



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА

№ 3 (124) МАРТ-2013 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

С МЕЖДУНАРОДНЫМ ЖЕНСКИМ ДНЕМ!

Этот особый праздник мы ждём весь год. Женщины – чтобы принять поздравления. Ещё раз убедиться, что необходимы в мире и любимы нами – мужчинами. Мужчины, чтобы остановиться на бегу жизни, задуматься о тех, кто рядом, кто в сердце и поздравить. Сказать слова признательности и любви, преподнести подарки. И каждый раз снова чувствовать, что этого мало. Это не может в полной мере выразить наше отношение к женщинам. И думать о том, что на будущий год я обязательно сделаю для любимых и уважаемых, что – то самое важное, в полной мере выражу мое обожание!

И вот в начале весны он приходит – День 8 марта! Это праздник обещающий новое пробуждение, новые посевы

и новые плоды! Мы ещё и ещё раз, очередной раз, убеждаемся, как важны женщины в нашей жизни, как они создают то, ради чего мы живём, да и саму жизнь. А мы, мужчины, не всегда бываем достаточно внимательны. И в эти дни особенно осознаёшь правильность девиза нашей Лиги: «Будущее России в женщинах России!»

Дорогие женщины! Хочу поздравить вас с этим весёлым, радостным праздником! Хочу сказать, что мы вас обожаем и боготворим! Здоровья вам и счастья.

**Президент Профессиональной
психотерапевтической лиги профессор
В. В. Макаров**



КОМИТЕТ МОДАЛЬНОСТЕЙ

ОТЧЕТ О РАБОТЕ МОДАЛЬНОСТИ «ГИПНОСУГГЕСТИВНАЯ ТЕРАПИЯ»

Рашит Джаудатович Тукаев, д. м.н., лидер модальности

Модальность гипносуггестивная психотерапия создана по рекомендации президента ППЛ, проф. В. В. Макарова в 2002 году. Ее созданию предшествовала дискуссия о том, должна ли модальность объединять специалистов в области «классического гипноза», или ее рамки должны быть более широкими. С учетом международного опыта, было принято решение о широких рамках принимаемой модальности. На программах весенних конгрессов ППЛ начала 2000-х собиралась секция по гипнотерапии. Однако позже мною была организована авторская модальность интегративно-диалоговой гипнотерапии (ИДГ), а проф. В. А. Доморацким – модальность эриксоновской психотерапии, которые стали работать самостоятельно.

В дальнейшем мои основные усилия внутри страны были сконцентрированы на развитии ИДГ. Вместе с тем, в своей между-

народной деятельности я представлял гипнотерапию в России. Так, в 2012 году под моим руководством на 15 международном конгрессе в Бремене впервые была организована и успешно проведена секция российской гипнотерапии, о которой в мире уже мало кто и помнит.

Поскольку международная гипнотерапия представляет собой не модальность, а скорее широкий подход в психотерапии, считаю целесообразным сохранение подобной интегрирующей модальности и в российской психотерапии в рамках ППЛ. Однако, назрела необходимость организационного взаимодействия гипнотерапевтов разного толка в рамках ППЛ, в т.ч. при проведении конгрессов ППЛ национального и международного уровней.

ОТЧЕТ О РАЗВИТИИ МОДАЛЬНОСТИ «ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»

Александр Сергеевич Баранников, д. м.н., лидер модальности

Развитие экзистенциальной психотерапии особенно интенсивно происходит в Москве.

В основном оно осуществляется усилиями двух сообществ – Институтом экзистенциальной психологии и жизнотворчества Д. Леонтьева и Российско-австрийским институтом экзистенциально-аналитической психологии и психотерапии (ИЭАПП).

Оба объединения проводят ежегодные конференции, имеют собственные периодические издания. Институт жизнотворчества издает сборники тезисов собственных конференций. ИЭАПП издает регулярный бюллетень «Экзистенциальный анализ», в котором знакомит читателей с новыми работами европейских и российских коллег, дает информацию о проводимых в рам-

ках Международной ассоциации экзистенциального анализа мероприятиях. Так в мае 2013 года проводится конференция в Цюрихе. В мае 2014 года планируется конференция в Берлине, где российским экзистенциальным аналитикам поручено провести секцию, посвященную проблемам развития личности. Все больше публикаций российских специалистов появляется в европейских периодических изданиях.

Конференции обоих московских объединений проходят в сотрудничестве с ведущими психологическими вузами (МГУ, Высшая школа экономики, МППГУ, МППУ, Институт психологии РАН и др.). В течение нескольких лет проводятся магистратуры по экзистенциальному анализу в Высшей школе экономики и в Московском психолого-педагогическом университете. Планируется открытие магистратуры при МГУ. Выпускники этих магистратур получают сертификаты московских высших учебных заведений и международной ассоциации экзистенциального анализа.

В Ростове-на-Дону работает институт экзистенциального консультирования и осмысления религиозного опыта (руководитель – С. Есельсон). Этот институт в течение ряда лет издает собственный журнал «Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия».

В настоящее время все три российских объединения находятся в дружеских и деловых взаимоотношениях. Совместно принимают участие в различных мероприятиях, в том числе и в мероприятиях ППЛ.

В последние годы все более выражены интегративные процессы в рамках мирового и европейского сообщества экзистенциальных психотерапевтов. В 2015 году планируется проведение 1-го Всемирного конгресса по экзистенциальной

психотерапии в Лондоне при активном участии российских специалистов.

Председатель модальности регулярно принимает участие в заседаниях комитета, выступает с докладами и организует проведение секций на конференциях ППЛ. Он является также заместителем главного редактора бюллетеня «Экзистенциальный анализ», постоянно осуществляет работу по научному редактированию и подготовке к печати ряда публикаций и изданий по актуальным вопросам экзистенциальной психотерапии. За последние 10 лет на конференциях ППЛ были проведены секции, посвященные различным теоретическим и практическим вопросам, рассматриваемым в рамках современной концепции экзистенциальной психотерапии. Они знакомят московских и российских специалистов с достижениями и возможностями этого направления. Проводятся также мастерклассы, посвященные актуальным практическим темам.

В последние годы защищено 2 работы по специальности «экзистенциальный анализ» в австрийском университетском научном центре на звание Master of science (авторы: И. Ефимова и А. Баранников)

В периодических изданиях Лиги регулярно появляются публикации, посвященные экзистенциальной тематике.

Модальность приняла активное участие в работе конференции ППЛ в Киеве в октябре 2012 года.

В течение ряда лет председателем модальности предлагается проведение образовательной программы для подготовки экзистенциальных специалистов в рамках ППЛ. В начале этого года получена информация от менеджера ППЛ о наборе образовательной группы. Начало работы планируется на осень 2013 года.

**В КОМИТЕТЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПРИЗНАНИЯ И НАГРАД**

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ АВТОРСКИХ МЕТОДИК (доказательная регистрация)

На соискание авторского свидетельства Профессиональной психотерапевтической лиги

Название метода: Кристаллизация мышления.

Автор методики: Сергей Андреевич Гребнев, врач – психотерапевт, г. Екатеринбург.

1. Определение

Кристаллизация мышления – метод, позволяющий клиенту в максимально короткие сроки находить истинную заявленную проблему, соответствующее оптимальное решение, изменить поведенческие реакции. Процесс консультирования осуществляется за счет вопросов, структурированных с учетом особенностей мышления клиента.

Используется для консультирования и коучинга.

2. Сущность методики

Основные процессы:

- исследование процесса мышления клиента и анализ заявленной им проблемы;
- анализ системы взглядов и убеждений клиента, удерживающих его в проблеме;
- выстраивание вопросов с учетом мышления клиента для быстрого поиска сути проблемы, оптимального решения и путей ее реализации;
- управлять процессом размышлений клиента таким образом, чтобы помочь ему самостоятельно найти наилучшее решение заявленной проблемы;

- отслеживание по невербальным реакциям соответствия эмоционального и когнитивного восприятия существующей действительности;

- при необходимости проводится коррекция проводимой работы.

Особенностями такого воздействия являются:

1. Поиск наилучшего решения (кристаллизация решения) или сути существующей проблемы (кристаллизация проблемы) осуществляется за счет:
 - а) выстраивания вопросов специальным способом;
 - б) задавания ключевого вопроса;
 - в) концентрации внимания на заявленной проблеме;
 - г) отслеживания процесса мышления клиента и поиска им ответа на заявленную проблему;
 - д) управление процессом поиска ответа через специально структурированные вопросы;
 - е) подведение клиента к инсайту.
2. Концентрация внимания способствует четкости и ясности мышления и быстрому поиску ответа на проблему.
3. Состояние концентрации внимания формируется определенной последовательностью вопросов. Чаще всего его схема выглядит следующим образом:
 - а) открытые вопросы (1–2);
 - б) уточняющие вопросы (до 10);

- в) направляющие вопросы (до 6–8);
 - г) ключевой вопрос, формирующий концентрацию внимания (1–2);
 - д) при необходимости закрытый вопрос (1–3).
4. Состояние концентрации внимания по своей физиологии схоже с просоночным состоянием, когда приходят наилучшие мысли или гениальные решения.
 5. Естественный процесс поиска решения или формирования нового убеждения (взгляда, видения ситуации) моделируется и ускоряется в представляемом методе.
 6. При затруднениях выявляются убеждения, удерживающие в проблеме (ложные убеждения), а затем они изменяются на новые убеждения с помощью описанного выше процесса.
 7. Обычно процесс консультирования по одной заявленной проблеме продолжается от 15 до 45 минут. За этот период состояние концентрации внимания может возникать до 5–7 раз, продолжительностью от нескольких секунд до одной минуты.
- Структура сессии в формате консультирования/коучинга:
1. Анализ заявляемой клиентом проблемы.
 2. Задавание вопросов, структурированных особым образом.
 3. Поиск и изменение ложных убеждений.
 4. Задавание ключевого вопроса, приводящего к состоянию концентрации внимания на решаемой проблеме или поиске решения.
 5. Предоставление некоторого времени для процесса обдумывания и поиска собственного решения. Обычно от нескольких секунд до 2–3 минут.

3. Теоретические и методологические аспекты

- Метод основан на наблюдениях за естественным процессом мышления в принятии решений, изменении убеждений и формировании новых взглядов.
- Наблюдения показывают, что наилучшие идеи возникают в момент концентрации внимания на решаемой проблеме и поиске решения, в виде разной степени озарения (инсайта).
- Повторное обдумывание решаемой проблемы в состоянии концентрации внимания (транса), нахождение дополнительных подтверждающих убеждений – все это способствует укреплению принятого решения.
- Наилучшим способом создания концентрации внимания на проблеме являются структурированные определенным образом вопросы, а задавание ключевого вопроса практически всегда приводит к инсайту.
- Принятое самостоятельное решение, закрепленное повторными размышлениями, имеет наибольшую эффективность и устойчивость, способствует формированию новых поведенческих реакций.

4. Используемые психотерапевтические и психологические подходы (модальности психотерапии)

- **Когнитивная психотерапия** (основы процессов мышления, мотивация, основы поведенческих реакций человека, работа с убеждениями, анализ структуры речи; восстановление потерянной информации, выявление причинно-следственных подмен);
- **Позитивная психотерапия** Носсрат Пезешкиан (метафорическое мышление и использование метафор в работе; позитивное толкование переросло в трансформацию негативных реакций в позитивный опыт, следование принципу консультирования);
- **Нейролингвистическое программирование** (анализ модальностей восприятия клиентом существующей проблемы, метапрограммы клиента, отслеживание невербальных реакций клиента);

- **Суггестия в состоянии концентрации внимания** по Гребневу (структурирование вопросов, создание концентрации внимания, отслеживание невербальных реакций клиента, умение упрощать ситуацию и создавать короткие, но емкие метафоры, трансформировать негативные реакции в позитивный опыт).

5. Основные отличия от родственных методов

1. Отличие Кристаллизации мышления (КМ) от когнитивной психотерапии.
Кристаллизация мышления отличается:
 - анализом структуры мышления и системы убеждений клиента;
 - последовательностью и структурой задаваемых вопросов;
 - акцент делается на изменение высказываемых ложных убеждений клиента, которые формируют когнитивный диссонанс, влияют на эмоции и поведение человека;
 - решение заявленной проблемы происходит в процессе изменения убеждений, задавания ключевого вопроса, концентрации внимания на проблеме, создание инсайта;
 - предлагаемый метод ориентирован на создание инсайта, как эффективного способа изменения убеждений;
 - вопросы выстраиваются таким образом, чтобы за короткий промежуток времени 15–40 минут привести клиента к изменению прежнего ложного убеждения.
 Когнитивный метод:
 - в большей степени метод ориентирован на разъяснения;
 - вопросы выстраиваются в виде сократовского диалога;
 - за 10–16 сессий консультант оспаривает и корректирует парадигму иррациональных убеждений человека.
 Процесс обеспечивают следующие приемы:
 - выявление с помощью сократовского диспута нелогичности, ложности иррациональных убеждений;
 - привлечение внимания клиента к его иррациональным убеждениям и выведение их на уровень осознания;
 - демонстрация клиенту, что именно эти убеждения удерживали его в проблеме;
 - оказывается помощь клиенту в умении думать иначе, а затем идет закрепление новых рациональных убеждений;
 - инсайты возникают спонтанно и редко.
 Другими словами вопросы задаются таким образом, чтобы клиент с помощью разъяснений понял суть своей проблемы и причину своего иррационального убеждения, а вместе с ним поведения.
2. Отличие от позитивной психотерапии.
 - в предлагаемом методе позитивное толкование заменено на трансформацию негативных реакций в позитивный опыт;
 - признание отрицательного опыта, как составной части развития личности;
 - метафоры более короткие, но емкие и содержат в себе ключевой запрос клиента, либо ответ на заявленную проблему.
3. Отличие от нейролингвистического программирования.
 - Основным техническим приемом кристаллизации мышления являются структурированные вопросы;
 - Отличия от модели постановки целей – при формировании целей в модели SCORE, есть четкая структура вопросов, работа идет на уровне сознания. Работа начинается с вопроса: Какова твоя цель? Чего ты хочешь достичь? И т. д. Вторая группа вопросов: Что поможет тебе достичь этого? Каковы твои ресурсы? И т. д. Третья группа вопросов: Шаги по достижению цели. Все это прописывается и уточняется. В методе Кристаллизация мышления (КМ) структура вопросов отличается последовательностью (см. выше), есть ключевой вопрос, исходящий от запроса клиента в поиске реальной

проблемы (кристаллизации проблемы) и оптимального решения (кристаллизации решения).

- Отличие от метода Суггестия в состоянии концентрации внимания по Гребневу. Сравнительный анализ.

Сходства:

- структурой задавания вопросов;
- концентрацией внимания на поставленной проблеме или решении вопроса;
- создание инсайта;
- использование метафор и позитивного отношения ко всему прошлому опыту;
- использование логических уровней мышления по Грегори Бейтсон.

Отличия:

- в методе КМ нет суггестии;
- в методе КМ есть этапы – кристаллизация проблемы, кристаллизация решения, постановка цели, развитие необходимых навыков;
- в опыте клиента не всегда имеются оптимальные способы решения той или иной проблемы, поэтому в методе КМ используется прием «подсказки», которая выстраивается таким образом, что воспринимается как личное открытие;
- воспринимается работа клиентом как «обычная» беседа;
- метод КМ оптимально использовать в консультировании и коучинге;
- метод «Суггестии...» можно использовать в психотерапии, консультировании, коучинге.

6. Показания, противопоказания и границы применения методики

6.1. Показания.

В консультировании:

1. Провести анализ личных убеждений клиента, удерживающих в проблеме, а затем изменить эти ложные убеждения на новые взгляды.
2. Научиться стабильному видению перспективы создаваемых клиентом проблем.
3. Предоставляется возможность взглянуть на текущую ситуацию с разных точек зрения: на отношения со своей проблемой; отношения с окружающим миром и окружающими значимыми людьми; на возможность развития личных перспектив; поиск ресурсов в прошлом опыте.
4. Для постановки целей и повышения мотивации на их достижения.
5. Для улучшения адаптивных стратегий: проблемы с усвоением новых знаний, языков, волнение при собеседованиях и экзаменах, приспособление к новой должности.
6. Развитие личных качеств: трудолюбия, настойчивости, ответственности и другие.
7. Для преодоления личностных кризисов, коррекции профессиональной деформации личности.

В коучинге:

1. Метод используется в поиске оптимального решения (кристаллизация решения);
2. Используется для постановки личных целей и повышения мотивации на их достижения;
3. Способствует развитию личных навыков: трудолюбия, настойчивости, умения отвечать за свои слова и другие;
4. Способствует поиску ресурсов для достижения более высоких результатов;

В других сферах:

1. В семейном консультировании;
2. В конфликтологии;
3. В продажах, переговорах;
4. В дипломатической практике, медиации;

5. В научной деятельности для поиска оптимального решения;
6. В менеджменте, управлении предприятием.

6.2. Противопоказания

Абсолютные:

- психотические расстройства с продуктивной симптоматикой;
 - умственная отсталость и деменция любого генеза;
 - психосоматические заболевания в стадии обострения, требующие немедленной медикаментозной коррекции.
 - ситуации, требующие других видов помощи (социальной, юридической и др.) по жизненным показаниям
- Относительным противопоказанием является:
- отсутствие у клиента мотивации к решению каких-либо личных проблем.
 - возраст моложе 15 лет в связи с отсутствием у автора опыта работы с этой категорией клиентов данным методом и специализации по детской психотерапии.

6.3. Границы применения методики

Кристаллизация мышления используется:

1. При затруднении понимания происходящих процессов как внутри личности, так и во взаимодействии между личностями, только при отсутствии явных патологических изменений в психике, либо наркотическом (алкогольном) опьянении. При отсутствии выраженного конфликта на национальной или религиозной розни.
2. Для преодоления личностных ограничений в поиске какого-либо решения, включая научное, дипломатическое или семейное. Но затруднено при отсутствии подобного минимального опыта, либо знаний по этому вопросу. Например, в отсутствие опыта ведения переговоров.
3. В преодолении вредных привычек метод используется после устранения явлений абстинентного синдрома, либо острой интоксикации. Может использоваться только при желании клиента и как способ изменения убеждений, удерживающих в проблеме.

7. Основные используемые труды

Медицинская литература.

1. Аткинсон Р. Человеческая память и процесс обучения. М.: – Прогресс, 1980. – 528 с
 2. Ахмедов, Т. И. Психотерапия в особых состояниях сознания: история, теория, практика / Т. И. Ахмедов, М. Е. Жидко. – М.: «Издательство АСТ»; Харьков: ... Гроф. – М.: ООО «Издательство АСТ» и др., 2001. – 476 с.
 3. Бэндлер Р., Гриндер Дж. Наведение транса (использование методик гипноза в НЛП). М.: – Прозерпина, 1995. – 302с,
 4. Бэндлер Р., Гриндер Д. Трансформация. Нейролингвистическое программирование и структура гипноза. Пер. с англ. ... СПб.: Лань, СПб. 1995–208, с.
 5. Бэндлер Р., Гриндер Д. Рефрейминг: ориентация личности с помощью речевых стратегий. Перев. с англ. – Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 256 с.
 6. Зинченко Т. Память в экспериментальной и когнитивной психологии. СПб. 2002.
 7. Кандыба В. М. Техника гипноза наяву. В 2 Т. СПб. 2004
 8. Пезешкиан Н. Позитивная семейная терапия. Семья как терапевт. Пер. с англ. Под ред. М. Дымшица, И. Леонтьева – М.: Смысл, 1993. – 332 с.
 9. Пезешкиан Н. Позитивная семейная психотерапия: Семья, как психотерапевт. М. – 1993.
 10. Солсо Р. Л. Когнитивная психология М.: Тривола – 1996, с 28–36, 41–47
 11. Эриксон М. Мой голос останется с вами. Обучающие истории Милтона Эриксона. Пер. с англ. – СПб., изд. Петербург – XXI век. 1995. – 256 с.
- Личные статьи.

1. Гребнев С. А., Решения в нашей жизни. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 6, 23–28 стр.
2. Гребнев С.А., Вопросы, как инструмент принятия решения. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 7, стр. 20–26
3. Гребнев С.А., Работа с убеждениями партнера. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 8, 19–27 стр.
4. Гребнев С.А., Работа с возражениями. Концентрация внимания // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 9, 11–20 стр.
5. Гребнев С.А., Решения в нашей жизни. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 10, 21–28 стр.
6. Гребнев С.А., Первый и второй этапы кристаллизации решений // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 11, 36–41 стр.
7. Гребнев С.А., Реализация решения. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 12, 28–34 стр.
8. Гребнев С.А., Работа с наркотической и алкогольной зависимостями. // Журнал «Психотерапия» 2011 г. № 8, 37–49 стр.
9. Гребнев С.А., Мультиmodalный подход в работе с наркотической зависимостью. // Журнал «Психотерапия» 2011 г. № 9, 46–49 стр.

Реквизиты для взаимодействия: Гребнев Сергей Андреевич, e-mail: dr.grebnev@mail.ru, тел. 8–912–24–24–142

Заключение регистрационной комиссии ППЛ от 13 февраля 2013 г.:

Представленная С. А. Гребневым заявка с описанием методики, а также:

– рецензенты – заведующий кафедрой психиатрии ГБОУ ВПО Уральская государственная медицинская академия Минздравсоцразвития России, главный внештатный психиатр, доктор медицинских наук, профессор К. Ю. Ретюнский; кандидат филос. наук, доцент кафедры Социальной психологии Гуманитарного Университета г. Екатеринбург, психотерапевт Единого Европей-

ского реестра, руководитель модальности «Психодрама» ОППЛ, И. Е. Романова; профессор кафедры психиатрии Факультета ПВ и ДПО ГБОУ ВПО, Челябинская государственная медицинская Академия Минздравсоцразвития России, доктор медицинских наук Кривулин Е.Н; заведующий кафедрой медицинской психологии и психотерапии, доктор медицинских наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член МАПН Б. Ю. Приленский.

– публикации в журнале «Психотерапия» (Гребнев С. А., Решения в нашей жизни. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 6, 23–28 стр.; Гребнев С. А., Вопросы, как инструмент принятия решения. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 7, стр. 20–26; Гребнев С. А., Работа с убеждениями партнера. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 8, 19–27 стр.; Гребнев С. А., Работа с возражениями. Концентрация внимания. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 9, 11–20 стр.; Гребнев С. А., Первый и второй этапы кристаллизации решений. // Журнал «Психотерапия» 2006 г. № 11, 36–41 стр.; Гребнев С. А., Мультиmodalный подход в работе с наркотической зависимостью. // Журнал «Психотерапия» 2011 г. № 9, 46–49 стр.);, – публикация в сборнике статей «Актуальные проблемы возрастной наркологии» (Гребнев С. А., Метод «Суггестия в состоянии концентрации внимания» в работе с наркотической зависимостью. // Сборник статей «Актуальные проблемы возрастной наркологии» под редакцией проф. Е. Н. Кривулина и член корр. РАМН Н. А. Бохана 2012 г., 134–135 стр.).

позволяют сделать вывод о соответствии методики «Кристаллизация мышления» требованиям, предъявляемым Профессиональной психотерапевтической лигой к авторским программам.

По итогам обсуждения представленных документов и наблюдения работы с применением методики «Кристаллизация мышления» принято решение выдать Гребневу Сергею Андреевичу Авторское свидетельство Профессиональной психотерапевтической лиги (доказательная регистрация).

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ АВТОРСКИХ МЕТОДИК (доказательная регистрация)

На соискание авторского свидетельства Профессиональной психотерапевтической лиги

Название методики: Образно-эмоциональная литотерапия (ОЭЛТ)

Автор методики: Лафицкая Наталия Владимировна, кандидат социологических наук, клинический психолог, профессор РАЕ, почетный доктор наук РАЕ, заслуженный деятель науки и образования, научный сотрудник МГУ им. М. В. Ломоносова, основатель и руководитель кризисно семейного центра «КовоКа», художник, член международного художественного фонда (МХФ).

1. Определение

Образно-эмоциональная литотерапия (ОЭЛТ) – полиmodalная методика для индивидуальной системной терапии посредством активизации, анализа и проработки образов и эмоций, проявляемых клиентом при работе с камнями.

2. Сущность методики

- анализ ситуации вначале в режиме «здесь и сейчас- ad hoc», затем в режиме построения позитивного, оптимально приемлемого будущего;
- интеграция и координация когнитивного, эмоционально-образного, метафорического и сенсорного аспектов переживания и анализа ситуации путем осознанного проживания и восприятия себя в режиме «здесь и сейчас- ad hoc»;

- развитие и формирование трансгрессивного мышления и, как следствие, трансгрессивного поведения личности;

Рабочее пространство оборудуется предметами, необходимыми для работы в рамках ОЭЛТ: удобного стола со свободной светлой поверхностью, чаш из поделочного или полудрагоценного камня разных диаметров (не менее 23 см) и цветов. Можно также использовать шары, сферы, полусферы, вазы, овальной или круглой формы блюда. Потребуется также вода, красители воды (красный, синий, зеленый, желтый, черный, коричневый), мелкие камни и поделки из них различных геометрических форм, карточки с названиями предметов и эмоциональных состояний, песок, крупы. Дополнительно используются свечи, ароматы (в аромалампах) и приятная негромкая музыка (мы используем произведения Шопена, Шуберта, Вивальди, иногда Штрауса).

Структура сессии в формате психотерапии/ консультирования

1. Интервью
 2. Диагностическая фаза (при длительной психотерапии эта фаза может исключаться)
 3. Коррекционная фаза
 4. Обратная связь
- Предварительно клиент заполняет батарею тестов, состоящую из ряда стандартных психологических опросников, а также

авторского рисуночного теста, определяющего психоэмоциональное состояние, ряд других рисуночных тестов. Результаты проведенной психодиагностики обсуждаются с клиентом в ходе работы и учитываются при выборе тактики.

3. Теоретические и методологические аспекты

Теоретические основы методики:

- учение об образах и эмоциях, этими образами вызываемых; о влиянии эмоций на поведение, память и соматику человека – К. Э. Изард, У. Джеймс, П. Миллер, П. Фресс, А. Н. Леонтьев, П. К. Анохин и др.;
 - лечебное, эстетическое использование камней в различных культурных традициях;
 - основы клинической психологии.
- Во время диагностической фазы работы выявляются и затем прорабатываются нарушения эмоционально – волевого и/или образно-метафорического функционирования личности:
- снижение «доступа» к образным, метафорическим, эмоциональным, интеллектуальным, волевым ресурсам, отсутствие четких представлений о собственных границах и возможностях личности, необходимых для решения как жизненных задач в формате «здесь и сейчас- ad hoc», так и направленных на перспективу.
 - смещение как представлений о самом себе, так и о внутренних и внешних границах собственной личности, нахождение их «не на своем месте», не в своём, чужом, другом пространстве.
 - отсутствие коммуникаций между собой и другими, между разными частями собственной личности, потеря ощущения «правильного» времени, нахождение «вне времени».
 - вовлечение в мотивы мести и наказания или самонаказания, как мести самому себе.
 - искажение собственного «я», утрата чувства самоидентичности.
 - угнетение – потеря чувства перспективы, возможности преодоления, свободной воли.
 - уход (пассивный или активный) от собственной цельности, излишнее преобладание одной из черт личности (не обязательно патологической), негармоничное состояние, искажение собственных перспектив.

4. Используемые психотерапевтические подходы (модальности психотерапии)

- глубинная психология;
- клиническая психотерапия, психотерапия творческим самовыражением и характерологическая креатология (положение о природной основе поведения человека в целом и креативных стратегий в частности);
- логотерапия (теория смыслов, терапия смыслами и ценностями);
- экзистенциальная психотерапия (И. Ялом).

5. Основные отличия от родственных методов

- в работе используется непосредственное символическое, эстетическое, культурально-обусловленное восприятие камней.
- специальное оформление рабочего пространства, которое способствует формированию ощущения зоны психологической безопасности, включает в себя как пространственные, так и предметные артефакты.

6. Показания, противопоказания и границы применения методики

6.1. Показания

В медицинской модели психотерапии:

По МКБ-10: F 00-F –09

F 20- F29 – в период ремиссии

F 30-F 39 – не острый период

F 40 – F 48

F 60-F 69 – исключением является глубокая деменция

F 80-F89

F 90-F98, F 99

А так же состояния после тяжелой утраты (в составе комплексного подхода), сексуального деликта, внутрисемейного насилия, суицидального поведения и состояния предсуицида и постсуицида, выраженного чувства одиночества, внутриличностного конфликта любой природы.

Психологические трудности в пределах клинической нормы (консультирование):

1. Для тренировки конфликтной компетентности: трудные отношения с собой и другими – с родителями, детьми, руководителями и подчиненными, учителями и государственными служащими.
2. Для улучшения адаптивных стратегий: проблемы с усвоением новых знаний, языков, волнение при собеседованиях и экзаменах, приспособление к новой должности.
3. Для преодоления личностных кризисов, коррекции профессиональной деформации личности.

6.2. Противопоказания

Абсолютные:

- психотические расстройства с продуктивной симптоматикой;
- глубокая умственная отсталость;
- психосоматические заболевания в стадии обострения, требующие немедленной медикаментозной коррекции.
- ситуации, требующие других видов помощи (социальной, юридической и др.) по жизненным показаниям

6.3. Границы применения методики:

Образно-эмоциональная литотерапия (ОЭЛТ) применяется самостоятельно или в комплексном подходе, когда в проблематике клиента выступают ценностно-смысловые противоречия, особенности личности клиента, мешающих продуктивной духовно-душевной деятельности, или особенности средовых воздействий на него, при которых у клиента нет возможности отыгрывать самостоятельно те чувства и эмоциональные состояния, при которых он испытывает страдания или социально-психологические затруднения различного генезиса, а также состояния когнитивного диссонанса. Методика зарекомендовала себя в работе с психологическими последствиями сексуального деликта над детьми, а также с жертвами семейного насилия.

7. Основные используемые труды

1. Анохин П. К. От Декарта до Павлова. Триста лет теории рефлекса. – М., 1945.
2. Анохин П. К. Системогенез как общая закономерность эволюционного процесса. Бюлл. эксп. биол. и мед. – 1948. Т. 26. № 8. – С. 81–99.
3. Анохин П. К. Принципиальные вопросы общей теории функциональных систем. – М., 1971.
4. Анохин П. К. Системный анализ интегративной деятельности нейрона. Усп. физиол. наук. – 1974. Т. 5. № 5. – С. 5–92.
5. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Люди, которые играют в игры. Что Вы говорите после того, как сказали «здравствуйте». – М.: Изд-во Эксмо, 2002. – 576 с.
6. Бланк С. М. Минералы исцеляют! Кристаллы и человек – гармония тонких энергий. – СПб.: ИК «Невский проспект», 2003. – 192 с. (Серия «Основы биоэнергетики»).
7. Бурно М. Е. Клиническая психотерапия. – М.: «Академический проект». – 2006. 800 с.
8. Виллс П. Рефлексология/ Пер. с англ. – М.: АСТ-ПРЕСС СКД, 2003. 144 с.: ил. – (Медицинская энциклопедия).
9. Гейлд Филлис. Исцеление кристаллами: шаг вперед/Пер. с англ. – СПб.: «Издательство «Диля», 2006. 224 с.

10. Гоникман Э. И. Ваш талисман (о целебных свойствах драгоценных камней), – М.: Изд. Дом МСП, 2002. 128 с. ил.
11. Данилова Н. Н. Психофизиология. М.: Аспект Пресс, 1998.
12. Джеймс У. Эмоции. Электронный ресурс.
13. Джеймс У. Психология. СПб., 1911.
14. Дмитриев Г. Стоун-терапия: лечение удовольствием. / Вестник тибетской медицины № 15 (53), 2008.
15. Изард К. Психология эмоций. пер. с англ. СПб., 1999. 464 с.
16. Изард К. Эмоции человека. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.
17. Красота и мозг. Биологические аспекты эстетики / Под ред. И. Ренглера и др. М.: Мир, 1985.
18. Кривенко В. В., Хмелевская А. В., Потребня Г. П. Лечение минералами: Основы литотерапии. Переизд. – М.: Педагогика-Пресс, 2001. 221 с.: ил.

Собственные работы автора:

1. Лафицкая Н. В. Анатомия зависти. СПб.: 2011. 270 с.
2. Лафицкая Н. В. Дети в западне. Внутрисемейное насилие. СПб., 2013. 278 с.
3. Лафицкая Н. В. Трансгрессия. Коппинг. Образы. СПб., 2013, 300 с.
4. Лафицкая Н. В. Родительская мудрость. Или психология в афоризмах. Изд-во МГУ им. М. В. Ломоносова, 2008. 36 с.

Контакты: Лафицкая Наталия Владимировна, e-mail: glinka74@mail.ru, тел. 8–910–436–32–95

Заключение регистрационной комиссии ППЛ от 19.11. 2012 г.

Представленная Лафицкой Н. В. заявка с описанием методики, а также:

– статьи Лафицкая Н. В. «Образно-эмоциональная литотерапия (ОЭЛТ). История вопроса», Лафицкая Н. В. «Образно-эмоциональная литотерапия (ОЭЛТ). Методология и практика.

– непосредственное наблюдение работы автора экспертами: кандидатом медицинских наук, вице-президентом ОППЛ, доцентом Чегловой И. А., доктором психологических наук, профессором Печерской С. А., профессором военной академии, кандидатом психологических наук Гаах Н. А., доктором философских наук, профессором Семеновой В. Г., позволяют сделать вывод о соответствии методики «образно-эмоциональной литотерапии (ОЭЛТ)» требованиям, предъявляемым Профессиональной психотерапевтической лигой к авторским программам.

По итогам обсуждения представленных документов и наблюдения работы с применением методики «Образно-эмоциональная литотерапия (ОЭЛТ)» принято решение выдать Лафицкой Наталии Владимировне Авторское свидетельство Профессиональной психотерапевтической лиги (доказательная регистрация).



СТАТЬЯ НОМЕРА

ДВА ДОПОЛНЕНИЯ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТЕОРИИ СУБЪЕКТА

Филатов Ф. Р., к.пс.н., доцент факультета психологии Южного федерального университета, Ростов-на-Дону, Россия

Когда в психологии личности используется понятие «субъект», то подразумевается, что сама личность выступает источником собственной активности или, как сформулировал это А. Маслоу, «отчасти является собственным продуктом, проектируя и делая себя». Быть субъектом означает быть «творцом своей истории», инициировать и осуществлять все виды специфически человеческой активности, познавательной, творческой и нравственной (см. А. В. Брушлинский, 4, с.3–11). Субъектность – особая характеристика познания и деятельности человека, раскрывающая возможности его самодетерминации.

Однако такое качество, как субъектность, часто понимаемое как самоочевидность, как некая изначальная данность индивидуально-личностного бытия, должно быть реализовано, раскрыто в конкретных социальных условиях существования человека. Видимо, правы те, кто утверждает, что индивид не является субъектом а priori, но скорее наделен *способностью быть субъектом*, и эту способность необходимо формировать, развивать и активно проявлять каждый раз в новом жизненном контексте.

Иными словами, субъектность понимается, и как **априорная данность** бытия личности (быть личностью значит уже *быть* субъектом), и как его **потенциальное измерение** (субъектность – это возможность, ожидающая своей реализации) или **предназначение** (субъектом необходимо *стать*, субъектность нужно отстаивать). Обе точки зрения связаны с гуманистической традицией: качество субъектности – неважно, трактуется ли оно как аванс, получаемый по факту рождения и причисления к виду Homo sapiens, или как нечто императивное («Если хочешь быть субъектом – будь им!»), – предстает как неотъемлемое свойст-

во человеческой природы, как ее сущностная характеристика. Степень ее выраженности может быть различной, но это уже, используя терминологию Маслоу, проблема самоактуализации или вочеловечивания, т. е. раскрытия своего личностного и духовного потенциала.

Классическая модель субъектности, на которой базируются гуманистические теории личности, наделяет субъекта самоотжественностью и цельностью. Эти два атрибута с необходимостью проявляются при «встрече» субъекта с его объектом, когда Я определяет свое «не-Я» или в диалоге обретает «Ты». Такое понимание субъектности – как идентичной самой себе целостности – присутствует и в концепциях Нового времени, постулирующих базовое субъект-объектное отношение в качестве бинарной оппозиции «активное – пассивное», и в более поздних концепциях диалога, опирающихся на идеи равноправия и взаимовлияния «Субъекта» и «Другого», их обращенности друг к другу. (Мартин Бубер сформулировал это качество субъектности, проявляющееся в диалоге, как «нераздельное, безобразное, не имеющее содержания единство самого себя», 5, с. 113).

Во второй половине XX в. классическая модель субъекта наряду с другими новоевропейскими метанарративами подвергается ревизии и лишается своего прежде незыблемого основания. Подрыв этой модели связан с двумя философскими контртрадициями, восходящими:

- 1) к идее **отчуждения**, как тотального социокультурного процесса, лишаящего субъекта и живой связи с Другими, и чувства собственной подлинности, целостности, самоотжественности;
- 2) к постмодернистским идеям **«смерти субъекта»** и **«заката личности»** (К. Герген), в свете которых субъект уже не является

активным творцом самого себя, но предстает как исторически сложившийся продукт определенных дискурсивных практик, задающих основные правила «производства» субъектности и ее функционирования.

Осмысление упомянутых идей и контртрадиций позволяет внести некоторые дополнения и уточнения в психологическую теорию субъекта. Во-первых, необходимо понять, что представляет собой «отчужденный субъект» и исследовать этот тип субъектности, не вписанный в классические модели. Во-вторых, становится актуальным исследование конкретных социокультурных и социально-психологических механизмов формирования отчужденной субъектности, а также тех процессов, в результате которых потенциальные субъекты или даже группы потенциальных субъектов лишаются субъектности – т. е. права на голос, позицию, самоопределение, – попадая в «зоны отчуждения». В этой статье мы лишь пунктирно обозначим обе темы.

I. К психологии отчужденной субъектности

1. Начало психологии отчужденной субъектности было положено марксистски-ориентированными теориями личности и социального характера, сформировавшимися к середине XX столетия. Личность была представлена в них одновременно как продукт и субъект отчуждения. Важнейшим теоретическим новшеством фрейдомарксизма (Э. Фромм, Г. Маркузе) стала «замена конфликта инстинктов реальными противоречиями социальных отношений, исторически обусловленной отчужденностью человека от его собственного существования» (цит. по статье Г. Л. Ильина, 10, с.339). Само отчуждение рассматривалось в общественных науках, как основная тенденция развития западной цивилизации, постепенно охватывающая всю сферу производства в широком смысле этого слова (включая не только производство материального, но также и символического – смыслов, социальных конструктов, симулякров); интегральными продуктами жизнедеятельности общества, согласно такому взгляду, становятся «отчужденный мир» и «отчужденный человек».

Отличительной чертой отчуждения является утрата живой и продуктивной связи субъекта с продуктами его труда, с его социальным окружением и, в пределе, – с самим собой. Как писал французский мыслитель Ги Дебор, «человек, отделенный от продукта своего труда, ... оказывается все более и более отделенным от своего мира. Сегодня, чем больше его жизнь является его продуктом, тем больше он отделяется от собственной жизни» (9). Развернутую психологическую характеристику феномена отчуждения дал Э. Фромм: «Под отчуждением понимается такой способ восприятия, при котором человек переживает себя как нечто чуждое. Он становится как бы отстраненным от самого себя. Он не чувствует себя центром своего мира, двигателем своих собственных действий, напротив, он находится во власти своих поступков и их последствий, подчиняется или даже поклоняется им. ... Он воспринимает себя, равно как и других, подобно тому, как воспринимают вещи – при помощи чувств и здравого смысла, но в то же время без продуктивной связи с самим собой и внешним миром» (13).

В свете междисциплинарной проблематики отчуждения задачей научной психологии становится прояснение психологических аспектов той социокультурной реальности, в которой субъект не просто утрачивает целостность и до конца «не принадлежит себе», но даже не знает, что значит в полной мере «быть собой», более того, обнаруживает в себе чужое – или Чужого. Не Иное, таинственное и непознанное (бессознательное), не Другого, взывающего к диалогу (изначальное, априорное «Ты»), но именно Чужого.

Что же происходит с субъектностью, т. е. со способностью индивида быть субъектом, в мире, ключевой экзистенциальной характеристикой которого становится тотальное отчуждение?

Как быть творцом своей истории, одновременно осознавая себя чуждым самому себе, утратив непосредственную, живую связь с самим собой и переживая свой мир как чужой, отчужденный?

Из определения, данного Фроммом, следует, что отчужденная субъектность – это **субъектность децентрированная**: не чувствуя себя «центром своего мира», субъект перестает быть источником собственной активности, становится заложником своих поступков и их последствий и отстраняется от самого себя. **Отстраненность** – вторая, тесно связанная с децентрированностью, отличительная характеристика отчужденной субъектности.

Ги Дебор описывает такого «отстраненного субъекта» в работе «Общество спектакля» (9); это особый тип субъектности – **субъект-зритель**. Дебор определяет общество, в котором господствуют современные условия производства, как «общество зрелищ»: здесь все, что когда-то переживалось непосредственно, «отстраняется в представление», обращаясь в иллюзию, чистую видимость; так рождается отчужденный «псевдомир». Общество выступает как совокупный производитель этой тотальной иллюзорности, «спектакль» – основной принцип общественной связи, а индивид – лишь отстраненный «зритель» или потребитель социально продуцируемых «видимостей». Будучи включенным в общество зрелищ и симуляции, современный человек утрачивает чувство подлинности и реальности того, что «с ним» или «в нем» происходит. Сама возможность «жить своей жизнью в своем мире» становится проблематичной. «Зритель нигде не чувствует себя дома, ибо повсюду – спектакль» (Ги Дебор, там же).

Таким образом, третья характеристика отчужденной субъектности – это **потеря чувства подлинности, аутентичности**. Фальшивое Я, экзистенциальный вакуум, кризис смыслоутраты, неконгруэнтность – таковы описательные конструкты, характеризующие положение индивида в мире тотального отчуждения, «спектакля» или, иными словами, таковы психологические аспекты того, что можно назвать «отчужденной субъектностью».

Переводя наши рассуждения из экзистенциальной в социально-психологическую плоскость, можно сформулировать следующий тезис. Отчуждение, переживаемое конкретным субъектом, в значительной мере детерминировано характером позиционирования в обществе тех социальных групп, участником которых он является. В этом пункте допустим переход от понятия «отчужденной субъектности» к другому, еще не достаточно разработанному, концепту **«отчуждаемая субъектность»**. Эпитет «отчуждаемая» указывает на определенный социально-психологический процесс, в результате которого, под влиянием групповых ценностей и убеждений, установок и стереотипов, некоторые компоненты или даже типы субъектности отчуждаются, т. е. оттесняются в «зону отчуждения» и становятся чуждыми, «не своими». Соответственно, представители этих типов субъектности оказываются «чужими среди своих», подвергаются дискриминации, и даже само их, казалось бы, исконное право на позицию субъекта ставится под сомнение.

Каковы социально-психологические механизмы отчуждения и формирования отчужденной субъектности, что и как отчуждается? Как в социальной жизни возникают «зоны отчуждения», кто и в силу чего попадает в них? Эти вопросы представляются мне весьма важными для современной социальной психологии.

2. Уже на заре новоевропейского антропоцентризма намечаются **три полосы отчуждения: здоровье – болезнь, детство – взрослость, мужское – женское**.

Отчуждение, распространившееся по этим трем биполярным осям, не только привело к определенным ограничениям и изоляциям в сферах философского и политического дискурсов, но и постепенно воцарилось на суверенной территории индивидуального Я, став главенствующим принципом как межличност-

ных интеракций, так и сокровенных отношений индивидуума с самим собой – по сути, упразднив саму интимность и доверительность этого «наедине с собой». Оно предопределено системами господства и доминирования, которые складывались на протяжении длительных периодов исторического развития. В рамках этих систем «мужское» и «женское», «здоровое» и «патологическое», «детское/инфантильное» и «взрослое/зрелое» с настойчивостью и необходимостью, постулированной некой незримой и анонимной «высшей инстанцией», последовательно сводились к дихотомии «активное – пассивное» или «доминирующее/легитимное – подчиненное/бесправное» и связывались односторонними (асимметричными) отношениями контроля, подавления/подчинения, ответственности/зависимости. Из этого непосредственно проистекало, что больной должен быть изолирован – или, в смягченной формулировке, помещен под опеку здоровых; отрок «отречен», т. е. лишен права голоса, слова – или, опять же, если перейти от средневековых устоев к новоевропейским, благородным гуманизмом, представлениям, «за ребенка несут ответственность его родители»; женщине «не место на корабле», ее «место на кухне», или, если воспользоваться наукообразными конструкциями патриархальных/дискриминационных теорий пола, «природа женщины такова, что не располагает ее к занятиям науками и политикой». А значит, чтобы стать активным и полновластным субъектом, некто должен быть энергично-маскулинным («фалличным», если хотите), здоровым и взрослым, социально зрелым. Субъекту необходимо проявлять маскулинные качества (т. е. личностные черты, интерпретируемые как «мужские» в конкретной культуре), представая серьезным, адекватным, целеустремленным и решительным. И тогда приходится нейтрализовывать в себе, отчуждать и вытеснять все фемининное (как податливое и пассивное), инфантильное (как не-до-конца-сформированное) и болезненное (как бесправное и нежизнеспособное). Таковы собственно психологические следствия пресловутого «фаллологоцентризма».

Нет нужды специально подчеркивать, что пол, возраст и здоровье представлены здесь не как демографические признаки, но как категории символического порядка. Скажем, «женское» в свете такого символизма предстает и маркируется как «позиция подчинения», которую может занимать не только законная «биологическая» представительница прекрасного/слабого/второго пола, но и ученик по отношению к своему духовному учителю, или сексуальные меньшинства и маргинальные группы по отношению к «правильному» и не сомневающемуся в своей нормальности большинству (8).

Идеологи феминистского течения и исследовательницы гендерной проблематики (2) не раз констатировали, что разделение и установление указанных иерархий осуществляется в сферах «публичное – приватное». Наглядно действие этой бинарной ограничительной структуры и лежащего в ее основании властного принципа обнаруживается в тезисе: «зона влияния женщины не парламент, а постель». Распространяя данный принцип на другие системы отношений, можно заключить, что публичная жизнь подчинена законам патриархального (фаллологоцентрического) нормирования и доминирования, а все аномальное и маргинальное оттесняется в сферу вашей приватной жизни (дескать, это ваше дело, главное, чтобы об этом не знали другие). Здесь так и напрашивается аналогия с фрейдовским вытеснением – защитным механизмом, обеспечивающим перевод «неудобных» сознанию содержаний в бессознательное.

Обсуждаемые нами демаркационные линии четко проведены, а значимые различия установлены и поддерживаются в политическом дискурсе, конституирующем правового субъекта: здесь детское, женское и аномальное испокон веков, изначально выведены за рамки активного конструирования политической жизни, лишены полномочий и рассматриваются как дополитическое,

недополитическое (или квазиполитическое) и внеполитическое. Только в XX в., после многих столетий угнетения и отчуждения ситуация начинает меняться: набирают силу движение за права ребенка, феминизм, а позднее и антипсихиатрия, призванные вернуть субъектность отчужденным и бесправным субъектам, взять ее под защиту, утвердить и легализовать.

Однако лишение субъектности – проблема, связанная не только с политической структурой общества, но и с новоевропейской моделью мироустройства в целом. У такой дискриминации есть философская (антропологическая) подоплека. Три группы отчужденных субъектов – женщины, дети и психически больные – лишаются полномочий в соответствии с постулатами и принципами логоцентризма в его поздней картезианской версии: основанием отказа становится постулируемое недоразвитие *способности к суждению*. У ребенка она еще только формируется и легко искажается, подменяется «логикой грез», игры, магического мышления; у женщин эта способность не может быть реализована в полной мере, поскольку их психическая природа по преимуществу аффективно-чувственная; у психически больных, аномальных субъектов развитие этой способности нарушается в силу органических, эндогенных или психогенных расстройств. Аналогичные доводы распространялись и на представителей архаических / первобытных культур (примитивов).

3. Значительный вклад в понимание процессов отчуждения болезни, в частности, психической болезни и психически больных, внес французский философ Мишель Фуко. В своей ранней работе «Психическая болезнь и личность» (1954) он показал, как исторически формируется отчужденный субъект – носитель психопатологии, как социальные структуры детерминируют особый – отчужденный – тип отношения к психическому расстройству и одновременно тип его проявления и проживания. В истории Франции Фуко связывает эту тенденцию с законом 1838 г.: положение опеки, в которое был поставлен больной этим законом, его полная зависимость от медицинских решений способствовали возникновению в конце XIX в. истерической личности. «Судьба больного с тех пор была определена более чем на век: он был отчужден. И это отчуждение отмечает все его социальные отношения, все его действия, все условия его существования» (цит. по статье Г. Л. Ильина, 10, с.339).

Другая работа Фуко, посвященная данной теме, – «Рождение клиники» (1963, 15). В ней процесс отчуждения болезни связывается с логикой развития медицинского дискурса или «клинического взгляда»; начало этого развития приходится на XVI–\$V\$VII вв., т. е. как раз на тот период, когда начинает складываться картезианская (новоевропейская) картина мира. Согласно клиническому взгляду, болезнь/патология должна быть изолирована, описана, классифицирована, помещена в пределы, отведенные ей разумом; если смерть новоевропейский разум пытается заговорить, заклясть, то болезнь, особенно психическую, он норовит посадить на цепь. Но главное, что болезнь, как и смерть, в новоевропейскую эпоху перестает быть своей. Поначалу болезнь, подобно смерти, западный человек стремился приручить: договориться с ней, ритуализировать ее, наполнить смыслом искупительного страдания или священной одержимости. В посткартезианскую эпоху происходит постепенная объективация болезни и одновременно ее отчуждение. Как писал Фуко в «Рождении клиники», по мере развития указанного института, призванного регулировать отношения между разумностью и неразумием, «нормальным» порядком вещей и сферой аномального, болезнь постепенно отделяется от исходной христианской «метафизики страдания» и превращается в нечто совершенно чужеродное, объективно происходящее в теле или в душе. Тема отчуждения звучит лейтмотивом и в одной из самых прославленных работ Фуко – «История безумия в классическую эпоху» (14).

М. Фуко высказал и весьма интересные идеи об отчуждении детства, а также о роли психоанализа, который, надеясь «написать психологию ребенка, описывая патологию взрослого», позволил выявить отчуждение человека от собственного детства. Как известно, один из постулатов психоаналитической доктрины Фрейда гласит, что в регрессиях обнаруживается самая суть патологического и его реальное происхождение. Однако трактовка психопатологии как регресса, возврата к инфантильному (нарциссическому) состоянию с необходимостью предполагает признание того обстоятельства, что детство в исторически сложившихся обстоятельствах западной цивилизации попадает в зону отчуждения. «Чтобы детское поведение стало для больного убежищем, чтобы возвращение этого поведения рассматривалось как факт несомненной патологии, нужно, чтобы общество установило между настоящим и прошлым индивида полосу отчуждения, которую нельзя пересекать...»; «уберегая ребенка от внешних конфликтов система воспитания (педагогика) помещает его внутрь главного конфликта – в противоречие между детством и реальной жизнью» (10, с.339).

Открытия психоанализа имели далеко идущие последствия: в результате их осмысления пришло понимание, что и относительно здоровая, нормальная, зрелая часть психики подчиняется тем же неумолимым закономерностям отчуждения. После того, как усилиями психоанализа был устранен водораздел между нормой и патологией, и нормальное стало мыслиться как слабо выраженное патологическое (минимальная степень душевной болезни), явные/скрытые признаки или предпосылки психического неблагополучия начали обнаруживаться далеко за пределами клиники – практически повсюду, в жизнедеятельности любого индивида; альтернативой психического расстройства выступало теперь умеренное страдание. Логическим следствием стало достигнутое уже в неофрейдизме осознание того, что каждый, включаясь в систему заданных общественных отношений, одновременно попадает в зону внутреннего отчуждения – субъект отчужден, или быть субъектом в капиталистическом мире / в условиях репрессивной цивилизации значит быть неизбежно вовлеченным в процесс всеобщего отчуждения. Иными словами, не только больной отчужден, но и здоровые, превращаясь в недостижимый идеал и обезличенную норму, также попадают в зону отчуждения. Или: любой субъект в той или иной мере отчужден, поскольку обнаруживает те или иные патогенные предрасположенности, предпосылки патологического. Под влиянием патоцентрического дискурса, субъект приучается воспринимать себя в качестве патологически функционирующего биосоциального механизма, находит в себе всевозможные аномалии и ущербности и при этом перестает осознавать здоровье как собственное личностное достояние, утрачивает непосредственную связь с ресурсами своего здоровья.

4. В то же время процесс производства (и перепроизводства) патриархальных «духовных» ценностей и символов приводит к отчуждению женского в душе и культуре Запада. Под «женским» в данном случае подразумевается не биологический пол, но специфическая понятийно-символическая конструкция, объединяющая такие значимые концепты, как «плоть в противоположность духу», «чувственность в противоположность рациональности», «аффект в противоположность интеллекту». Это не только одна из универсальных категорий культуры, но и значимый элемент культурно детерминированной идентичности, представленный в западноевропейском мировоззрении как изначальная, чистая негативность (отсутствие фаллоса, логоса, властных полномочий). Формируя и осознавая собственное Я, индивидуум, неважно какого пола, самой культурной традицией подводится к пониманию, что этот элемент, т. е. женское, фемининное в нем, – «ахиллесова пята», пассивность и бесправность, то, что делает его потенциальным объектом подчинения и эксплуатации.

Это отчуждение женского и лишение Женщины качеств субъектности в 1949 г. ярко описала Симона де Бовуар в своей эпохальной феминистски-ориентированной работе «Второй пол»: «Человечество создано мужским полом¹, и это позволяет мужчине определять женщину не как таковую, а через ее отношение к нему; она не рассматривается как автономное существо... Он – Субъект, Он – Абсолют, она – Другой» (3, с. 28). Данное отчуждение поддерживается и усугубляется так наз. «фаллическими теориями человеческой природы», в которых под человеком, индивидом, субъектом априори подразумевается именно мужчина как носитель разума, активный деятель и хозяин собственной жизни.

Образцом женщины как отчужденного субъекта выступает пациентка психоаналитического сеанса – такой образец мы находим, в частности, в работе З. Фрейда «Фрагмент анализа истерии», известной также как «Случай Доры» (12). Пациентка психоаналитика представлена здесь как лишенная субъектности материал для анализа, как бессознательная аффективность и совокупность неосознаваемых защит, которые необходимо ловко обойти субъекту-мужчине – аналитику. Именно его интерпретации призваны привнести порядок, структуру и гармонию в хаос ее – неподвластных ей самой – переживаний. Уход Доры из анализа Фрейд интерпретирует как сопротивление, лишь подтверждающее точность его прицельных и жалящих интерпретаций; но ведь в этом уходе можно усмотреть и стремление восстановить свою субъектность, оградить ее от аналитической объективации, выйти из незавидного положения анализируемого психического объекта...

5. Мы видим, как те, чьи субъектные полномочия ущемляются в соответствии со сложившейся структурой разделения власти, протестуют и стремятся занять противоположную, более выигрышную и активную позицию. Женщины не довольствуются ролью «загнанной домохозяйки», решительно и успешно строят карьеру и добиваются влияния, проявляя так называемые «маскулинные» черты и, с легкой руки психоаналитиков, попадая в категорию «фаллических» или «захваченных Анимусом». Дети и подростки восстают против гиперконтроля родителей и требуют, чтобы их признали «уже взрослыми». Наконец, субъекты, страдающие психозами, проявляют досадную нескритичность по отношению к своему заболеванию и настаивают на подлинности и адекватности своего психотического опыта – достоверности галлюцинаций, абсолютной обоснованности паранойяльных подозрений и т. д.

Для нас, однако, важно то, что вся эта драматургия и диалектика властных отношений разворачивается во внутреннем мире конкретного человека – его душа становится «полем битвы», по мере того, как в процессе социализации интериоризируются внешние структуры доминирования, подавления и эксплуатации. Именно здесь, в субъективной психической реальности обнаруживаются исторически очерченные зоны отчуждения. На смену новоевропейской грезе о цельном субъекте приходит идея неоднородной, «гибридной» субъектности, т. е. смешения в каждом человеке здорового и патологического, зрелого и инфантильного, мужского и женского. По мере того, как субъект научается говорить, артикулировать свои желания, апеллировать к Логосу и использовать уже сложившиеся дискурсы, один из членов этих внутрилличностных оппозиций неотвратимо отчуждается. А значит, любое притязание на позицию полноправного субъекта приводит к тому, что определенные части или аспекты субъектности в конечном итоге оказываются отчужденными.

Продолжение в следующем номере

¹ В англоязычном переводе эта фраза дословно звучит так: «человек – это мужчина...» (из статьи Терезы де Лаурентис «Американский Фрейд», 11, С. 23–47).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ КОНКУРЕНТОСПОСОБНОСТИ РАЗРАБОТЧИКОВ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ В ОРГАНИЗАЦИИ

Кананова Марина Альбертовна, психолог, г. Москва kananova@mail.ru

Цель исследования – выявить психологические детерминанты конкурентоспособности разработчиков программного обеспечения в организации. В исследовании приняли участие 20 разработчиков программного обеспечения, мужчины в возрасте от 23 до 34 лет с высшим образованием.

Гипотеза исследования – конкурентоспособность специалиста в организации детерминируется индивидуально-психологическими особенностями, обеспечивающими соответствие требованиям работодателя.

Методы

Использована совокупность теоретических и эмпирических методов исследования: теоретический анализ и синтез научной литературы по проблеме конкурентоспособности, систематизация и обобщение имеющихся представлений о конкурентоспособности специалиста, тестирование с помощью опросника «Шестнадцать личностных факторов» (16 PF), разработанного Р. Кэттелом, метод экспертных оценок.

Результаты исследования

На основании результатов тестирования с помощью опросника «Шестнадцать личностных факторов» (16 PF), разработанного Р. Кэттелом, был получен усредненный профиль индивидуально-психологических особенностей разработчиков программного обеспечения, который графически представлен рисунке 1 жирной линией. Там же показана вариативность значений каждого фактора (выделенная цветом область) на исследуемой выборке. Каждый радиус показывает выраженность в стенах (от 0 до 10) одного фактора (по Кеттэлу). В результате исследования выявлены следующие индивидуально-психологические особенности разработчиков программного обеспечения: склонность к замкнутости (фактор А) и развитый интеллект (фактор В).

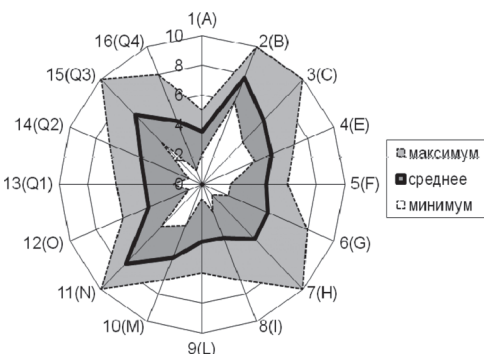


Рис. 1. Усредненный профиль индивидуально-психологических особенностей программистов

Результаты сопоставления уровня развития личностных особенностей программистов по данным методики «Шестнадцать личностных факторов» Р. Кэттела с экспертными оценками конкурентоспособности: выявлено наличие сильных (тесных) корреляционных связей между следующими индивидуально-психологическими особенностями личности программиста и конкурентоспособностью специалиста в исследуемой организации:

- чем выше уровень внутреннего контроля поведения, тем более конкурентоспособным является специалист (фактор Q3);
- чем выше интеллект, тем более конкурентоспособным является специалист (фактор В).

В исследуемой организации гипотеза исследования подтвердилась.

Заключение

Наиболее обстоятельно в исследованиях отечественных авторов конкурентоспособность разрабатывается в парадигме современной психологии управления, где она выступает одним из ключевых понятий при рассмотрении проблем организационных изменений, и акмеологии, где она рассматривается с точки зрения достижения вершин мастерства в профессиональной деятельности и творчестве – акме. В отечественной науке крайне мало исследований; посвященных социально-психологическим аспектам конкурентоспособности специалиста в различных областях профессиональной деятельности.

На основе обобщения теоретического материала уточнено понятие конкурентоспособности специалиста в организации: конкурентоспособность работника в организации – система таких социально-ориентированных особенностей человека, которые позволяют ему успешно соответствовать требованиям работодателя.

Детерминантами конкурентоспособности разработчика программного обеспечения в исследуемой организации являются следующие индивидуально-психологические особенности личности: уровень внутреннего контроля поведения (фактор Q3) и интеллект (фактор В).

Знание выявленных взаимосвязей будет полезно при психологическом консультировании специалистов исследуемой организации, желающих повысить уровень своей конкурентоспособности.

Список литературы

1. Водопьянова Н. Е. Активная жизненная позиция личности и профессиональная адаптация в условиях социально-экономического кризиса. // Психологические проблемы самореализации личности. – Вып. 2. / Под ред. А. А. Реана, Л. А. Коростылевой. – СПб: Изд-во СПбГУ, – 1998. с. 188–202.
2. Деркач А. А. Акмеологическая концепция развития конкурентоспособного специалиста. // Акмеология – 2007. – № 3. С. 13–22.
3. Кураков, А. Конкурентоспособность как необходимое условие развития личности // Развитие личности. – Б.м. – 2004. – № 2. – С. 195–207
4. Маркова А. К. Психология профессионализма. – М.: Международный гуманитарный фонд «Знание», 1996. 312 с.
5. Митина Л. М. Психология развития конкурентоспособной личности. – М.: МПСИ, 2002. 400 с
6. Панферов В. Н., Посохова С. Т., Капустина А. Н. Динамика психологических особенностей человека. // Психология человека в условиях социальной нестабильности. / Под ред. Б. А. Сосновского. – М., 1994. – с.10–28.
7. Сотникова С. И. Конкурентоспособность рынка труда: генезис социально-экономического содержания. // Маркетинг в России и за рубежом. – 2006. – № 2. С. 19–27.
8. Токарева Е. В. Индивидуально-психологические особенности развития конкурентоспособности личности. // Автореф. дисс. на соискание ученой степени кандидата психологических наук – М, 2007, 26 с.
9. Фатхутдинов Р. А. Конкурентоспособность как национальная кадровая проблема. // Высшее образование в России. – 1999. – № 2. – С. 18–22
10. Холодцева Е. Л. Рыночная ориентация характера конкурентоспособной личности. // 2-я Международная научная интернет-конференция «Профессиональное самосознание и экономическое поведение личности». Интернет: <http://konfer.narod.ru/holod.htm>
11. Шаповалов В. И. Теоретико-методологические и практические аспекты формирования конкурентоспособной личности // Учеб. пособие – Уфа: Изд-во Восточ. ун-та, 2004. – 80 с.
12. Шехтер М. М. Акмеологический подход к формированию конкурентоспособности будущего специалиста-психолога в условиях ВУЗа // Автореф. дисс. на соискание ученой степени кандидата психологических наук – Иваново: ИвГУ, 2004. 27 с.
13. Шмелев А. Г. Психодиагностика личностных черт. – СПб: Речь, 2002, С. 46–48, 56–57

ВЕСЕННИЕ СТРАДАНИЯ

Елена Анатольевна Ходырева, г. Ульяновск

Решила тут, сталбыть, пострадать от несчастной любви. Ну а что, в самом деле. С трудом, но всё-таки определилась, к кому. Вот вы смеетесь, а вопрос нешуточный: кандидат номер Один – видный, умный, красивый. Номер Два – умный, видный, обаятельный. Дилемма, однако.

Дальше проблема: найти время. Страдание от неразделенной/ несчастной любви – жутко времязатратная штука; тут надо сосредоточиться, отдаться, тыкскыть, процессу. Опять же, поплакать. Погоревать. Вспомнить былое. Вздохнуть над будущим, что, мол, – никогда! Или вот: НИКОГДА! Невермор, короче.

Слов нет, Н-цать лет тому назад это всё получалось само собой.

И села я в маршрутку, и собралась с духом страдать. На работе – фиг получится, звонят часто и много, опять же, начальство. Дома – Доча и кошь; обе есть хотят и рассказать о том, что было за день. Понятно: жизнь начинается, когда Мать приходит.

Тоже как-то не про любовь. Остается маршрутка.

Только села, сосредоточилась на трагичности жизненных несовпадений – он мне нравится по-своему, а я ему – по-евон-

ному и это нельзя примирить; что остается только смотреть друг на друга, как двое в известном кино разговаривали глазами в кафе «Элефант» и «боль моя, ты покинь меня; облаком, сизым облаком, полети к родному дому»...

Так тут же подумала о том, что надо на выходных сходить в баню и попробовать, закрашивает ли седину новокупленная хна, а завтра будет зряплата и можно купить хорошапахнущую мазилку для бани, что в субботу приедет из Москвы бывшее Начальство и хорошо бы нам увидиться; что в субботу же снова на работу и проводить инструктаж для волонтеров, и писать речь для Большого Начальства. Тьфу, думаю, а про любовь? Вот он, имя которого нельзя называть. Счас про него подумаю.

Закономерно – тут-то и пришлось мне выходить, потому что приехала.

Отсюда вывод: любите, деушки, неразделенно-несчастливо, смолоду. Когда лет 15–20–25, вот самое оно. А дальше – не любовь несчастливая, а одна маята – то работа, то дети, то кошки, то опять работа.

СКАЗКА О ДВУХ НИМФАХ

Николай Николаевич Наризин, г. Москва

Много знает история славных потомков прародителя всех врачей Асклепия. Но история эта только про двух о его дочерей: Гигею и Панакею (Панацею). Где и когда они повздорили – история умалчивает. Вроде бы ходят всегда вместе, друг другу улыбаются, а на самом деле выясняют: кого больше люди любить-уважать будут.

Вот спрашивают люди у Гигеи: чем ты сильна, и что нам можешь предложить?

Разумом, честно говорит, сильна, долгую насыщенную жизнь могу предложить.

– Насколько долгую?

– Лет до ста двадцати, а то и дольше, если смолоду о здоровье заботиться и беречь его.

– И сильными, как Атланты, будем?

– Будете, если не лениться и о культуре физической не забывать.

– И звёзд достигнем?

– Достигнете, только через тернии.

Почесали свои затылки люди и у Панакеи спрашивают: а чем ты сильна, и что ты нам можешь предложить?

– Могу вас от всех болезней чудесным образом вылечить, и вам для этого ни о чём думать не надо будет.

– Что, действительно от всех?

– От всех-превсех, – соврала Панакея. – Вот хоть сами в ящик Пандоры загляните.

Любопытство – хорошее качество, знания создаёт. Если подумать! А вот если не думать... давно же известно – «Сон разума рождает чудовищ». Вот ничего хорошего и не вышло. Вышли всякие болезни. Пришлось людям за лекарствами к Панакее обратиться. Обратиться, поклониться, подарочки принести на строительство храма.

Гермес на это смотрит и довольно руки потирает: правильно, здоровье-то вещь привычная, с рожденья данная. Какой дурак за это будет деньги платить? За лекарство же больной последнюю рубашку с себя снимет и отдаст, лишь бы от болезни избавиться.

Аполлон же ему в ответ:

– Как всегда, ты спешишь! Если тот, кто имеет – не хранит, то потерявши – плачет. Но что потом полезного сможет сделать больной, нищий и без рубашки? Не сможет так человечество дальше развиваться. Будут и такие люди – как раз не дураки, а умные! – что в своё благополучие и сохранение здоровья зара-

нее вложатся, даже страховка станет делом обычным. А так как мы, боги, бессмертны – вот и посмотрим со временем, кто из нас лучший прорицатель.

Тем временем храм Гигеи постепенно опустел. Даже сыновья, внуки, правнуки и прапраправнуки Асклепия были вынуждены покинуть его и перейти на службу к Панакее. Бывает, что заглянет кто-нибудь в пустой дом (даже Асклепию и не родственник), скажет что-нибудь. Если дельное, так никто и не заметит, опять, мол, скучные истины говорит; а глупость выкрикнет, так в пустом доме звук хорошо разносится, вот над Гигеей народ и посмеётся.

А храмы Панакеи растут и размножаются. Откроют врачи лекарство от одной болезни, а на беды людские всё новые болезни появляются, да и старые в новой ипостаси приходят, людям только надежда и остаётся. И вновь, и вновь нужда заставляет платить дань Панакее. Только объединившись с латинским Санос, Гигея выжила как Гигиена и Санитария, однако во многих странах даже имя у Гигеи отняли. На храмах Панакеи на национальных языках часто пишут: «Учреждение здравоохранения». Но охраняют там чаще всего больных.

Так продолжалось очень долго. Не год, не сто лет, а целых два тысячелетия и ещё пятьсот-восемьсот лет. Служили Панакее добрые и талантливые наследники Асклепия. Добросовестно и порой самоотверженно лечили больных, помогали страждущим. Кое-какие знания от их труда и здоровьем достались. Стали люди и жить дольше: те, кто сам смолоду здоровье берёг. И сильнее стали: те, кто о физкультуре постоянно помнил. Добрались люди через тернии к звёздам. Понадобились в космонавты здоровые люди. Обратили учёные свой взгляд в храм Гигеи, а там нет никого. Служат врачи Панакее, Гиппократовой клятвой ей на верность присягают. А здоровых не изучают, но считают, что всё о них знают. Пришлось начать интенсивно здоровье изучать, под такие исследования экономику перестраивать.

Понятно, что чем выше познания – тем шире горизонты непознанного, а здоровье человека – это целый космос, и изучать его разнообразие понадобится ещё много тысячелетий. Одна только психическая деятельность каждого отдельного здорового человека куда сложнее и многообразней, чем все болезни вместе взятые, и не может быть упакована в какое-нибудь МКБ-10; а болезнь – это всего лишь изъян, дефект в бесконечно сложном живом организме. А уж в межличностных взаимоотношениях закопано столько, что отрыть клад знаний драгоценных будет ой как непросто.



О ЖЕНЩИНАХ И НЕ ТОЛЬКО

Ни один человек не прожил настоящей жизни, если он не был очищен любовью женщины, подкреплён её мужеством и руководим её скромной рассудительностью.

Джон Рескин

Женская интуиция намного точнее, чем мужская уверенность.

Р. Киплинг

Женское непосредственное чутье может быть иногда ценнее всяких логических доводов.

Артур Конан Дойл

Женись, несмотря ни на что. Если попадетсЯ хорошая жена, будешь исключением, а если плохая станешь философом.

Сократ

Природа сказала женщине: будь прекрасной, если можешь, мудрой, если хочешь, но благоразумной ты должна быть непременно.

Пьер Огюстен Бомарше

Царство женщины это царство нежности, тонкости, терпимости.

Жан Жак Руссо

Женщина самое могущественное в мире существо, и от нее зависит направлять мужчину туда, куда его хочет повести Господь Бог.

Г. Ибсен

О женщинах всегда найдется сказать что нибудь новое, пока хоть одна из них останется на земном шаре.

С. Буффле

Женщина это примат дела над мыслью; мужчина примат мысли над моралью.

Оскар Уайльд

Руки доброй женщины, обвившиеся вокруг шеи мужчины, это спасательный круг, брошенный ему судьбой с неба.

Дж. К. Джером

Женщина вторая ошибка Бога

Фридрих Ницше

Женщина одновременно яблоко и змея

Генрих Гейне

Женщина это приглашение к счастью

Шарль Бодлер

Интуиция дана женщине для того, чтобы угадывать у мужчины намерения, о которых он не догадывается

Жан Делакур

Женщины имеют равные с нами права, но в их интересах не пользоваться этими правами

Талейран

Женщиной не рождаются, ею становятся

Симона де Бовуар

Надо уметь часто повиноваться женщине, чтобы иметь иногда право ей повелевать

Виктор Гюго

Быть женщиной очень трудно уже потому, что в основном приходится иметь дело с мужчинами

Джозеф Конрад

Женщина веками играла роль зеркала, наделенного волшебным и обманчивым свойством: отраженная в нем фигура мужчины была вдвое больше натуральной величины

Вирджиния Вулф

Все в руках человека, а человек в руках женщины

Александр Фюрстенберг

Так как писать умели главным образом мужчины, все несчастья на свете были приписаны женщинам

Сэмюэл Джонсон

Мужчины, которые плохо отзываЮтся о женщинах, обычно имеют в виду лишь одну

Реми де Гурмон

Если женщине нравится другая женщина, она с ней сердечна; а если не нравится сердечна вдвойне

Эрвин Кобб

Женщины, которые добиваются равенства с мужчинами, недостаточно честолюбивы

Тимоти Лири

Не требуйте от женщин правдивости, пока вы воспитываете их в уверенности, что главная цель их жизни нравится

Мария Эбнер Эшенбах

Женщины умнее мужчин, потому что, зная меньше, понимают больше.

Джеймс Стефенс

Женщины – это не слабый пол, слабый пол – это гнилые доски.

Фаина Раневская

Сдерживать себя, когда обидно, и не устраивать сцен, когда больно – вот что такое идеальная женщина.

Коко Шанель

Мужчины, которые не прощают женщинам их маленьких недостатков, никогда не наслаются их великими достоинствами.

Хамиль Джубран