабочий +38050 670 50 52 моб.

e-mail: albond@ukrpack.net; www.personalism.kiev.ua

www.bondarenko.ws

ЗАЯВКА

в комитет модальностей ОППЛ для представления модальности в Лиге

САНОГЕННАЯ РЕФЛЕКСИЯ

(ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА САНОГЕННОГО МЫШЛЕНИЯ И САНОГЕННОЙ РЕФЛЕКСИИ)

Марчукова Светлана Федоровна

Восточно-Сибирское региональное отделение ОППЛ

Действительный член ОППЛ, кандидат психологических наук

Профессиональные сообщества и организации, входящие в ОППЛ или сотрудничающие с ОППЛ, представляют данную модальность/

Краткая история

В 1989 С.Н. Морозюк познакомилась с Ю.М. Орловым, который читал лекции по саногенному мышлению на курсах повышения квалификации в г. Москва. В дальнейшем С.Н. Морозюк опробовала данную теорию и технологию в условиях социально-психологического тренинга, сделав упор на развитие рефлексии как основного механизма развития личности. Следует заметить, что не каждая рефлексия приводит к развитию, а именно саногенная. Данная технология была усовершенствована, экспериментально проверена в научных исследованиях и апробирована в многочисленных тренингах. Основные открытия и результаты докладывались на научных форумах различного уровня лично С.Н. Морозюк и её последователями.

1. Понятие и сущность саногенной рефлексии

Рефлексия является универсальным механизмом изменения стратегии мышления и поведения. Многие исследователи, размышляя о рефлексии, имеют в виду позитивные изменения, хотя сам механизм не имеет позитивной или негативной сущности, он нейтрален. Позитивность или негативность изменений человек определяет сам по результату деятельности, исходя из своих потребностей, ценностей, смыслов, а также степени благополучия или неблагополучия. Поэтому, рефлексия, человек может переходить от одной неэффективной стратегии поведения к другой, не менее неэффективной. Что же обеспечивает надежно позитивный результат рефлексивной деятельности? На наш взгляд, позитивный результат обеспечивает направленность рефлексивной деятельности на автоматизмы умственного поведения, а именно саногенная рефлексия. Саногенная рефлексия была определена в контексте гармонизации и эффективности именно *эмоциональной* жизни человека.

Понятие саногенная рефлексия вошло в психологию сравнительно недавно в контексте теории саногенного мышления, созданной профессором Ю.М. Орловым, благодаря исследованиям С.Н. Морозюк. Прежде чем описывать сущность саногенной рефлексии, рассмотрим ключевые моменты теории саногенного мышления.

В переводе с греческого саногенный означает несущий здоровье (*sapos* – оздоровление; *genos* – несущий), таким образом саногенное мышление – такой стиль мышления, который приводит к здоровью – полному физическому, психологическому и социальному благополучию личности. Мышление в концепции Ю.М. Орлова рассматривается с позиции его влияния на качество жизни человека, в том числе и качество эмоциональной сферы. Основная функция мышления – обеспечение поведения и выживания, и от того, насколько хорошо мышление выполняет свою функцию, зависит благополучие человека. Ю.М. Орлов писал: «Человек не может устранить эмоцию, если она есть. Он может лишь не выражать ее. Для здоровья же важно не просто подавлять негативные эмоции, необходимо добиться того, чтобы они не были сильными и не становились хроническими. Необходимо не запрещать себе думать, а научиться думать правильно».

В основе теории Ю.М. Орлова лежат психофизиологические исследования И.П. Павлова (условно-рефлекторная деятельность, теория классического научения), П.К. Анохина (теория функциональной системы), Д.Н. Узнадзе (установка).

Вслед за С.Л. Рубинштейном, А.Н. Леонтьевым, Б. Спинозой, В. Вундтом, Н. Гротом, П.В. Симоновым Ю.М. Орлов видел происхождение эмоций в расхождении между субъективными и объективными категориями. Так, С.Л. Рубинштейн видел источник эмоций в соотношении между целью и результатом действия, А.Н. Леонтьев – в отношении между мотивами (потребностями) и успехом или возможностью успешной реализации отвечающей им деятельности субъекта (при этом речь идет не о рефлексии этих отношений, а о непосредственно чувственном их отражении, о переживании), П.В. Симонов – в расхождении информации о средствах, прогностически необходимых для удовлетворения потребности, и средствах, которыми реально располагает субъект.

По Ю.М. Орлову, эмоция – аффективный результат умственного поведения. Эмоции представляют собою психические образования, закрепленные привычками, сознание не может их охватить в целостности, поэтому значительная часть поведения осуществляется бессознательно, автоматически. Сознание суживается и концентрируется на чем-то одном, упуская другое, становится блокированной возможностью получить из «эмоционального всплеска» полезную информацию в отношении окружающей действительности. Этим объясняются трудности в управлении эмоциями и сложность отказаться от выработанных стереотипов эмоционального реагирования. Устоявшиеся эмоциональные стереотипы обуславливают личностные характеристики, например, эмоциональную устойчивость (неустойчивость), обидчивость, раздражительность и многие другие.

Стереотипы обусловлены особенностями нейрофизиологии, а именно временными связями, формирующимися в результате сочетаний непосредственных и словесных раздражений с различными деятельностями организма – динамический стереотип, открытый И.П. Павловым. Установки, по Д.Н. Узнадзе, образуют почву стереотипов импульсивного поведения в актуальной ситуации. Стереотипное мышление актуализирует операциональные установки как защитные программы поведения, затрудняя при этом процесс конструктивной рефлексии и делая поведение малоэффективным.

С.А. Пугруевич выделил четыре группы предпосылок формирования стереотипов: культурно-исторические истоки, установки, социальные причины, бессознательные предпосылки.

Стереотипность мышления не является негативной до тех пор, пока адекватно обуславливает поведение. Стереотипы предохраняют мозг от перегрузок, но за это «платит» эмоциональная сфера. Гераклит говорил: «нельзя войти в одну и ту же воду дважды» – не бывает абсолютно идентичных ситуаций, и мозг может ошибиться, включив неадекватный стереотип поведения. При неадекватности эмоционального поведения ситуации следует вести речь об ошибках мышления. Ю.М. Орлов выделил следующие ошибки мышления: присваивания, контраста, присваивания операций.

Аналогичную точку зрения высказывает А. Менегетти: «сознание не умеет правильно понять зов инстинкта... Появление соматических нарушений нельзя приписать внутренней потребности в них организма. То, что считается ошибкой природы, в действительности – последствия неправильного ментального поведения в отношении к собственному организму». М. Райнольдс дает этому такое объяснение: любая информация сначала попадает в эмоциональные центры и оценивается с позиции безопасности, при этом бессознательно мозг не отличает угрозу телу от угрозы «Я» и «дает команду» к самозащите.

А.Б. Холмогорова и Н.Г. Гаранян выделили основные закономерности эмоциональной жизни, осознание которых помогает достичь саногенного мышления:

1. Эмоциональная жизнь непрерывна – человек постоянно переживает какие-либо эмоции.
2. Человек способен осознать все эмоции, которые он чувствует.
3. Человек способен выразить то, что он чувствует, в понятной для окружающих форме.
4. Эмоции управляемы.
5. Реципроктное соотношение телесного и психологического компонентов эмоций – чем меньше эмоция представлена и переработана на психологическом уровне в виде осознаваемых чувств, тем сильнее звучит ее телесный компонент. Успешная переработка эмоций на психологическом уровне в виде осознаваемых чувств – это и есть функция саногенной рефлексии.
6. Эмоциональное напряжение суммируется во времени при отсутствии разрядки через осознание эмоций, их выражение, а возможно, и реальные жизненные изменения.

Основными принципами саногенного мышления являются:

- **Признание реальности эмоций** – признание того, что эмоциональное состояние является результатом мышления. Сущность саногенного мышления заключается в конструктивном переосмыслении прошлого опыта, выявлении неэффективных рефлексивных стратегий, обслуживающих обыденную философию, лишённую научных оснований, приводящую к страданию.
- **Принцип уместности умственных актов** определяет соответствие поведенческих реакций контексту ситуации. Так, Р. Нельсон-Джонс делит эмоции на уместные и неуместные: «Неуместными эмоциями являются такие эмоции, которые мешают достижению разумного баланса между краткосрочным и долгосрочным гедонизмом. Например, уместно в чужом и сложном мире быть испуганным, осторожным, бдительным, чтобы можно было предпринять любые шаги, необходимые для реальной защиты. Однако тревога и чрезвычайная озабоченность являются неуместными эмоциями, так как они основаны на иррациональном мышлении или на безумных убеждениях и могут препятствовать достижению целей».
- **Принцип интроспекции** подразумевает самонаблюдение. Именно самонаблюдение является основой рефлексии. Интроспекция, во-первых, позволяет изучить себя, свои возможности, и, во-вторых, наблюдение за ходом собственной деятельности мешает этой деятельности, и даже ее разрушает.
- **Принцип самосознания** заключается в необходимости выработки способности различения умственных привычек и автоматизмов, способствующих возникновению определенных эмоций, а также оценки поведения с позиции адекватности. Именно этот принцип обеспечивает процесс самоактуализации, восхождения к индивидуальности.
- **Принцип научности** обыденного сознания означает, что саногенное мышление не может возникнуть стихийно, ему необходимо обучать: формировать навыки умственного поведения, позволяющие контролировать мысли и управлять эмоциями.

Итак, саногенное мышление обеспечивает здоровье, благополучие и пр. Чем же достигается саногенное мышление?

Средством достижения саногенного мышления является саногенная рефлексия. Саногенную рефлексия С.Н. Морозюк понимает как «умственные акты различного уровня организации, возникающие в ответ на неопределенность ситуации и ведущие к определению

ситуации и выбору оптимального решения». В эмоциогенных ситуациях цель рефлексии сводится к уменьшению страдания от переживания соответствующей эмоции.

Саногенная рефлексия является одной из сторон существования и проявления сознания. Как отмечал С.Л. Рубинштейн, «сознание не просто высшее личностное образование, оно осуществляет три взаимосвязанные функции: регуляцию психических процессов, регуляцию отношений и регуляцию деятельности субъекта... Сознание выводит его в мир, а не замыкает в себе, поскольку его цели детерминированы не только им самим, но и обществом». Таким образом, саногенная рефлексия выполняет функции регуляции психических процессов (в контексте нашей работы – эмоций), регуляцию отношений, регуляцию деятельности.

В саногенной рефлексии происходит переосмысление личностью собственных установок, сопровождающееся личностным ростом и совершенствованием деятельности и отношений человека. Процесс саногенной рефлексии проявляется в реконструкции прежних схем деятельности и тех схем, которые возникают после акта рефлексии. За счет самопринятия, принятия других саногенная рефлексия возвращает человеку уверенность, гармонию отношений с миром, укрепляет базовое доверие к миру.

Привычные шаблоны мысли направленные на облегчение страдания от эмоции, принято называть психической защитой. Ю.М. Орлов относит механизмы психической защиты к видам рефлексии и противопоставляет их саногенной рефлексии. Защитная рефлексия состоит в действиях, направленных на уменьшение страдания от болезненной эмоции.

Механизм защитной рефлексии включает:

1. умственную реконструкцию ситуации;
2. активизацию защитных механизмов;
3. активное переживание эмоции в себе или в общении с другими;
4. конверсию болезненной эмоции в другую, менее болезненную.

Поэтому психические защиты дают локально-временный эффект (иллюзию благополучия) или напрямую негативные последствия.

Привычка применять рефлексия, направленную на создание эмоционального благополучия, формирует саногенное мышление. Ю.М. Орлов отмечал превосходящую роль рефлексии: «мудрый предвидит...», т.е. человек еще до совершения действия анализирует его последствия и выбирает наиболее оптимальные способы поведения. Таким образом, снижается «риск» отрицательных эмоций, соответственно повышается благополучие.

В настоящее время существует ряд экспериментальных исследований, доказывающих позитивное влияние саногенной рефлексии на личность человека, а также результативность его деятельности. Поскольку деятельность не может быть самоцелью, а служит удовлетворению какой-либо потребности, то нужно говорить об опосредованном влиянии саногенной рефлексии на деятельность через личность. Так, выявлено и экспериментально доказано, что обучение саногенной рефлексии оптимизирует акцентуации характера и является фактором развития личности, повышает академическую успешность студентов, влияет на изменение потребностно-мотивационного профиля учащихся и студентов (возрастает уровень потребности в достижении, снижается уровень потребности в доминировании), оптимизирует уровень ситуативной тревожности, повышает уровень социально-психологической адаптации, оказывает влияние на коррекцию эмоциональных состояний личности осужденных (позитивные изменения по шкалам невротичности, депрессивности, раздражительности, устойчивости к стрессу, реактивной агрессивности, эмоциональной лабильности). Доказано позитивное влияние личностной саногенной рефлексии в измененных состояниях сознания: после обучения устойчиво нормализуются показатели невротичности, повышается уровень субъективного контроля над разными жизненными ситуациями. Саногенная рефлексия предложена как эффективный метод управления психическим состоянием при психорегуляции творческой деятельности. В.В. Лысенко установил позитивное влияние саногенной рефлексии на компоненты саморегуляции,

а также на снижение уровня агрессивности. Доказано, что развитие саногенной рефлексии существенно улучшает социальную приспособляемость индивида с выраженным генерализованным тревожным расстройством личности.

Основным методом развития саногенной рефлексии является аутопсихоанализ эмоций, который осуществляется в процессе специальных занятий, направленных на самопознание эмоций. На практике многократно подтверждена эффективность обучения саногенной рефлексии в форме социально-психологического тренинга, также в настоящее время предложена и апробирована в эксперименте технология развития саногенной рефлексии в самостоятельной работе студентов.

Таким образом, основная функция саногенной рефлексии заключается в регуляции эмоциональных состояний человека и уменьшения страдания от них. Ю.М. Орлов разработал, а его ученики многократно апробировали механизм рефлексии негативных эмоций, приводящий к их угашению. В ряде работ экспериментально доказано позитивное влияние саногенной рефлексии на снижение тревожности, оптимизации акцентуации характера, социально-психологической адаптации, повышение академической успеваемости и т.д.

Саногенная рефлексия – это личностная рефлексия, позволяющая осознать негативные социально – педагогические стереотипы и выбрать оптимальные программы поведения.

Основные труды

Морозюк С. Н. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации акцентуаций характера и повышения эффективности учебной деятельности: диссертация доктора психологических наук (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2001. – 260 с.

Морозюк С.Н. Акцентуации характера, саногенная рефлексия и эффективность учебной деятельности. – М., «Штыкова», 2000. – 268 с.

Марчукова С. Ф. Саногенная рефлексия как фактор оптимизации социально-психологической адаптации курсантов образовательных учреждений МВД России: диссертация кандидата психологических наук (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2005. – 190 с.

Опарина В. Н. Развитие саногенной рефлексии в самостоятельной работе студента: диссертация кандидата психологических наук (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2008. – 160 с.

Павлюченкова Н. В. Саногенная рефлексия как фактор развития эмоциональной компетентности: диссертация кандидата психологических наук (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2008. – 170 с.

Лысенко В. В. Влияние саногенной рефлексии на компоненты саморегуляции диссертация кандидата психологических наук. (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2003. – 170 с.

Рудаков А. Л. Саногенная рефлексия как фактор стрессоустойчивости личности (на примере спортсменов по вольной борьбе). Диссертация кандидата психологических наук (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2009. – 160 с.

Кананчук Л. А. Саногенная рефлексия как фактор адаптации студентов в полиэтнической среде ВУЗа. (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2010. – 160 с.

Крайнова Ю. Н. Саногенная рефлексия в структуре эмоциональной компетентности будущих педагогов. (Место защиты: Моск. пед. гос. ун-т). – М., 2010. – 154 с.

Миссия: сохранение психосоматического здоровья, достижения душевного комфорта и эмоционального благополучия, и, как следствие, успешности в социуме.

Основные формы деятельности

Социально-психологические тренинги, психологическое консультирование, дистанционное обучение с помощью компьютерной интеллектуальной поддержки посредством мобильной связи (КИП-М).

С 2005 года реализуется программа эксперимента « Саногенная рефлексия педагогов как фактор психосоматического здоровья детей». Для успешной реализации создана научно – исследовательская лаборатория, одной из целей которой является проведение мониторинга и парциальных исследований по проблеме формирования саногенной рефлексии у педагогов

через тренинги личностного роста, балентовые группы, тематические семинары.

Используемые модальности психотерапии

Рефлексивные психотехнические игры, медитативная графика, целительное рисование, размышление эмоций и состояний (аутопсихоанализ), групповой анализ, арт-терапия.

Основные отличия от родственных методов

Изначально термин саногенное мышление вошел в психологию благодаря представлениям когнитивной психотерапии Эллису и А. Беку. Теория саногенного мышления Ю.М. Орлова и когнитивная психотерапия сходны в том, что в обоих направлениях суть терапии заключается в смене стиля мышления. Однако саногенное мышление, в отличие от когнитивной психотерапии, предполагает не простую замену (аффермацию) одних патогенных установок на другие – саногенные, а обучение уместному использованию автоматизмов умственного поведения. Поэтому теорию Ю.М. Орлова можно рассматривать как более гуманистическую, поскольку она предлагает путь совершенствования не через отказ от себя (замена установок – отказ от индивидуальности), а через поиск ресурсов более адекватного функционирования в себе, гармонизацию интраперсональных и интерперсональных отношений посредством адекватности и уместности за счет гибкости мышления. Теория саногенного мышления позволяет более явно обозначить установки, жизненные принципы. Сравнивая когнитивную и рационально-эмоциональную терапию с подходом Ю.М. Орлова, следует отметить, что в подходе Ю.М. Орлова речь идет не об ошибочных когнициях, а обо всей жизненной философии человека, которая и определяет стиль мышления, будет ли оно оздоравливающим или станет источником болезни, страдания.

Реквизиты для взаимодействия

Морозюк Светлана Николаевна – доктор психологических наук, профессор, действительный член Европейской Академии Естественных наук, заведующий кафедрой психологии Московского педагогического университета, 109172, г. Москва, Новоспасский пер., д.3, копр.3. www.sanogen-ket.ru e-mail: 7085963@mail.ru

Марчукова Светлана – кандидат психологических наук, практикующий психолог, методист саногенной рефлексии, действительный член ОППЛ. E-mail: msf7@mail.ru. с. т. 8914 896 09 06

Павлюченкова Наталья Валерьевна – кандидат психологических наук, преподаватель психологии, методист саногенной рефлексии. E-mail: 312251@mail.ru

1. Определение границ и результативности модальности

Теория и практика саногенного мышления и саногенной рефлексии как когнитивной основы антистрессового поведения, развитие навыка контроля над эмоциями и мыслями их вызывающими.

2. Доказательность превышения эффективности психотерапии по заявленной модальности

Данная технология использовалась при психологическом сопровождении онкологических больных;

Для профилактики и избавления от социально-негативных проявлений: алкогольной, табачной, наркотической зависимостей и других аддикций;

В работе с матерями наркозависимых;

В рамках реабилитационных мероприятий, сопровождение реадaptационных процессов с сотрудниками спецподразделений силовых ведомств, выезжающих в командировки в зоны вооруженных конфликтов; развитие стрессоустойчивости спортсменов.

3. Экологичность заявленной модальности

Участие саногенной рефлексии в процессе саморегуляции обеспечивает надежно позитивный результат саморегуляции, который, закрепляясь в позитивном эмоциональном опыте, приводит к уверенности в управлении эмоциями.

Результаты, как и непосредственно процесс работы, осознаются самим человеком. Формируется культура «умственного» поведения. Используются принципы философии «ненасилия». В процессе работы исключается использование волевых (насильственных, назидательных) методов (проявление преодоления чей-либо воли рождает протест)

Саногенная рефлексия (теория и практика саногенного мышления и саногенной рефлексии) (резюме)

Определение

Саногенная рефлексия (Теория и практика саногенного мышления и саногенной рефлексии)

Сущность метода

Метод основывается на аутопсихоанализе эмоций, в ходе которого происходит угашение разрушающего заряда отрицательных эмоций.

Теоретические основы

В процессе размышления по определенному алгоритму эмоций, происходит осознание и корректировка собственных ожиданий, которые являются стереотипными программами поведения собственного и других.

Применение. Показания к применению

Теория направлена на активизацию саморазвития, самопознания, самопринятия, самоидентичности, самосовершенствования. Целью является выработка новой здоровой Я-концепции, предусматривающей умение бесконфликтного общения, сохранение и укрепление психосоматического здоровья, толерантности (как устойчивости), особенно в экстремальных ситуациях, конструктивному принятию решений, развитие гармонично развитого человека и профессионала. Освоение технологии способствует формированию эмоционального благополучия посредством корректировки ожиданий, реалистичности и адекватности мышления.

Возможности освоения технологии

Результаты влияния технологии на *психологическом* уровне структуры личности:

1. Возвращение душевного равновесия как результат угашения размышлением негативных эмоций: обиды, вины, зависти, страха неудачи, чрезмерного стыда.
2. Формирование уверенности, чувства самодостаточности и самоуважения, что в значительной степени способствует достижению

успеха.

Результаты влияния технологии на *социальном* уровне:

1. Саногенная рефлексия способствует конструктивному разрешению конфликтных ситуаций, улучшению межличностных отношений.
2. Значительно повышает корпоративную культуру, улучшает взаимоотношения в организации.
3. Саногенный стиль мышления – основа карьерного роста и успешности в социуме.

Результаты влияния технологии на *соматическом* уровне:

1. Устраняются невротические реакции на факторы внутренней и внешней среды организма, что значительно улучшает самочувствие.
2. Выход из состояния хронического эмоционального стресса нормализует деятельность иммунной системы, что способствует значительному оздоровлению всего организма.

Результаты влияния технологии на *психофизическом* уровне:

В процессе освоения саногенной рефлексии ликвидируются вызываемые хроническим стрессом патологические процессы в организме, преодолевается хроническая усталость, нормализуется сон.

Практические результаты (эффективность)

Данная технология использовалась при проведении реабилитационных мероприятий с сотрудниками спецподразделений, выезжающих в зоны вооруженных конфликтов.

Рекомендуется для ускорения и эффективности протекания адаптационных и реадaptационных процессов: снижения тревожности, оптимизацию акцентуаций характера, повышение академической успеваемости, формирования эмоциональной компетентности.

Посредством овладения саногенной рефлексией возможно успешное преодоление негативных ситуаций и получение позитивного эмоционального опыта, который подкрепляет привычку саногенного рефлексирования (размышления) в эмоциогенных ситуациях.

При использовании данной технологии развивается саморегуляция, эмпатия.

ГЕНЕРАТИВНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Описание

П. Ф. Силенок

«Генеративная психотерапия» представляет собой целостную парадигму, отражающую гуманистические (К. Роджерс, А. Маслоу), когнитивно-информационные (прежде всего основанные на рефлексивных принципах и механизмах, – И Сеченов, И. Павлов, П. Анохин, Н. Бернштейн, Дж. Миллер, Е. Галантер, К. Прибрам) а также психолингвистический (Хомский) и психоэкологический (Г. Бейтсон) подходы к пониманию природы человеческого опыта. Суть этой парадигмы состоит в понимании единства процессов развития личности (самореализации и самоактуализации) и генеративности. Генеративность (в переводе – «порождать новое») означает процесс порождения в ходе развития человека новых смыслов, психологических структур и поведенческих форм, отвечающих требованиям адаптации его на новом личностном уровне.

Возникновение в семидесятые годы прошлого столетия нейролингвистического программирования (Дж. Гриндер, Р. Бендлер) открыло возможность достоверного описания и моделирования важных для понимания природы человека аспектов его опыта. Такими аспектами опыта оказались мета структуры (метапрограммы, убеждения, ценности, особенности личностного своеобразия и осознание собственной миссии), основные микростратегии и их субмодальная характеристика. Был предложен путь работы с особенностями структуры опыта человека. Психологи и психотерапевты разных направлений стали руководствоваться принципом: «для того, чтобы изменить то, что нас не устраивает, достаточно изменить его структуру».

Структурный подход в психологии и психотерапии отказался весьма эвристичным и продуктивным. Сама возможность воспроизводства структуры проблемного или, наоборот, ресурсного опыта путём моделирования открыла возможности реального понимания трудностей пациентов и клиентов и управления изменениями в направлении желаемого состояния. Психотерапия и психологическое консультирование приобретает статус науки и практики управления желаемыми изменениями пациентов и клиентов.

Суть психотерапии – управление целесообразными изменениями в проблемном пространстве клиента. Эта суть – для всех модальностей и каждого из многообразных методов психотерапии. Суть психотерапии как раз и выражает общие особенности, характерные для любого метода психотерапии, любой её модальности. Они должны быть представлены в виде мета структур, – своеобразных мета психических новообразованиях, появляющихся у клиента в результате психотерапии. Эти мета психические новообразования, отражающие универсальное содержание каждого метода, следует искать, на мой взгляд, в особенностях управления целесообразными изменениями в проблемном пространстве клиента (пациента).

В свете настоящего подхода расставляются некоторые точки над «i». Получается, что поскольку суть любого психотерапевтического метода инвариантна – достижение желаемых изменений, то его специфические модальные характеристики представляют

всего лишь конкретный путь или способ управления изменениями и достижения желаемых изменений. Общие закономерные, базовые и тем самым, сущностные особенности, объясняющие интегративные, центристательные тенденции психотерапии, следует искать в теории и практике *управления изменениями и управления развитием личности*. Суть такого (развивающего) управления – в организации активности клиента для получения *новых психических образований*. Порождение же нового – это есть процесс генеративности.

Психотерапия фактически есть генеративный процесс, то есть процесс порождения нового, – новых психических образований в структуре личности пациента или клиента. Благодаря этим новообразованиям клиент оказывается способным к успешной адаптации к требованиям тестовых ситуаций, и, тем самым, к высокому качеству жизни в ранее проблемном для него контексте. Появление этих новых психических образований у клиента в результате психотерапии даёт ему новый статус полноценного субъекта собственной жизни и тем самым предоставляет ему бесценную возможность конструктивного разрешения трудностей. Он оказывается способным принять вызов, который бросает ему жизнь и творчески пройти тест проблемной ситуации. Это означает выход на более высокий уровень личностной зрелости и качества жизни.

Генеративная психотерапия – отрасль научно-психологического знания и практики, основывающаяся на изучении и использовании закономерностей и способов формирования у клиентов генеративного мышления в психотерапевтическом процессе. Поскольку клиент фиксирован на трудностях, он очень нуждается в генеративном мышлении, которое эту фиксацию снимает и выводит его на более высокий уровень личностного развития и более качественный уровень жизни. Парадокс в том, что при этом клиент менее всего способен к такому мышлению. И *психотерапевт на этапе взаимодействия с клиентом практически берёт на себя заблокированную у клиента функцию генеративного мышления*.

Феномен генеративного мышления заключается в принципиальной ориентировке субъекта на новые и конструктивные взгляды, решения и действия. Только энергия принципиальной новизны и безусловной полезности желаемых состояний способна породить чувство перспективы и воодушевить клиента на непростую, «первопроходческую», подвижническую работу над собой. При этом у клиента формируется новые физиологические структуры, способные поддерживать появляющиеся мета психические новообразования (Сандомирский М. Е. 2005).

Суть *поведения психотерапевта*, актуализирующего потенциал генеративного мышления клиента, состоит в *моделировании желаемого состояния клиента* и в совместном исследовании в ходе психотерапевтической сессии возможностей использования этого состояния в реальных условиях. *Психотерапия как генеративный процесс фактически оказывается формой моделирования и внедрения модели желаемого состояния в исходный и ранее проблемный для клиента контекст*.

Генеративная психотерапия строится на процессах расширения возможностей понимания, восприятия и поведения клиента в тестовых для него ситуациях. Закономерности и механизмы такого расширения составляют *предмет генеративной психотерапии* как отрасли научно-психологического знания и практики. Анализ возможностей расширения когнитивно-перцептивных и поведенческих характеристик клиента, создание генеративной модели желаемого состояния и её внедрение в реальный жизненный контекст составляют *суть методической стороны генеративной психотерапии*.

Методика работы психотерапевта в парадигме генеративной психотерапии определяется его принципиальной установкой на результат, – на модель желаемого состояния клиента. Смысловая функция симптоматики актуального проблемного состояния, составляющая базис для осознания цели и целеполагания, является основной опорой для построения тактики работы с клиентом.

Содержание работы генеративного психотерапевта выражается в получении информации о цели клиента, имманентно присутствующей в его актуальном состоянии, а также в актуализации необходимых для достижения цели ресурсов.

Базовым ресурсом клиента в парадигме генеративной психотерапии является его генеративное мышление. Именно инициация генеративного мышления клиента становится «красной нитью» и основной отличительной чертой работы генеративного психотерапевта. Выполнение этой задачи означает появление творческого союза «психотерапевт – клиент» и гарантирует успешность психотерапии. Генеративная позиция психотерапевта по основным тестовым моментам актуальной для клиента проблемной ситуации реализуется в форме побуждений и предложений клиенту соответственно думать, чувствовать и действовать. Тем самым мы имеем в терапевтическом контексте известный вариант «зоны ближайшего развития» Л. С. Выготского.

Аналогия с педагогическим руководством процесса развития здесь более чем уместна. Очевидно, что психотерапевтический процесс опирается на те же самые закономерности, что и педагогический. И в первом, и во втором случае мы имеем дело с трудностями и проблемными ситуациями. И в первом, и во втором случае во взаимодействии с наставником трудности преобразуются в обстоятельства творческой постановки задачи и её генеративного решения. И в первом, и во втором случае человек становится и умнее и сильнее, а жизнь его – интереснее и богаче. *Генеративная психотерапия предполагает для решения психологических проблем необходимость создания «зоны ближайшего развития»*.

Наряду с другими необходимыми условиями успешности работы психотерапевта, которые он должен контролировать, совершенно обязательным становится предложение клиенту в доступной для него форме такого уровня требований (к его личностным, когнитивно-перцептивным и поведенческим особенностям), которые выводили бы его в «зону ближайшего развития» и актуализировали потенциал генеративного мышления. Использование моделирования как способа понимания психотерапевтом структуры и содержания проблемного состояния и как способа предложения клиенту модели желаемого состояния соответствующего уровня составляет суть методики генеративной психотерапии. Моделирование как форма описания актуальной ситуации и как форма организации активности клиента выступает как самостоятельный вид деятельности управления целесообразными изменениями, то есть – как вид развивающего управления клиентом.

Уважаемые коллеги! Предлагаемое описание модальности «Генеративная психотерапия» рассчитано на профессиональную аудиторию психологов, врачей, психотерапевтов. Работа содержит материал, способный на мой взгляд, внести существенные коррективы в понимание закономерностей и механизмов психотерапевтического процесса и природы психотерапии в целом. В работе изложены идеи и положения, которые являются итогом моей многолетней работы в качестве психолога-теоретика, изучающего возможности человека как личности и как субъекта собственного развития. Материалом для теоретического анализа и соответствующих обобщений является прежде всего собственная психотерапевтическая практика, а также практика моих коллег, работающих в парадигме «психотерапии новой волны» и «гуманистической психологии». Основной целью такой работы – развитие известного «генеративного подхода» к решению психологических проблем в стройную систему психологических знаний и практики, которую я обозначаю как «генеративная психология и психотерапия».

С уважением, кандидат психологических наук, психотерапевт
единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы,
Пётр Силенок.

Ψ ХРОНИКА БОЛЬШИХ СОБЫТИЙ

ГОРЯЧАЯ ДЕКАДА ППЛ 2010

ПРЕСС-РЕЛИЗ НЕОФИЦИАЛЬНЫЙ

В этом неофициальном пресс-релизе мы представляем вниманию читателей отзывы участников о некоторых моментах нашей «Горячей декады», а именно – Первого Всемирного конгресса русскоязычных психотерапевтов «Языки психотерапии» и тренингов пре- и постконгресса.

О пленарном докладе профессора М.Е Бурно (Москва) «О душевных свойствах дефензивных пациентов, предрасположенных к самобытной русскоязычной (русской) психотерапии»

Е. Красноштейн (Израиль) Доклад Марка Евгеньевича произвёл большое впечатление и отозвался чувством «радостного узнавания» описанного В. Ротенбергом. Являясь эмигрантом, 20 лет назад покинувшим Россию, но практикующим на 90% с русскоязычными клиентами, я могу в полной мере ощутить справедливость тезиса профессора. Бурно о специфичности русскоязычных клиентов. Глубина и направленность внутрь, так свойственные русской натуре, воспринимаются людьми и других национальностей, воспитанных в русской культуре, оставляя глубокий след в их мироощущении. Характерный для россиян способ мышления и чувствования не меняется за десятилетия, прожитые вне России, и имеет огромное значение при установлении контакта с психологом. Также большое впечатление произвела сама личность Марка Евгеньевича, исполненная света, искренности, скромности и мудрости.

О пленарном докладе профессора А. Ф. Бондаренко (Киев) «Культура языка в психотерапии и язык психотерапии в культуре»

Т. Перц (Германия) Этот «трёхмерный» анализ проблематики отразил те реалии психотерапевтической практики, которые ждут каждого психотерапевта, взявшегося за работу с соотечественником, проживающим в другой стране, либо с выходцем из иной культурной среды. Доклад был не только интересен с точки зрения содержания, само изложение на прекрасном русском языке доставило настоящее эстетическое удовольствие.

При всей основательности этого научного доклада осталось впечатление прослушанного художественного произведения.

О пленарном докладе доктора С. А. Дунаева (Дублин) «Клиентский взгляд из Европы»

Е. Красноштейн: Доклад С. А. Дунаева запомнился своей провозгласительностью, антитезисом к посылу предыдущих докладов, утверждающим неактуальность понятия «русскоязычная психотерапия», а так же русской психотерапевтической традиции для жителя западных государств. Позиция автора стала более понятной, когда он декларировал своё видение психотерапии как сервиса. С. А. Дунаев запомнился именно своей демонстративно «западной», позицией, в которой прагматичные вопросы организации психотерапевтического бизнеса ставятся прежде мировоззренческих и методических, в отличии русского, более ориентированного на духовность, подхода.

Т. Перц: Социальные аспекты интеграции в иное информационно-культурное пространство, обращение к «синдрому мигранта» были интересны в этом сообщении ирландского докладчика.

Логично в контекст темы конгресса вписалось примечание об использовании английского языка для доступа к уже существующему в международном научном сообществе понятийному аппарату психологии. Согласно с тезисом С. А. Дунаева, что психологическая наука действительно двуязычна: использование литературы на английском языке – норма для любого качественного исследования и необходимая компетенция исследователя-учёного.

Не лишне будет добавить, что немецкая психология и психотерапия располагает этой общей для англо-немецко-язычного пространства, корректно выверенной и солидной понятийной базой, систематизированной в объёмных специализированных изданиях на немецком языке.

О пленарном докладе профессора В. Ю. Завьялова (Новосибирск) «Фундаментальные ошибки в психотерапии и их минимизация в дианализе»

Т. Перц: Было интересно не только познакомиться с результатами серьёзной исследовательской работы учёного, но и увидеть затем блестящий образец его психотерапевтической практики. Мастер-класс по «выравниванию» логикой дианализа алогичных допущений из прошлого стал настоящим подарком для участников семинара «Работа с фобиями», где Владимир Юрьевич любезно согласился поучаствовать. Метод в действии произвёл впечатление «гениальной простоты» и образцово-доброкачественной работы с клиентом от первого взгляда и слова – до последнего. Авторский почерк, который я впервые увидела ещё 20 лет назад, в этой показательной терапевтической беседе проявился во всей полноте и ясности. Если авторский подход В. Ю. Завьялова органично вписался в дианализ, – то данное направление, на мой взгляд, заслуживает пристального внимания практиков.

О секции «Генеративная психология и психотерапия» под председательством П. Ф. Силенка

Е. Красноштейн: Если в двух словах описать суть данного подхода, то он состоит в выработке у клиентов «генеративного мышления», т.е. умения относиться к проблемам как к жизненным задачам, для решения которых необходимо генерировать новые психологические структуры и с их помощью расширять угол взгляда на себя и реальность. Когда человек фиксирован (зациклен) на своих проблемах, то они занимают весь его горизонт, заслоняя и вытесняя остальной мир. Генеративный подход концентрируется на способах перехода человека от состояния фиксации на проблеме к состоянию «генеративного расширения», когда контекст наших актуальных переживаний становится значительно шире тревожащего фактора. Такое расширение позволяет увидеть другие аспекты жизни, в которых содержится источники силы и мотивации для своего творческого развития.

В принципе, на уровне идей здесь нет ничего качественно нового. Новизна состоит в описательной базе и акцентах метода. Мне понравилось то, что генеративная парадигма описывает простыми и понятными словами то, что и так интуитивно известно, и правильно расставляет акценты. Такой инструмент помогает быть точнее и эффективнее в работе. Кроме того, он замечательно подошёл к работе над моим докладом о троллинге в психологическом сообществе, модератором и консультантом которого являюсь. В нём мне хотелось подчеркнуть тот момент, что в психологическом сообществе с чётким сеттингом и ядром, состоящим из зрелых людей, троллинг не может являться серьёзной угрозой. Он скорее воспринимается как вызов, как возможность сформировать новые навыки защиты и противостояния вербальной агрессии и манипуляции. Такие навыки легко тренировать в интернете, где есть возможность «отсроченной реакции», где конфликт не может выйти за рамки вербального противостояния. На секции присутствовало немного людей, но атмосфера сложилась очень тёплой, такая, как бывает в кругу единомышленников, хорошо понимающих друг друга. По истечении

времени, предписываемого регламентом, секция нашла генеративное решение, продолжив свою работу в кафе в фойе гостиницы. Мой доклад прошёл именно там. Он очень удачно последовал за докладом В. Г. Голубева, который говорил о нравственных и антропологических аспектах идентификации современного человека. Получилось так, что мой доклад послужил иллюстрацией некоторых теоретических заключений из предыдущего, образовав с ним органичную связку. Ещё на этой секции запомнился доклад И. А. Чегловой, посвящённый травме поколений и генеративному подходу в ее терапии, который был воспринят на одном дыхании, как цельный и очень глубокий анализ этой сложной темы. По окончании секции не хотелось расходиться. Так бывает, когда совместное занятие сближает людей и создаёт особое пространство душевного комфорта.

О семинаре – демонстрации «Работа на тему «Фобии»» представителей разных школ психотерапии: НЛП – восточная версия – С. В. Ковалев, дианализ – В. В. Завьялов, психокатализ – А. Ф. Ермошин, системные семейные расстановки М. Г. Бурняшев. Ведущий – А. Ф. Ермошин

Е. Красноштейн: На меня большое впечатление произвела работа А. Ф. Ермошина своей внешней простотой и эффективностью – качествами, доступными только профессионалу высокого уровня. Андрей Фёдорович продемонстрировал тонкое понимание процессов, происходящих в душе другого человека, и очень бережное, но, вместе с тем, значимое корректирующее воздействие на заявленные проблемы. После семинара осталось большое желание познакомиться ближе с методом и его автором. «Случайность» свела нас вместе в одном вагоне метро, и я сумел убедиться в том, что это человек лёгкий в общении, увлечённый своим делом и с радостью готовый поделиться знаниями и опытом с другими.

Так же доставило большое удовольствие наблюдать за работой мастера системных расстановок – М. Г. Бурняшева. По контрасту с этими двумя профессионалами от психотерапии выглядело «выступление» С. В. Ковалёва, который продемонстрировал талант быть интересным для аудитории, но по содержанию его слова и действия больше походили на эстрадное действо, чем на оказание психологической помощи.

Т. Перц: Про Андрея Ермошина лучше не скажешь... А его метод я считаю большим достижением отечественной практической психологии. Возможности комбинации метода с каждым из известных мне подходов, действительно, делают психокатализ желанным инструментом для психотерапевта любой из школ и специализаций.

Во время выступления С. В. Ковалёва хотелось сказать: «чур меня, те лихие 90-е давно прошли!»

Вода, заряженная Чумаком, уткла в прошлом тысячелетии: Вы – герой, но уже не нашего времени»...

Увиденное показало также, что организационно-этические вопросы, такие как запрос и получение согласия пациента на работу с психотерапевтом, к сожалению, ещё рано снимать с повестки дня, если в мероприятиях достаточно серьёзного уровня допускаются подобные сбои. Из европейского этически-правового пространства они видятся особенно отчётливо: обидно и досадно, и как-то совсем не всё -равно...

Это те моменты, где организация психотерапевтического сервиса должна быть в приоритете и не противоречить принципу гуманности...

...Жаль, что в связи с участием в работе секции психокатализа, я не смогла прослушать все доклады секции эмоционально – образной психотерапии под председательством Н. Д. Линде. Уже первые доклады заинтересовали, понравилась и общая атмосфера, и люди, и управление работой секции. Мне хотелось узнать побольше об отечественном опыте эмоционально-образной работы с контрпереносом, найти и, возможно, обсудить аналогии с работками немецких коллег. Надеюсь на такую возможность в будущем.

О секции «Психотерапия и консультирование в условиях социальных кризисов»

И. Е. Романова (Россия): На секции широко заявленная тема позволила обсудить самые разнообразные аспекты кризисной реальности – психотерапевтическая и консультативная помощь в различных кризисных ситуациях, работа с детьми и инвалидами, личностные кризисы, женские кризисы и др. Представленные доклады вызвали живой интерес, сопровождалась иллюстративным материалом, было задано много вопросов, развернулись интересные дискуссии.

Особый отклик вызвали доклады А. В. Гаврик и М. С. Аникеевой – психологов Центра реабилитации инвалидов «Радуга» из г. Жуковского Московской области «Позитивный опыт психологической работы с инвалидами, нацеленной на межличностное общение, адаптацию и реализацию себя в социуме», к. б. н., доцента кафедры общей и прикладной психологии Гуманитарного Университета г. Екатеринбурга Сапоговой Н. В. «Сохранение психофизиологических ресурсов человека в условиях социального кризиса», «Опыт преодоления кризиса в семьях через развитие эмоционального интеллекта методами арттерапии» психолога центра «Акварель» из Екатеринбурга, психотерапевта Е. А. Климовой «Соединение современного опыта психотерапии и народных традиций при прохождении критических жизненных состояний». Доклад Климовой Е. А. живо обсуждался, так как в аудитории присутствовали участницы мастерской Екатерины Александровны «В гостях у Богини Макоши или куклы женской судьбы», с успехом прошедшей в дни преекнесса.

Вызвал дискуссию и мотивировал к серьёзным размышлениям доклад Сергея Владимировича Рудного (Екатеринбург). «Некоторые аспекты формирования позиции клиента при выборе психолога консультанта», в котором докладчик привел интересные статистические данные о самопрезентациях психологов, психотерапевтов и представителей оккультных наук, позиционирующих себя как специалистов сервиса психического здоровья.

Хотелось бы отметить, что для большинства выступающих на секции специалистов это стало первым опытом представления своих наработок широкой аудитории коллег на мероприятии такого высокого уровня. И опыт этот удался – оказался успешным и вдохновляющим.

О секции «Психотерапия в Интернете и масс-медиа: новые информационные технологии» под председательством М. Е. Сандомирского, Н. Н. Наричина

Е. Красноштейн: Запомнились доклады М. Е. Сандомирского и Н. Н. Наричина. Оба вызвали живой отклик и желание раскрыть темы, поднятые в докладах, более широко в дискуссии с авторами и аудиторией. К сожалению, жёсткий регламент не позволял это сделать. Запомнилось ещё одно совпадение, произошедшее на данной секции. В моём докладе приводился сравнительный анализ интернет сообществ «Альянс психологов» и «Сами себе психологи» Как оказалось модератор сообщества «Альянс психологов» А. А. Рязцев находился в зале и его доклад следовал сразу же за моим. Он поднял важный вопрос о том, насколько модераторы интернет пси-сообществ сами подвергаются рискам, связанным с выгоранием, ощущением всеисилия, зависимости от процесса управления сообществом и других. Тема психологических интернет сообществ вызвала у слушателей живой интерес, что было видно по большому количеству людей, пришедших к концу работы секции и задаваемым вопросам.

О тренинге А. Е. Алексейчика «Интенсивная психотерапевтическая жизнь»

А. М. Бурно (Россия): К сожалению, на тренинге Алексейчика ничему нельзя научиться. Вроде бы он использует какие-то техники и модели, диагностирует что-то по ходу дела, но видно, что не в этом дело. Главный инструмент Алексейчика – он сам, пользоваться этим инструментом может, естественно, только он, передать его кому-то невозможно.

Сначала его работа видится зыбкой и неконкретной. Потом понимаешь, что на самом деле она легкая, воздушная, танцующая. Без мелочной заботы о каких-то там правилах. Иногда это обидно, но тут же чувствуешь, что обижаются лишь поверхностные, случайные слои твоего «я», и, так им и надо, по большому счету. В глубине, там, где все по настоящему, наоборот, светло и празднично.

Александр Ефимович похож на дзенского мастера. Своим бесконечным издевательством над рассудком, он, в конце концов, хоть на мгновение, раскалывает его скорлупу и выталкивает за его пределы. Оттуда не хочется возвращаться, потому, что там нет, и не может быть проблем. Оттуда невозможно не возвратиться, но моменты пребывания там не проходят бесследно, оставляя в душе точки опоры и путеводные знаки.

У Алексеича нельзя ничему научиться, но в его присутствии можно очень многое получить. Прошло уже больше двух месяцев с момента тренинга, но время, проведенное там, помнится очень ясно. Как прожитое крайне интенсивно и весьма терапевтично.

Обязательно пойду еще.

О Дне психодрамы

Д. Соколова (Россия): День психодрамы в ППЛ наверняка запомнится, если уж и не навсегда, то НАДОЛГО – это точно.

Хочется сказать «СПАСИБО»: 1. Психодраматистам, которые провели свои работы: Елене Лопухиной, Ольге Московцевой, Жанне Лурье и Виктору Шапошникову. Bravo! 2. Психодраматистам и просто участникам, которые были в этот день рядом. Каждый внес свой вклад в работу и создание необычайной атмосферы. 3. Илоне Романовой – организатору всего этого действия и, похваляюсь, моему учителю психодрамы и не только – СПАСИБО! Здорово, что начало положено!

В чем особенность этого дня лично для меня? Первый раз у меня был такой подъём трудоспособности. Первый раз я так быстро и легко подвигалась со стульчиком вперед. Первый раз сказала, пусть пока только на площадке, очень важные слова. Я ещё раз убедилась, как важно разговаривать друг с другом. В конце дня я чувствовала, как много сделала для себя. Как будто что-то новое открылось во мне и до сих пор открывается. Верю, что и вокруг произойдут изменения. Отдельное спасибо Ольге Московцевой за поддержку на площадке и после. Ценю. Спасибо временной семье (маме, папе и старшей сестренке) за возможность это почувствовать. До сих пор тепло.

И. А. Челлова (Россия): 11 октября, я с большим удовольствием посетила День психодрамы, организованный новым лидером этого направления в ППЛ – Илоной Романовой. Я люблю психодраму. И очень рада этому начинанию.

Не могла не воспользоваться возможностью, чтобы выразить глубокое уважение и признательность Елене Лопухиной (она, как и многие психодраматисты, не любит именоваться по отчеству, поэтому я здесь отступаю от моей любимой формы обращения). Ее работа «Архетип сезонности» 8 лет назад стала мощным источником смыслов и вдохновения в моих попытках создать свою терапевтическую методику, основанную на соприкосновении с архетипическими мотивами. Другая ее статья – «Архетипический оракул», сориентировала меня в направлении работы со структурированным терапевтическим пространством.

С тем большим интересом и вниманием я впервые «вживую» участвовала в ее работе. Она называлась о «Зеркало и Зазеркалье». И неожиданно для себя я сделала важный шаг в проработке значимой для меня темы о том, какие послания передают наставники своим ученикам. И как эти послания связаны с их собственной жизнью.

А работа Ольги Московцевой о жизненных кризисах взбудрила интенсивным и динамичным разогревом и заставила задуматься. Сначала о том, как я обхожусь с кризисами в моей жизни, и как они обходятся со мной, а потом, уже во время работы с клиенткой – о тонких гранях взаимоотношений женщины и мужчины, о том, как важны в них чувства, как значимы слова, которые их выражают. Как страшно бывает решиться их высказать. И как необходимо.

Очень рада была увидеть знакомых коллег – Леонида Огороднова, Виктора Шапошникова, Ларису Межерлицкую. И познакомиться с теми, кого еще не знала.

Успехов вам, дорогие коллеги! Я искренне желаю, чтобы Дни психодрамы стали одной из любимых и ярких традиций «Горячих декад» ППЛ.

О тренинге Е. В. Максимовой «Глубокая чувствительность»

И. А. Челлова: 14 октября 2010 года на Автозаводской состоялся тренинг Елены Владимировны Максимовой «Глубокая чувствительность», посвященный активизации наиболее древнего эволюционно и наименее осознаваемого нами уровня организации нервной системы [1]. Анатомически к нему можно отнести самые глубокие мышцы спины, надкостницу и соединительнотканый каркас тела.

Этот уровень – физиологическая основа «Я»-сознания человека. От того, как работает этот уровень, напрямую зависят следующие аспекты бытия:

- ощущение целостности тела и пространства – залог целостности психики;
- физическая устойчивость, как основа устойчивости психической;
- тоническая активность всего нервно-мышечного аппарата как основа человеческой активности, того, что принято называть «жизненным тонусом»;
- глубокое чувство единения, безопасности и тепла, возникающее при телесном контакте любящей пары, а затем – родителей и ребенка.

Елена Владимировна работает с особыми детьми и их родителями – восстанавливает с помощью специальных упражнений глубокую телесную чувствительность, которая лежит в основе всех этих функций. И в семьях постепенно восстанавливается глубокое внутреннее чувство любви и сопричастности, которое им особенно необходимо.

У этих детишек чаще врожденные нарушения. Однако глубокая чувствительность блокируется и при психических травмах. При этом человек теряет чувство присутствия в мире, чувство собственной целостности на уровне психики и тела, теряет способность к «телесной подстройке», к близости в тесном контакте. На мой взгляд, именно этот механизм служит основным в передаче травмы поколений, и именно он опосредует описанный А. Гринном синдром «мертвой матери».

Приведу цитату из статьи Елены Владимировны и соавторов в журнале «Психотерапия» № 5 за этот год – к слову сказать, первой статьи, пришедшей на наш конгресс и многое мне объяснившей в теме травмы поколений, которую разрабатываю в данный период моей жизни:

«Наиболее тесно глубокая чувствительность связана с соединительной и мышечной тканью, которые близки по происхождению и легко переходят одна в другую. Соединительная ткань пронизывает все тело человека, легко переходя с одного органа на другой. Соединительной тканью окутаны все нервы, все органы. Да и само название СОЕДИНИТЕЛЬНАЯ – подчеркивает ее связующую, организующую роль. Именно при воздействии на соединительную ткань, на надкостницу – легче всего выйти на тоническое объединение всего тела.»

Под руководством Елены Владимировны мы учились различать глубокую и поверхностную чувствительность, осваивали свойственные этому базовому уровню организации медленные тонические движения, учились ощущать тоническое заполнение тела, постигали особенности построения позы от опоры.

Особое удовольствие лично я получила от упражнений на удержание позы: «Восковая палочка»; «вытянутая рука», а также от «считывания», когда с закрытыми глазами, только по состоянию собственного тела, можно было сказать о том, что происходит сейчас у Елены – моей партнерши по упражнению.

Очень специфическое ощущение концентрации энергии и внимания вызвала «Протяжка» – выстраивание оси тела; а «Фиксационные зажимы двух рук» сняли сильное ощущение усталости, с которым я пришла на тренинг.

Всего два вечерних часа – и как много мы успели узнать и попробовать, не «на собственной шкуре» даже, а буквально – мышцами и костями, и наполниться целительными ощущениями тонического заполнения тела и выстраивания его оси.

Когда-то на 2 курсе мединститута, во время обучения на кафедре физиологии, меня поразили слова доцента Владимира Ивановича Бадикова о том, что каждая функциональная система нашего организма имеет 20–50-кратный запас прочности. То есть – на каждый фактор, отклоняющий важные физиологические параметры от нормы, у организма есть от 20 до 50 факторов, которые будут этот параметр стабилизировать. И самое важное – дать организму возможность для самовосстановления, для саногенеза. С тех самых пор я «охочусь» за такими наработками, которые позволяют человеку исцелять и развивать себя.

К ним, без всякого сомнения, относятся и методики, которые показала нам Елена Владимировна. Спасибо от души – и тела!

О мастер-классе И. А. Чегловой «Травма поколений. Путь героя»

А. Г. Шеповалова (Москва) На своем мастер-классе 16 октября Ирина Алексеевна легко, ярко и артистично продемонстрировала объемную картину своей методики «Архетипический анализатор/Театр архетипов», проиллюстрировав ее конкретной работой с одной из участниц мастер-класса. Создала для всех нас учебную возможность «примерить костюмчики» архетипических образов, обратиться к своему собственному ресурсу и актуальному состоянию (рабочим темам).

На мастер-классе мне было интересно, комфортно, появился личностный и профессиональный интерес к обучению этой методике. Благодарна ведущей и участникам группы.

Ψ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРЕССА

СОДЕРЖАНИЕ № 1 ЖУРНАЛА «ПСИХОТЕРАПИЯ» ЗА 2011 ГОД

Идеология и мировоззрение

Пушкина М. А. Понятие «смысла жизни» и «жизнеспособности» при массовом дистантном психологическом консультировании

Мельникова-Григорьева Е. В. Когнитивный эксперимент в процессе академического гуманитарного обучения

Обзоры, лекции, доклады

Бурно М. Е. О самом главном в клинической классической психотерапии (ККП)

Методика, метод, модальность, полимодальность

Федорова А. И. Роль и принципы психотерапии в лечении сексуальных дисфункций

Дурманова И. В. Психодрама и коучинг – возможности интеграции методов

Веселаго Е. В. Системные расстановки по Берту Хеллингеру – история, философия, технология. Часть 2

Результаты исследований

Караваева Т. А., Вьюнова Т. С. Представления врачей-психотерапевтов и пациентов с невротическими расстройствами о нормативно-правовом регулировании психотерапии

Мифы, знаки, субкультура

Бедненко Г. Б. Современная вампириана: к новой мифологии

Из опыта практической работы

Силенок И. К. Музыкальная импровизация как база для генеративного расширения картины мира клиента (описание авторской методики)

Точка зрения

Шульман Г. А. Язык психотерапии – соционика

Самусенко Е. Е. Психологическая типология К. Г. Юнга: мифы и реальность

Ψ ХРОНИКА БОЛЬШИХ СОБЫТИЙ

II СЪЕЗД ПСИХОЛОГОВ И ПСИХОТЕРАПЕВТОВ ЮФО РФ

26–28 ноября 2010 года в Краснодаре прошел II Съезд психологов и психотерапевтов ЮФО РФ. Организаторы Съезда – Общероссийский Совет по психотерапии и психологическому консультированию, Профессиональная Психотерапевтическая Лига РФ, Совет по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, Кубанский Государственный Университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодарский Центр психологии и бизнес консультирования «Логос». Съезд проводился при поддержке Администрации г. Краснодара, Краснодарского местного отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия» и информационной поддержке общероссийской психологической газеты «Золотая лестница» в КГУФКСТ.

Съезд открывала научно-практическая конференция «Современное состояние и тенденции развития психотерапии и психологического консультирования на юге России». Материалы конференции опубликованы в приложении к общероссийскому журналу «Психотерапия».

Более двухсот специалистов из 17 городов России собрались в старинном здании Университета физкультуры, где в течение трех дней работали 7 секций, 4 круглых стола, проведено 8 тренингов, 24 мастер-класса, 3 лекции. Мероприятия проходили по пять – шесть одновременно, и участники постоянно оказывались перед непростым выбором: чему лучше сейчас поучиться, в какой дискуссии принять участие, работу в рамках какой психотехнологии посмотреть, какая секция окажется самой интересной, ведь все – одновременно? Да и как выбирать, когда тренинги и мастер – классы проводили ведущие специалисты в нашей стране, доктора и кандидаты наук, тренеры международной категории, преподаватели и супервизоры своих профессиональных сообществ. А в работе круглых столов принимали участие не только знаменитые ученые – психологи и психотерапевты, но и депутаты, общественные деятели, руководители предприятий, спортсмены, сотрудники департаментов и управлений соответствующей тематики, активная молодежь. Но – все по порядку.

Первый день работы Съезда начинался пленарным заседанием, которое проходило в красивом, солидном актовом зале Университета физ. культуры, спорта и туризма. Участников Съезда поприветствовали члены президиума пленарного заседания: Макаров В.В. – доктор медицинских наук, профессор, зав. кафедрой психотерапии и сексологии Российской мед. академии последипломного образования, действительный член и президент ППЛ РФ, председатель Совета по психотерапии и консультированию РФ, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, психотерапевт европейской и всемирной регистраций (г. Москва), Недилько В.Д. – руководитель исполнительного комитета Краснодарского местного отделения Всероссийской политической партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ», кандидат экономических наук, профессор, заместитель секретаря политсовета (г. Краснодар), Силенок И.К. – председатель Совета по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ РФ, член ЦС ППЛ, Официальный представитель ЦС ППЛ в ЮФО РФ, член Общероссийского совета по психотерапии и консультированию, директор Центра «Логос» (г. Краснодар), Горская Г.Б. доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой психологии КГУФКСТ, Силенок П.Ф. – кандидат психологических наук, тренер НЛП международной категории, европейской регистрации, региональный представитель по югу России Европейской ассоциации NLPt, член Совета по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ (г. Краснодар), Хмарук И.Н., кандидат психологических наук, профессор Академии военных наук РФ, зав. кафедрой медицинской психологии и психотерапии ФПК и ППС Рост ГМУ, официальный супервизор практики ППЛ, заместитель председателя Общества психологов силовых структур (г. Ростов на Дону). В работе президиума также приняли участие: Кимберг А.Н. – кандидат психологических наук, зав. кафедрой социальной психологии Куб ГУ и Глазунова Т.И. – врач-психиатр, зав. отделением № 17 СКПБ № 1. В пленарном заседании прозвучало 11 докладов. После пленарного заседания на конференции работал круглый стол «Психологические приемы повышения мотивации у молодежи к занятиям физической культурой и спортом». На круглом столе обсуждались такие актуальные вопросы, как влияние занятий физкультурой и спортом на формирование личности молодого человека, что мотивирует ребенка, подростка, молодого взрослого к занятиям физкультурой и спортом, физкультура в системе ценностей общества. Вела круглый стол профессор Горская Г.Б.. В работе круглого стола приняли участие Мачуга Н.А. – генеральный директор «Спортклуба акробатики и прыжков на батуте им.В. Мачуги», член Политического совета Краснодарского местного отделения Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ», Гаврик И.А. – заслуженный деятель физической культуры и спорта Кубани, директор детской спортивной школы, а также спортсмены, сотрудники департамента физической культуры, сотрудники управления по делам молодежи администрации г. Краснодара, активные члены Молодой гвардии «Единой России», психологи, тренеры, коллектив кафедры психологии КГУФКСТ.

На круглом столе была отмечена недостаточная сплоченность в работе тренеров и психологов, а также необходимость их совместной слаженной работы со спортсменами, как детьми, так и взрослыми. Было замечено, что в Китае, показавшем высокие результаты на Олимпиаде, психологи работают постоянно со спортсменами национальной сборной, и результаты этой работы были очевидны зрителям и болельщикам всего мира. В процессе обсуждения современной проблематики мотивации молодежи заниматься спортом и вообще вести активный образ жизни возникло несколько интересных идей, как эту мотивацию можно повышать, объединяя усилия спортсменов, общественных организаций, психологов, тренеров, государственных структур, средств массовой информации. Для этого необходимо проводить масштабные мероприятия с привлечением детей и молодежи к соревнованиям и показательным выступлениям, эстафеты и праздники, давая возможность проявиться как профессиональным спортсменам, так и детям, которые только начинают приобщаться к занятиям

физической культурой на детских спортивных площадках во дворах. В работе круглого стола принимали участие специалисты Ростовской области, Москвы, Волгограда, Адыгеи, и было отмечено, что в преддверии сочинской Олимпиады в Краснодарском крае все большее внимания уделяется физической культуре и спорту, и что необходимо эту активность распространить и на остальные регионы ЮФО.

В этот же день работал круглый стол «Исследование, профилактика и консультативная работа с клиентами, страдающими зависимостями» под руководством Любченко Д.А. – главного нарколога Краснодарского края, главного врача ГУЗ «Наркологический диспансер». На круглом столе обсуждались вопросы: актуальная ситуация с зависимостями в ЮФО РФ (Любченко Д.А.), виды зависимостей и источники их формирования (к.п.н. доцент КГУКИ Наприев И.Л.), особенности формирования механизмов психологической защиты у опийных наркоманов, находящихся в ремиссии (д.м.н., профессор Овсянников М.В. г. Ростов на Дону), виды компьютерной и Интернет – зависимостей (Матвеева М.В.) и другие. В обсуждении актуальных вопросов борьбы с зависимостями и их профилактики приняли активное участие профессор Макаров В.В. (Москва), депутат городской думы г. Краснодара, главный врач поликлиники № 10 Марьян В.А., главный врач Марьянской участковой больницы Красноармейской ЦРБ Симак Л.В., врачи и психологи наркологического диспансера, ведущие психологи и психиатры различных организаций ЮФО РФ, активная молодежь, члены партии «Единая Россия», представители общественных организаций.

Работа круглого стола наглядно показала позитивные тенденции в ситуации с наркотическими зависимостями в Краснодарском крае и одновременно с этим рост числа детей, взрослых и подростков, страдающих Интернет – зависимостью и игровыми зависимостями, а также необходимость профилактической работы с молодежью, которая позволит минимизировать возникновение зависимостей у молодежи. Большой вклад в профилактику зависимостей уже сейчас вносит активная молодежь и в частности члены Молодой гвардии «Единой России», и для еще более успешной работы необходимо больше включать психологические приемы в подготовку и проведение акций «Анти нарко». Объединять усилия различных служб, профессиональной компетенцией которых является борьба с зависимостями и их профилактика, с усилиями общественных организаций, политических партий, специалистов психологов, психотерапевтов, педагогов, социальных работников, активных детей и молодежи, СМИ для проведения совместных акций и мероприятий.

27 ноября работал круглый стол «Профессиональный путь молодого специалиста – психолога и психотерапевта». Ведущая круглого стола – автор идеи и организатор конкурса студентов и молодых ученых и специалистов – психологов и психотерапевтов ЮФО РФ – Силенок И.К. На круглом столе обсуждались вопросы: конкурс молодых специалистов (Силенок И.К.), основные требования к личности психолога и психотерапевта (Соколова Г.В. г. Краснодар), взаимосвязь субъектности студентов с самоактуализацией. (к.п.н., декан психологического факультета ЮРГИ ШФ Желтова Е.В. г. Шахты). О своем пути в специальность рассказали молодые специалисты Побегуц Н.В. (г. Майкоп), Шрамченко Е.В. – психолог, главный редактор журнала «4u: for you» (г. Краснодар), Веремева С.С. – секретарь первичного отделения ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», входит в состав депутатского резерва Государственной Думы, молодой специалист (Краснодар). В работе круглого стола приняли активное участие преподаватели психологических факультетов ВУЗов ЮФО, молодые специалисты разных профессий, студенты, молодые активные члены партии «Единая Россия», представители общественных организаций, победитель прошлогоднего конкурса молодых ученых и специалистов Степанова О.Ю.. На круглом столе И.К. Силенок предложила Проект управления этапом начальной профессионализации молодых специалистов. Проект был активно поддержан молодыми участниками круглого стола и преподавателями ВУЗов. В принятой единогласно резолюции круглого стола написано: «Необходимо разработать и внедрить проект поддержки молодых специалистов, используя ресурс объединенных усилий

молодых членов партии «Единая Россия», молодых специалистов психологов и психотерапевтов, ППЛ РФ. Для успешной разработки и внедрения проекта необходимо:

- Объединить усилия государственных структур, общественных организаций, политической партии «Единая Россия».
- Создать молодежные профессиональные объединения при местных отделениях ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ»
- Приступить к реализации помощи в подготовке трудоустройства и самом трудоустройстве молодым специалистам различных профессий уже сейчас, привлекая молодых специалистов психологов, психотерапевтов, юристов, социальных работников на общественных началах. В том числе
- организовать и провести конкурсы молодых ученых и специалистов в рамках остальных специальностей по примеру конкурса молодых ученых и специалистов – психологов и психотерапевтов».

Четвертый круглый стол «Раскрытие ресурсов и возможностей в психотерапевтическом процессе» объединил представителей различных направлений практической психологии и работал под председательством П.Ф. Силенка. На круглом столе обсуждались вопросы: цивилизационный скачок, его влияние на психику, стрессогенность жизни (Силенок П.Ф.), соотношения коррекции и профилактики. Ликвидация дефектов с одной стороны и наращивание ресурсов, с другой стороны (клинический психолог, к.п.н., доцент АГУ, член Совета по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея – Кошанская А.Г. Майкоп), психотерапевтические техники, как фактор наращивания ресурсов адаптации к социуму: НЛП (Силенок П.Ф.), гештальт-терапия (Наприев И.Л.), психоанализ (к.п.н., психолог – психоаналитик, член ЕКПП, специалист Гильдии Психотерапии и Тренинга г. Санкт-Петербург, доцент каф. психологии и педагогики ИЭИУ МиСС, практикующий специалист в области психоаналитически ориентируемого консультирования и группового анализа, член Совета по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея Бакалдин С.В.), телесно-ориентированная психотерапия (к.п.н., доцент КубГУ, член Совета по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея Воронкина С.И.). С докладом «Соппротивление как протестная реакция клиента в психотерапевтическом процессе» выступил к.п.н., доцент каф. психологии КГУФКСТ Гусейнов А.Ш. Круглый стол продемонстрировал необходимость использования интегративных методов в работе специалистов психологов и психотерапевтов, показал готовность объединяться специалистов, представляющих различные направления практической психологии и обсуждать профессиональные проблемы и задачи, находить совместные их решения. Раннее проявляющаяся тенденция признавать и пропагандировать то направление, в котором работаешь, сменилась на тенденцию к объединению, пониманию того, что специалисты разными равноправными способами решают одни и те же задачи. И что важно развивать все направления и заниматься их продвижением в различные слои населения, так как до сих пор обращение к гадалкам и народным целителям является более популярным для большинства жителей России, по сравнению с обращением к психологу или психотерапевту.

Участники активно посещали все мероприятия Съезда, и наиболее популярностью пользовались тренинги Макарова В.В. «Практики переключения, сосредоточения и погружения «Океан», «Улицы моей жизни»» и «Управление любовью, гармония денег, сценарии счастливой жизни», Силенка П.Ф. «Генеративное НЛП», Зозуля З.В. «Кинезиология. Единый мозг», Плюснина В.М. «Искусство мнемотехники», к.п.н., доцента КГУКИ Гусаровой Е.Н. «Современные методы арт-терапии» и многие другие. Три дня пролетели незаметно. На завершающем работу Съезда пленарном заседании участники говорили о высоком уровне специалистов, проводивших лекции, тренинги и мастер-классы, о необыкновенной атмосфере творчества, взаимопонимания, поддержки, конструктивной работы, которая соединилась с атмосферой традиций и академизма, много лет царившей в здании КГУФКСТ. Участники единогласно приняли проект

резолюции II Съезда психологов и психотерапевтов ЮФО РФ, который огласила И.К. Силенок. Съезд избрал делегацию на II Общероссийский съезд психотерапевтов и психологов-консультантов, который состоится в Москве 6 октября 2011 года в составе Силенок И.К., Кошанской А.Г. Хмарука И.Н.

Организаторы выражают искреннюю признательность и благодарность Главе муниципального образования город Краснодар Евланову В.Л. за содействие в организации и проведении Съезда, обеспечившее высокий уровень организации и проведения мероприятия. Гости города – участники съезда отмечали гостеприимство краснодарцев и выражали признательность городской администрации и организаторам за теплую атмосферу мероприятия. Организаторы благодарят Недилько В.Д. и работающий под его руководством коллектив исполнительного комитета краснодарского местного отделения ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» за поддержку в организации и проведении Съезда. Организаторы выражают признательность ректору КГУФКСТ д.п.н., профессору Ахметову С.М., первому проректору, профессору Тарасенко А.А., проректору по научной работе д.м.н., профессору Александянцу Г.Д. за содействие в организации и проведении Съезда на гостеприимной территории КГУФКСТ. Организаторы благодарят Макарова В.В., Силенка П.Ф., Горскую Г.Б., д.п.н., профессора, декана педагогического факультета АГУ Хакунову Ф.П., депутата Марьянана В.А., Хмарука И.Н., Кошанскую А.Г., к.п.н., действительного члена, преподавателя и супервизора ППЛ Шаверневу Ю.Ю., Желтову Е.В., и.о. начальника управления по делам молодежи администрации г. Краснодара Килина С.В., действительного члена, преподавателя и супервизора ППЛ Романову Н.В., врача-психотерапевта, психоаналитика, коуча, действительного члена ППЛ Голубева В.Г., Бакалдина С.В., Гусарову Е.Н., Наприева И.Л., Симак Л.В., Воронкину С.И., к.п.н., зав. кафедрой социальной психологии Куб ГУ Кимберга А.Н., Любченко Д.А., Глазунову Т.И., коллектив Центра психологии «Логос» за большой вклад в организацию и проведение II Съезда психологов и психотерапевтов ЮФО РФ.

Съезд продемонстрировал явную тенденцию к объединению специалистов ЮФО с целью обмена опытом и продвижения профессии психолога и психотерапевта в различные слои населения ЮФО РФ. У специалистов, занимающихся консультированием и психотерапией в Краснодарском крае, эта тенденция проявляется в наибольшей степени. В Краснодарском крае замечен рост общественной активности молодых специалистов психологов и психотерапевтов. Молодые специалисты чувствуют поддержку более опытных коллег и готовы дальше совершенствоваться в своем профессионализме и участвовать в общественной жизни города и края. И роль Краснодарского края в объединении специалистов и повышении их общественной активности все повышается. Можно говорить о том, что центр общественной активности специалистов психологов и психотерапевтов в ЮФО сместился в Краснодар. Одновременно с этим Съезд показал, что в ЮФО психологи, занимающиеся консультированием и психотерапией, проявляют значительно большую активность, чем врачи – психотерапевты. Также съезд продемонстрировал значительный рост общественной активности профессионалов по сравнению с наблюдавшейся в 2008 году во время I Съезда психологов и психотерапевтов ЮФО РФ. Отмечается явный рост профессионализма психологов – консультантов и психотерапевтов в округе.

Съезд констатировал, что объединение психологов – консультантов и психотерапевтов с представителями общественных организаций и их тесное взаимодействие с политическими партиями и государственными структурами позволит все более успешно решать социальные задачи и будет способствовать значительной стабилизации жизни не только в Краснодарском крае, но и во всем ЮФО РФ.

И. К. Силенок

Действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, член ЦС ППЛ, член Общероссийского Совета по психотерапии и консультированию

ПО СЛЕДАМ КОНГРЕССА «ЯЗЫКИ ПСИХОТЕРАПИИ»

Где ты ищешь меня, Человек?
Здесь я, здесь, недалеко...
Нет ни в храме искусном меня,
Нет в мечети Пророка...
Если, Правда, ты ищешь меня,
То отыщешь мгновенно!
Слушай, Брат, что Тебе говорю:
Все Живое – Священно...

Кабир. Индийский поэт и философ.

О ЯЗЫКАХ ОБЩЕНИЯ, ЯЗЫКАХ ПСИХОТЕРАПИИ И О СЕБЕ...*

По итогам Всемирного Конгресса «Языки психотерапии. Москва. 8–10.2010.

В. Н. Ядринкин. Психотерапевт.

Я долго размышлял над этим письмом, но не над его содержанием. Все старался понять свои побуждения: «Почему я это делаю? И Зачем? Может быть, это из близкого мне чувства Одиночества («Найти товарища по Судьбе...»), как тонко заметил Бальзак? Или из тщеславия? А, может быть, это исходит из того во мне, о чем мы знаем, но не можем это назвать? Будет ли написанное мной услышано? Будет ли кому-то полезно?». Я не публичный человек, хотя, как и многие, долго стремился к этому. А теперь искренне Рад, что вовремя нашел иную тропинку для своей Самоактуализации. Я не умею писать научные статьи, и упреки меня в этом справедливы! И все-таки я пишу, переживая неизбежную тревогу от предстоящего общения с Тобой, читающий мое откровение. И не знаю, что это будет для нас с Тобой: Достойная Встреча или всего лишь обыденный контакт...

Вспоминаю Международную конференцию 2009 года о Духовности в психотерапии... Множество Встреч, Устремлений, Смелых поисков путей единения Духовного и в нашей практике и в нашем Бытии. Отраднo было услышать призыв нашего Президента в отчетном докладе XII съезду ППЛ (7.10.2010): *Ab homine sapientis ad hominem spiritualium!* (От человека Разумного к человеку Духовному!). Полностью разделяю этот призыв: своевременно, современно, актуально...

Но вместе с этим, когда проглядываю темы докладов и сообщений **этого** (8–10.10.2010) Конгресса, упоминаний о Духе и Духовности почти не нахожу. Печально, если в нашей Лиге будет жизнь как в обыденном мире – «церковь по «церковным» дням, а в будни продолжать «просто жить, не тратя время на философию...».

Тематическое направление данного Конгресса, «Языки психотерапии», проистекает из темы предыдущей («О Духовности в психотерапии»), развивает ее... Это продолжение разговора о Духе, о том, чем **Мы** можем помочь наши соотечественникам в переходе к *«hominem spiritualium»*.

Именно этими размышлениями и хочу поделиться с Вами, Друзья мои и Коллеги. Надеюсь, Вы примете и это Дружеское обращение, и мой язык. А иначе и читать Вам мое Послание (которое, конечно, можно назвать «невротической исповедью», «Проявлением мучающегося Либида» или каким-нибудь еще «мудрым» психиатрическим термином...) не стоит.

Языки... Языки... Как без них в психотерапии... И как Психотерапии без них...

Источники слов. Язык Ума и язык Сердца

Современные «дискуссии» вызывают у меня сложные и противоречивые чувства: сострадание, жалость, гнев, тревогу... И вечный

вопрос: «Ну, зачем? Зачем Вы опять Это затеяли?!» Я имею в виду «дискуссии», в которых «дискутирующие» пытаются найти друг у друга «слабые места»: неточности формулировок, алогичность, отсутствие взаимосвязи с общепринятыми (в этом уверен оппонент) концепциями и т.п. Цель таких «дискуссий» проста: «победить» собеседника и через это самоутвердиться. И сделать это умному человеку очень легко. Ведь смыслом слов можно манипулировать. Особенно, если в ход пускается «тяжелая артиллерия», которая не видна, «она далеко от поля боя». Я думаю, Вы понимаете – это чины, регалии, социальный статус, возраст и даже простое – «право последнего слова» у «председателя» данного собрания, руководителя, ведущего конференции или иной встречи.

Однажды семилетний сын спросил меня: «Папа! А «кретины» – это те, кто критикует?» Говоря языком Дзен, Свет Истины тут же озарил мой противоречивый Мир! Действительно, если человек критикует меня, тебя без нашего согласия (или нашей просьбы) – это проявление его слабого ума. Доводы по-детски просты:

- такая «критика» – это «атака, нападение» на человека, который не является противником, непрошенное (**неосознаваемо-непрошенное**) вторжение в мир Другого, стремление изменить этот мир. При этом нет главного Человеческого качества: Уважение права Другого на жизнь в своем Мире, Уважения этого Права, прежде всего, там, где этот мир непонятен или «неправильный»;
- эта критика всегда сцеплена с жесткой, ригидно-догматической, (неосознаваемо – некорректируемой) родительской позицией (в каки бы одежды «любви-заботы» или «верности истине, долгу» она не маскировалась).

Такая критика несет только деструкцию и, конечно, в этих спорах рождается не истина, а усталость, обиды, несправедный гнев и одиночество. И умный Человек (не только психолог...), Человек Достойный, Человек Актуализированный старается и умеет вовремя остановить себя там, где так хочется исправить, «просветить» Другого, Других по своему образу и подобию.

И улыбается этот Человек над своими внутренними импульсами тщеславия, понимая, что «исправлять людей по своему Образу и Подобию – право Бога, а я – всего лишь обычный человек».

Другое дело, если это общение – сотрудничество, где конфронтация не просто возможна, но и желательна (но об этом – позже).

Источники Языков общения

Что руководит Человеком, доверяющим Миру свои Открытия и Откровения, Понимания и Достижения, Боль и Радость, Возможности и Перспективы? И как понять его, если наши «Языки», имеют крайне мало общих понятий и категорий? Если мы начнем задавать

* Материал печатается с сохранением авторского стиля.

вопросы из своей «Карты мира», а он искать ответы в своей, мы наверняка запутаемся (часто при этом обвиняют не себя, а собеседника!). Есть ли тогда в такой Встрече Смысл? Это важно и для нашей психотерапевтической практики и для общения между собой!

Предлагаю для начала перевести наше Внимание с «Языка формального» (т.е. слов и т.н. невербальных предикатов как таковых) на «Источники Языка», т.е. то, из чего исходят слова и прочие сообщения:

- из его Ума?
- или из его Сердца?
- а, может, из того и другого?

Наш собеседник может исходить из Сердца и использовать Язык Сердца, т.е. язык Уважения, Заботы, Красоты и Любви. А может исходить из Сердца, а использовать язык ума, т.е. язык вербальных категорий, язык логики и собственных убеждений. В обоих случаях мы можем услышать Музыку Души его, Встретиться с **Его** Уникальностью и **Его** Красотой... Что для этого важно? Только наше стремление открывать свое Сердце, оттренированное **умение Слышать, отказываясь слушать, умение понимать не слова и жесты, а Понимать через слова, через жесты...**

Если же наш собеседник исходит из категории Ума и использует Язык Ума, нам придется присоединиться к его «Карте мира» и, (что предельно Важно!) уметь отказываться от понимания Мира Других через Свою «Карту мира», которая может казаться наиболее достоверной. А, если для Понимания Мира Другого у нас нет времени, то тогда остаются лишь два наполненных Смысла Бытия Выбора:

- тренировать в этой уникальной Встрече умение Слышать Другого через свое Сердце, что возможно он и не поймет, и тем более не оценит с пользой для себя и для нас. Ведь он-то ждал Понимания от нашего ума, а услышал непонятное: «Я слышу Тебя (именно, **ТЕБЯ!** Иначе, это не есть слушание из Сердца...), и я тебя не понимаю. Но ты продолжай говорить, ибо это Важно для нас обоих!»
- прервать этот контакт Достоинно и, как говорит известный отечественный персонаж, однозначно!

А если его источник – Ум, а Язык – Сердце? Сможем ли мы прояснить через духовные декларации истинный источник Проявления этого человека? Сможем ли стремиться открывать свое Сердце и слушать... только слушать... в тихой и призрачной надежде когда-нибудь встретиться с ЕГО Сердцем? Или будем прерывать предлагаемый Язык Сердца, задавая вопросы и этим пытаюсь установить контакт с реальным источником собеседника? А это чревато прерыванием пока еще только развивающегося контакта?

Как же Важно уметь слышать Не только Другого, но и уметь осознавать чем Ты, я слушаем... Только проясняя свои источники «Видения – Понимания», мы можем понять откуда исходит его Проявление! По-моему, об этом говорит в своих книгах о «Резонансном консультировании» Сергей Петрушин. И этому учит на своих семинарах-тренингах.

Истинная Красота и Радость общающихся возникают именно тогда, когда источники их Проявлений едины и раскрыты максимально возможно! И эту Радость могут разделить, т.е. начать переживать те, кто только наблюдает данную Встречу (при условии, что наблюдатель открыт в соответствующем источнике).

Истинные (Глубинные) цели общения

Каждое сообщение имеет явную и Истинную (Глубинную) цель. Это факт, известный... Истинные цели могут быть реальными и иллюзорными, собственными и навязанными, осознаваемыми и бессознательными, могут отражать наше Настоящее Бытие, а могут быть связаны с Прошлым и (или) Будущим... И чтобы наше общение было не только эффективным (для нас или каких-либо значимых для нас наблюдателей), но, прежде всего Эффективным (и для нашего собеседника и для нас), нам важно понимать и свои цели общения и его.

Имеет ли Право Человек, открывающийся Миру Других, желать всего лишь про-явиться, т.е. открыть (или при-открыть) часть своего мира. Может ли быть целью общения не «Быть Понятым», а «Быть Услышанным»? Понятно, что в этом случае он исходит из своего Сердца (при этом он может изъясняться и Языком Ума и Языком Сердца).

А какова наша цель в этой Встрече:

- понять его,
- помочь ему понять Себя,
- быть понятым им,
- понять Самих Себя,
- информировать его,
- найти Новое и Важное (для него или (и) для нас), или Постараться **Услышать ЕГО...**

Здесь и сейчас я хочу подчеркнуть **базовую стратегию эффективного общения – приведение в соответствие целей этого общения.**

Для меня это было актуально на секции «Полиmodalная психотерапия» на данном Конгрессе. Вавилонская встреча методик, психологических подходов и Пониманий своих психотерапевтических действий... Поскольку еще и время каждого докладчика ограничено до 15 минут понять его Умом почти невозможно! Нереально присоединиться к его «Карте мира» и нереально ему перевести свой доклад на мое Видение-Понимание Мира. А уж перевести доклад для понимания всех собравшихся (а не только ведущего секции) просто невозможно! Поскольку Единого-то Видения-Понимания пока нет!

Понимаем ли мы: что же ждет от нас Выступающий с докладом? Понять Умом, найти в его докладе неточности и ресурсы для будущей работы? Или гораздо Большого – **Быть Услышанным Близкими по Духу людьми?** Сможем ли мы отвергнуть в собственном уме стремление поправить-покрыть человека, который нас об этом и не просит? А, если не сможем, пойдем ли, если все-таки начали непонятную и утомительную «дискуссию», что это всего – лишь проявление нашего тщеславия (т.е. тщетного, иллюзорного стремления к «славе»)?

Если близкие люди при встрече подводят к Вам своего сына и говорят: «Это наш Сын! Познакомьтесь, пожалуйста!», из чего они исходят? И из какого Вашего источника ждут ответ? Как Важно при этом отказаться от вроде бы «заботливой» критики: «Хороший мальчик, только плечи у него слабые и жаль, что он не улыбается!». Как в этой простой ситуации проявить себя Мудро и Достоинно! И этим побудить Достоинно и Мудро проявить себя маленькому (пока еще!) мужчине...

Разве не такая же ситуация, когда мы слышим 10-ти минутное сообщение о Важном в Работе нашего Коллеги (по крайней мере, Важном для него!)? Он ведь не клиент, пришедший за помощью, не подчиненный, принесший на согласование проект развития нашего предприятия! Он не соискатель премии, не претендент на какое-либо звание, а мы – не его эксперты! Помним ли мы в такой Встрече о **Языке Аккуратности, т.е. Языке «РА», Языке Сердца...** Всей Душой своей желаю, чтобы это было и у меня и у Вас не только на таких Встречах, но и в обыденной жизни!

Мы вправе конфронтировать на Встречах с Человеком, пришедшим к нам за помощью. Мы не только вправе, мы **обязаны (!!!)** конфронтировать с его заблуждениями и паралогическими обоснованиями бегства от возможностей Самоактуализации. И, если при этом наша работа-забота исходят из нашего Сердца через Язык слов и конкретных психотехник, у клиента нашего есть реальный шанс, наконец, проснуться от своего кошмарного сна-небытия! Реальный шанс пробудиться и Увидеть-Понять и мрачно-абсурдный и наполненный Светом Добра Прекрасно-неповторимый Мир...

И это наше поведение нельзя назвать критикой! Хотя такое случается и наша профессиональная реакция болезненной ответственности неизбежна (я с этим смирился давно, хотя чего это стоило...). И психотерапевт, и Отец, и искренне-заботливый Воспитатель не атакуют пока еще слабо проявленную Личность! Они – не кретины! **Это искренне-агрессивное стремление Быть услышанным!** Быть услышанным Человеком, обратившимся к нам за помощью или Человеком, который воспринимает Тебя, меня, Его как Наставника.

Язык Смысла и Язык Самоосознания

Если источники Языка общения и Цели общения у встречающихся людей прояснены и совпадают, спонтанно проявляется Язык Смысла... Это не в Уме... Это в Сердце... **Особое чувство Торжественной Важности и Значимости, Особый Смысл и Осо-**

бенная, Уникальная Красота этого Со – Бытия, этой Встречи... Осознание новых, свежих Сил и Ясность Мыслей... Даже сомнения теперь понятны и не мешают смело смотреть в Будущее... Это Рождение Языка Истинного, Человеческого Общения! Этого легко достигают дети. Но и взрослые могут, если постараются не отвлечься на «дискуссионные» аспекты и «ловушки» собственного Ума...

Именно в откровенном общении, наполненном Смыслом, и может Человек на своем внутреннем Языке услышать ответ: «Кто же Он Был? Кто Он есть Сейчас? Кто Он может Быть Потом? И Кем Он **Выбирает** Быть потом? Или, цитируя Ф. Достоевского: «**Кто Я – тварь дрожащая или Право имею?**». **Право Быть Человеком! Право Быть Автором своей Жизни... Право осознавать и свой человеческий Стыд, и Свое Индивидуальное Человеческое Достоинство, свою Самоактуализацию...** И это опять не в Уме... Это в ином человеческом органе – в нашем Сердце... Это Язык нашей Духовности, Язык Красоты, Язык Вечной Истины и Язык Бессмертия. Язык, более почитаемый и используемый поэтами, чем психологами.

Мы понимаем, что это Важнейшее для Бытия осознание и есть истинный смысл уважительного (иначе психотерапевтического, хотя среди общающихся может быть и нет психотерапевта) общения – Встречи. И все наши профессиональные Языки стремятся к этому. А, если это происходит, мы понимаем, что это не результат наших техник, а результат Духовного Пробуждения нашего клиента. И мы спешим его с этим Поздравить!

К сожалению, Язык Духа в современном обществе все чаще заменяется « разговорами о духе». И эти «языки-слова о духе» становятся обыденными, используемыми всуе, без осознания Торжественно – Сакрального и Тайного их Смысла.

Все больше вторгаются в жизнь языки Информации и Соревновательности... «Кто владеет Информацией, тот владеет миром!». Но каким миром – миром обыденным, где мы всего лишь «говорящие стадные животные»! Именно этот факт современного Бытия с искренней Человеческой озабоченностью прозвучал на Конгрессе в Докладе проф. Решетникова М. М. «Об-реченная психотерапия».

Нелепо и абсурдно спорить: «Психотерапия – наука или искусство?». Психотерапия и наука и искусство! И, конечно, важно разделяющие нас внутримодальные (т.е. присущие только гештальт-терапии или транзактному анализу и т.д.) Языки-знания, также как и Языки интеграции, объединяющие нас.

В то же время Важно развивать и Язык Сердца, Язык Духовности... Ведь, если не Мы, то кто? И, если не сейчас, то – когда? Искренне благодарю всех, кто прочитал это мое откровение!

И еще раз – я всего лишь хотел Быть Услышанным, но не «дискутировать» о Языках Видения-Понимания Мира и Себя-в-мире. Ибо каждый Человек имеет Право на свой Мир!

И, если у Вас иной Мир, и Вы в нем Счастливы – это Прекрасно! Я же Счастлив в Своем Мире и приоткрыл его для Вас в нашем общем Пространстве...

ЦИТАТА НОМЕРА

О ВИРТУАЛЬНЫХ МИРАХ

Из статьи Е. В. Мельниковой-Григорьевой (Тарту, Эстония) «Когнитивный эксперимент». Журнал «Психотерапия», № 1.

Специалистам по живому языку (а все гуманитарные дисциплины в первую очередь работают с языком) свойственно рефлексировать актуальное положение дел в культуре. А реальность культуры такова, что она в значительной степени осуществляет себя в виртуальном режиме. Эта виртуальная реальность деформирует все сферы и формы эвристической деятельности человека, как в «реальной» жизни, так и в виртуальной. Первым уроком виртуальной жизни стало осознание многими, насколько наша любая так называемая реальность виртуальна. Популярность фильмов братьев Вачовски «Матрица» свидетельствует о том, что идея альтернативных миров стала принадлежностью массовой культуры.

Степень фантастичности «Матрицы» и других культовых текстов в жанре кибер-панк не столь уж и высока, если учесть, сколько времени проводит вполне средний молодой человек в киберпространстве, просто болтая или играя в компьютерные игры теперь уже и глобально-сетевые. Более того, и литература, и самая жизнь как предшествующая эпохе интернета, так и современная ей деформировались тем образом жизни и словесности, которые предлагает Повсеместно Протянутая Паутина¹. Стало очевидным, что творчество многих писателей как классической эпохи, так и 20-го века образует гипертексты, виртуальные миры, в которых

¹ Термин Р. Лейбова, доцента Тартуского университета, кафедры славистики, одного из пионеров русского интернет-контента.

обитают уже ныне живущие люди. И не только писателей. Кино, разумеется, не менее креативно в построении виртуальных вселенных. Каждый педагог должен учитывать теперь, какой именно фильм и сиквелы к нему были наиболее популярными для той или иной возрастной группы, поскольку невозможно игнорировать то обстоятельство, что именно популярные сериалы определяют специфический контур сознания, с которым предстоит иметь дело в обучении. Музыка различных направлений также формирует вокруг себя определенную среду, то есть субкультуру, то есть язык определенной социальной группы, то есть ее менталитет...

Люди используют и творят альтернативные миры и живут в них. В этих мирах строятся альтернативные вселенные и пишется альтернативная история. Оттуда поступают альтернативные новости. Там процветают альтернативные цивилизации. В данный момент в этих вселенных происходят Звездные войны, морские сражения, группы уходят в Зону, бороздят моря Земноморья, гибнут в бетонных казематах Doom, берут штурмом твердыню Мордора, проживают по адресу Дом-2. Виртуальная идентификация представляется вполне весомой конкуренцией национальности. Можно предположить, что в обозримом будущем национальные идентификаты отомрут, вместо национальности в паспорте будет стоять предпочтительная виртуальная прописка в «Мирах Стругацких» или «Мирах Нила Стивенсона». Будет стоять «толкиенист», «стартрековец», «гиперионовец»...

Газета зарегистрирована Комитетом РФ по печати. Свидетельство о регистрации ПИ № 77 12126 от 22 марта 2002 г.

Учредители: Профессиональная психотерапевтическая лига, Институт повышения квалификации Профессиональной психотерапевтической лиги, Межрегиональная коллегия врачей.

Главный редактор В. В. Макаров, редактор И. А. Чеглова, ответственный секретарь И. Ю. Калмыкова.

Газета распространяется по подписке и в розницу. Возможна подписка через редакцию.

Адрес редакции: 19002, Россия, Москва, ул. Арбат, д. 20, корп. 1, подъезд 4, студия 45

Отпечатано в типографии Sunprint. Тел.: 626 42 43.

Тираж 5000 экз.