

Сетевое научно-практическое издание

**АНТОЛОГИЯ
РОССИЙСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИИ**

Фундаментальное издание материалов научно-практических конгрессов
Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги
и Национальной саморегулируемой организации
«Союз психотерапевтов и психологов»

Издание включает: аннотированные программы, концепции конгрессов, резолюции, пресс-релизы, доклады и тезисы докладов, а также иные формы: аннотации и пост-релизы круглых столов, мастер-классов, лекций и др. научных событий, научно-практические статьи.

Титульный редактор Антологии – профессор Макаров Виктор Викторович

9259036@gmail.com, 9259036@mail.ru, viktormakarov.ru

+7 (917) 533-39-29, +7 (495) 925-90-36

Главный редактор выпуска Антологии – профессор Макаров Виктор Викторович

9259036@gmail.com, 9259036@mail.ru, viktormakarov.ru

+7 (917) 533-39-29, +7 (495) 925-90-36

Заместитель титульного редактора Антологии – Камалова София Цихиловна

orpl.doc@gmail.com

+7 (916) 062-00-26

Выпускающий редактор Антологии – Булычева Анна Евгеньевна

anna2269212@gmail.com

+7 (913) 911-69-36

ВЫПУСК 11

**X Международный научно-практический конгресс
психологов-консультантов, психотерапевтов
и представителей помогающих профессий**

**ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ,
ПСИХОТЕРАПИИ В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ**

Санкт-Петербург, 31 марта – 1 апреля 2023

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ
2023**

СОДЕРЖАНИЕ

СТАТЬИ ARTICLES

Макаров В.В. НОВЕЙШАЯ ЭПОХА И ПУТЬ ПСИХОТЕРАПИИ: МЫ ЛЮДИ ПОДВИГА, И ВРЕМЯ ПОДВИГА НАСТУПИЛО Makarov V.V. THE NEWEST ERA AND THE PATH OF PSYCHOTHERAPY: WE ARE PEOPLE OF HEROISM, AND THE TIME OF HEROISM HAS COME.....	8
Арефьева З. ПРОРЫВ В ПРОФЕССИИ И ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ: ОБУЧАЮЩАЯ ЛИЧНАЯ ТЕРАПИЯ В ДЕЙСТВИИ Arefyeva Z. BREAKTHROUGH IN THE PROFESSION AND PERSONAL LIFE: EDUCATIONAL PERSONAL THERAPY IN ACTION.....	11
Баженова И.А. ПРОБЛЕМАТИКА СУПЕРВИЗИИ НА СЕГОДНЯ Bazhenova I.A. THE ISSUES OF PSYCHOTHERAPY SUPERVISION TODAY.....	13
Блюфарб Н.М. КРИЗИСНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ПСИХОТЕРАПИЯ Blufarb N.M. CRISIS PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY.....	15
Богута С. А. ЭВОЛЮЦИЯ ЛИЧНОСТИ ПСИХОТЕРАПЕВТА Boguta S.A. EVOLUTION OF A PSYCHOTHERAPIST'S PERSONALITY.....	18
Веселова Е.Ю., Синолицая Е.Г. ПРОБЛЕМА РАННЕЙ ТРАВМЫ И ЕЁ ЛЕЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ Veselova E.Yu., Sinolitsaya E.G. THE PROBLEM OF EARLY PSYCHOTRAUMA AND ITS TREATMENT IN MODERN REALITY.....	20
Воищева Н.М., Воищева У.О. УРОВЕНЬ СТРЕССОВОЙ НАГРУЗКИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ КАРИЕСА У ПОДРОСТКОВ И ВЗРОСЛЫХ Voishcheva N.M., Voishcheva U.O. STRESS LEVELS AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF DENTAL CARIES IN ADOLESCENTS AND ADULTS.....	22
Гафарова О.Н. АЛГОРИТМ ОСОЗНАНИЯ: УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ И ПОТЕНЦИАЛ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ШКОЛ Gafarova O.N. THE ALGORITHM OF AWARENESS: UNIVERSALITY AND POTENTIAL FOR THE DEVELOPMENT OF PSYCHOTHERAPEUTIC SCHOOLS.....	26
Дуплищев К.Н. ПРОБЛЕМАТИКА ЕДИНОГО ПРОСТРАНСТВА СУПЕРВИЗИИ. ЧТО И КОГО СУПЕРВИЗИРУЕМ? Duplishchev K.N. ISSUES WITHIN OUR COMMON SUPERVISION SPACE. WHO AND WHAT ARE WE SUPERVISING?.....	38
Зайнуллина Р.И. МЕДИАЦИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД В РАЗРЕШЕНИИ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ Zainullina R.I. MEDIATION AS AN EFFECTIVE METHOD IN RESOLVING FAMILY CONFLICTS.....	39

Карпова Л.А. МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЧЕСТНОСТИ КАК СТАБИЛЬНОГО СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ Karpova L.A. METHODOLOGY FOR DETERMINING HONESTY AS A STABLE PERSONALITY TRAIT.....	41
Кораблина Е.П., Тихомирова С.И. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-ЭТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ Korablina E.P., Tikhomirova S.I. EXISTENTIAL AND ETHICAL ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN THE MODERN WORLD.....	46
Краснова А.Г. СМЫСЛ СЛУЖЕНИЯ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ Krasnova A.G. THE MEANING OF SERVICE IN EXISTENTIAL COUNSELING.....	48
Кочина О.В. ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ В ОНЛАЙН-ПРОСТРАНСТВЕ В УСЛОВИЯХ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ Kochina O.V. THE KEY FEATURES OF ONLINE PSYCHOLOGY CONSULTING FOR THE NEW REALITY.....	50
Куфтяк Е.В. ОТНОШЕНИЯ В СУПЕРВИЗИИ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИИ ПРИВЯЗАННОСТИ Kuftyak E.V. RELATIONSHIPS IN SUPERVISION IN THE CONTEXT OF ATTACHMENT PSYCHOLOGY.....	52
Милованова Л.А. РАБОТА С ПЕРИНАТАЛЬНЫМИ ТРАВМАМИ МЕТОДОМ ЭОТ Milovanova L. A. WORKING WITH PERINATAL TRAUMA USING THE EIT METHOD.....	53
Николаенко Г.Л. СПЕЦИФИКА ТРУДОУСТРОЙСТВА МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ-ПСИХОЛОГОВ Nikolaenko G.L. SPECIFICS OF EMPLOYMENT OF YOUNG PSYCHOLOGISTS.....	58
Перфильева Н.В. ГЕНДЕРНАЯ СПЕЦИФИКА ОБРАЩЕНИЯ ЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ Perfilieva N.V. GENDER SPECIFICITY OF APPLYING FOR PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL HELP.....	60
Савкина С.Б. ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СУМЕЕШЬ ИЛИ ПОНЯТЬ НЕПОНЯТНОЕ ЧЕРЕЗ НЕПОНЯТНОЕ Savkina S.B. CATCH ME IF YOU CAN OR UNDERSTAND THE INCOMPREHENSIBLE THROUGH THE INCOMPREHENSIBLE.....	64
Садовников Е.В. ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПРАКТИКУЮЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА Sadovnikov E.V. CHARACTERISTICS OF A PRACTICING SPECIALIST'S PROFESSIONAL DEVELOPMENT.....	71
Семенова А.И. ОБСУЖДЕНИЕ ПРОЦЕССОВ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ Semenova A.I. REFLECTIONS ON PROCESSES OF CHILD PSYCHOTHERAPY DEVELOPMENT.....	72
Слабинский В. Ю. АРХАИЧЕСКИЕ ТРАНСЫ И ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ Slabinsky V.Yu. ARCHAIC TRANCES AND EXISTENTIAL ASPECTS OF POSITIVE DYNAMIC PSYCHOTHERAPY.....	78

Слабинский В.Ю. ВЫГОРАНИЕ В КОНТЕКСТЕ МКБ-11 Slabinsky V.Yu. BURNOUT IN THE CONTEXT OF ICD-11.....	81
Слабинский В.Ю. ВВЕДЕНИЕ В ПОЗИТИВНУЮ КУКЛОТЕРАПИЮ: СТРУКТУРНЫЕ АРХЕТИПЫ Slabinsky V.Yu. INTRODUCTION TO POSITIVE FOLK DOLL THERAPY: STRUCTURAL ARCHETYPES.....	84
Слабинский В.Ю. ЭТИКА ПСИХОТЕРАПЕВТА В УСЛОВИЯХ ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ВОЙНЫ Slabinsky V.Yu. ETHICS OF A PSYCHOTHERAPIST IN THE CONTEXT OF INFORMATION AND PSYCHOLOGICAL WARFARE.....	89
Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Преображенская А.А. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОЗИТИВНОЙ ЭКОТЕРАПИИ ПРИ ТЕРПИИ БАЗОВОГО КОНФЛИКТА В СФЕРЕ «Я-ЖЕНСКОЕ» (ПИЛОТНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ) Slabinsky V.Yu., Voischeva N.M., Preobrazhenskaya A.A. ASSESSMENT OF THE EFFECTIVENESS OF POSITIVE ECOTHERAPY IN THE THERAPY OF THE BASIC CONFLICT IN THE "I-FEMININE" SPHERE (PILOT RESEARCH).....	92
Слабинский В.Ю., Воищева Н.М. СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ПРОАКТИВНОЙ МЯГКОЙ СИЛЫ Slabinsky V.Yu., Voishcheva N.M. MODERN PSYCHOTHERAPY AS AN ELEMENT OF PROACTIVE SOFT POWER.....	100
Слабинский В.Ю., Пивнёв Н.С., Воищева Н.М. ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ КРАТКОСРОЧНОЙ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПРЕВЕНЦИИ СОЦИАЛЬНОГО СИРОТСТВА (ПИЛОТНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ) Slabinsky V.Yu., Pivnev N.S., Voishcheva N.M. EVALUATION OF THE EFFICACY OF SHORT-TERM POSITIVE DYNAMIC PSYCHOTHERAPY IN THE TREATMENT OF ALCOHOL DEPENDENCE IN THE CONTEXT OF PREVENTION OF SOCIAL ORPHANHOOD (PILOT RESEARCH).....	104
Снигур В.С. ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ КЛЮЧЕВЫХ ПОНЯТИЙ ГИПНОЗА: ШАГ К ЕДИНОЙ МОДЕЛИ Snigur V.S. RETHINKING THE KEY CONCEPTS OF HYPNOSIS: A STEP TOWARDS A UNIFIED MODEL.....	108
Табидзе А.А. ЧЕТЫРЕ ОШИБКИ ЗИГМУНДА ФРЕЙДА И АВТОРСКАЯ 4-Х ЧАСТНАЯ МОДЕЛЬ СОДЕРЖАНИЯ ПСИХИКИ Tabidze A.A. FOUR MISTAKES OF SIGMUND FREUD AND THE AUTHOR'S 4-PART MODEL OF THE CONTENT OF THE PSYCHE.....	115
Цветкова Н.И. ЛИЧНОСТНЫЙ АНАЛИЗ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ САМОЦЕННОСТИ – ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ПСИХОТЕРАПИИ Tsvetkova N. I. PERSONAL ANALYSIS TO RESTORE SELF-WORTH IS AN EFFECTIVE WAY OF PSYCHOTHERAPY	121
ТЕЗИСЫ SUMMARIES	
Бирюкова Е.П. ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В БИЗНЕСЕ Biryukova E.P. PSYCHOLOGICAL COUNSELING IN BUSINESS.....	125

Гребенкина Т.Ю. ПОЧЕМУ БИЗНЕС ОТДАЕТ ПРЕДПОЧТЕНИЕ СУДАМ ПЕРЕД МЕДИАЦИЕЙ? Grebenkina T.Yu. WHY DOES BUSINESS PREFER ARBITRATION OVER MEDIATION WHEN SOLVING CORPORATE CONFLICTS?	125
Жегурова О.А., Красько Е.Л. ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ГРУППЫ В УСЛОВИЯХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА Zhegurova O.A., Krasko E.L. EXPERIENCE OF CONDUCTING AN ART THERAPY GROUP IN A PSYCHOLOGICAL CLINIC OF A UNIVERSITY	125
Козлов М.Ю. РОЛЬ ПРИРОДЫ И ВОСПИТАНИЯ В РАЗВИТИИ ПРИВЯЗАННОСТИ Kozlov M.Y. THE ROLE OF NATURE AND NURTURE IN THE DEVELOPMENT OF ATTACHMENT.....	126
Лаврова Н.М., Бутенко С.А., Лавров Н.В., Зезюлинская И.А. ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЖИТЕЛЕЙ ПРИГРАНИЧНЫХ С УКРАИНОЙ РЕГИОНОВ В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ Lavrova N.M., Lavrov N.V., Butenko S.A., Zezyulinskaya I.A. FEATURES OF THE EMOTIONAL STATE OF RESIDENTS OF THE REGIONS BORDERING UKRAINE IN THE CONDITIONS OF A SPECIAL MILITARY OPERATION.....	126
Морозова А.С. РАЗРЕШЕНИЕ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДОВ ПРОЦЕССУАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОЛОГИИ Morozova A.S. RESOLUTION OF INTERNAL CONFLICTS USING THE METHODS OF PROCESS-ORIENTED PSYCHOLOGY.....	127
Муравьева А.В. МЕДИАЦИЯ КОРПОРАТИВНЫХ КОНФЛИКТОВ. ТЕХНОЛОГИЯ «ТРЕТЬЕ РЕШЕНИЕ» Muravyeva A.V. RESOLVING CORPORATE CONFLICTS THROUGH MEDIATION. «THE THIRD OPTION» TECHNOLOGY.	127
Полякова В.В. ФЕНОМЕН ВЫСОКОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ИЛИ КТО ТАКИЕ ВЧЛ Polyakova V.V. THE PHENOMENON OF HIGHLY SENSITIVE PERSON OR WHO ARE THE HSP.....	127
Протопопов В.С., Васюткина А.С. РАБОТА С ПСИХОТРАВМОЙ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ И ПСИХОТЕРАПИИ Protopopov V.S., Vasyutkina A.S. WORK WITH PSYCHOTRAUMA IN PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY.....	128
Ревин К.С. СУПЕРВИЗИЯ КАК МЕТАКОГНИТИВНЫЙ ПРОЦЕСС Revin K.S. SUPERVISION AS A METACOGNITIVE PROCESS.....	128
Рухлова А.Р. ОСОБЕННОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ МУЖЧИН, ПОДЛЕЖАЩИХ МОБИЛИЗАЦИИ, В ПЕРИОД ЕЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ Rukhlova A.R. FEATURES OF COUNSELING MEN SUBJECT TO MOBILIZATION DURING THE PERIOD OF ITS ANNOUNCEMENT.....	130
Рычков А.М. ДЕНЬГИ КАК ИНСТРУМЕНТ РЕГУЛИРОВАНИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ Rychkov A.M. MONEY AS A TOOL FOR REGULATING FAMILY RELATIONSHIPS.....	130

Савельева О.И. СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ: НОВАЯ ТЕНДЕНЦИЯ ИЛИ НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ? Savelyeva O.I. FAMILY THERAPY: NEW PROGRESS OR NEW REALITY?.....	131
Слабинский В.Ю., Белан Р.М. К ВОПРОСУ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ПОГРАНИЧНЫХ РАССТРОЙСТВ Slabinsky V.Yu., Belan R.M. ON THE EFFECTIVENESS OF POSITIVE DYNAMIC PSYCHOTHERAPY IN THE TREATMENT OF BORDERLINE DISORDERS.....	131
Тагильцева Е.В. АНАЛИЗ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТАТУСА СТУДЕНТОВ-МИГРАНТОВ КАК ФАКТОРА-ПРЕДИКАТА САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ Tagiltseva E.V. ANALYSIS OF THE EMOTIONAL STATUS OF MIGRANT STUDENTS AS A PREDICATE FACTOR OF SELF-HARMING BEHAVIOR.....	132
Тагильцева Е.В., Аунбу П.С., Бахтин М.И., Ермоленко А.А., Карафинка П.М. ИГРОВАЯ АДДИКЦИЯ КАК ФАКТОР, УСУГУБЛЯЮЩИЙ ЧУВСТВО ОДИНОЧЕСТВА Tagiltseva E.V., Aunbu P.S., Bakhtin M.I., Ermolenko A.A., Karafinka P.M. GAMING ADDICTION AS A FACTOR AGGRAVATING THE FEELING OF LONELINESS.....	132
Тагильцева Е.В., Колосова Н. Н., Артамонова Д.С., Гердюк С. А., Посевкина О. В. АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ АУТОДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ Tagiltseva E.V., Kolosova N. N., Artamonova D.S., Serdyuk S. A., Posevkina O.V. CHARACTER ACCENTUATION AS A FACTOR IN THE FORMATION OF AUTODESTRUCTIVE BEHAVIOR.....	133
Тагильцева Е.В., Посевкина О.В., Бахтин М.И., Зайцева А.С., Муранов М.А. БУЛИНГОВАЯ СТРУКТУРА В ШКОЛЕ КАК МЕХАНИЗМ КОМПЕНСАЦИИ НАПРЯЖЕНИЯ Tagiltseva E.V., Kolosova N. N., Artamonova D. S., Serdyuk S. A., Posevkina O. V. BULLYING STRUCTURE AT SCHOOL AS A STRESS COMPENSATION MECHANISM.....	133
Тебенева И. ИЕРАРХИЯ ЦЕННОСТЕЙ В СУПЕРВИЗОРСКОЙ РАБОТЕ: ЧЕСТНОСТЬ И КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ Tebeneva I. HIERARCHY OF VALUES IN SUPERVISORY WORK: HONESTY AND CONFIDENTIALITY.....	134
Яруллина Л.Х. ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД ПРИ ТРАВМЕ СИСТЕМНЫХ ОТНОШЕНИЙ Yarullina L.K. INTEGRATIVE APPROACH TO THE TRAUMA OF SYSTEMIC RELATIONS.....	135
АННОТИРОВАННАЯ ПРОГРАММА X МЕЖДУНАРОДНОГО КОНГРЕССА «ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ, ПСИХОТЕРАПИИ В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ» 31 марта – 1 апреля 2023 года, Санкт-Петербург.....	136
ПРОГРАММА МАСТЕР-КЛАССОВ X МЕЖДУНАРОДНОГО КОНГРЕССА «ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ, ПСИХОТЕРАПИИ В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ» 31 марта – 1 апреля 2023 года, Санкт-Петербург.....	168

СТАТЬИ

НОВЕЙШАЯ ЭПОХА И ПУТЬ ПСИХОТЕРАПИИ: МЫ ЛЮДИ ПОДВИГА, И ВРЕМЯ ПОДВИГА НАСТУПИЛО

Макаров Виктор Викторович, президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации Психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по Психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования, д.м.н., профессор. Москва, Россия.

Психология многообразна, а современная психотерапия необъятна. Я буду говорить о психологическом консультировании и социальной психотерапии. С начала 1990-х к нам обращаются люди с социальной, эмоциональной, личной и семейной нестабильностью, проблемами и заболеваниями. Мы помогаем гражданам, семьям и группам стабилизировать их психологическое состояние и обеспечить психическое благополучие, что способствует социальному миру.

Многие люди думали, вот кончится пандемия COVID-19, и все будет по-старому!

Мы убеждали их – нет, уже не будет по-старому!

Многие люди думают, вот наступит мир, и все будет по-старому.

Мы убеждаем их – нет, уже не будет по-старому никогда!

Откуда такая уверенность? Граждане нашей страны постепенно готовились к тому, что Традиционная Эпоха для большинства и Новое Время или Новая Эпоха для прогрессивной части граждан сменятся Новейшей Эпохой или Новейшим Временем. Мы планировали, что этот эволюционный процесс займет многие десятилетия, однако два названных главных события привели к революционному наступлению Новейшей Эпохи, буквально катапультировав всех нас в Новейшее Время.

Сегодня особенно важны две ключевые характеристики Новейшей эпохи:

Многое постоянно и непредсказуемо меняется. Стабильны только изменения.

И нужно быть готовым только к одному – ко всему!

К счастью, мы относимся к тем профессиям, которые постоянно и каждый день работают с изменениями – ведь наши клиенты и пациенты стабильны только в своих изменениях.

Важно, когда психотерапия и консультирование немного опережают время. Тогда мы готовы к новым вызовам. Теперь кончилось мирное время, и все иное, включая наше прошлое, настоящее и будущее. Более того, наше настоящее, будущее и даже прошлое не определены и претерпевают много изменений. Может быть, для нас и не было более сложного времени для жизни.

Психотерапия и психологическое консультирование все более востребованы, рождается множество организационных форм и субспециальностей в нашей области, наши технологии широко используются как профессионалами, так и не профессионалами.

В первые двадцать лет XXI века наш мир жил в основном в пространстве Нового времени и Традиционной эпохи. Одни страны, семьи и граждане жили по законам и обычаям Нового времени, другие же сохраняли верность веками устоявшимся традициям. В эти десятилетия мы наблюдали и стали изучать признаки проявления новой реальности, не укладывающейся в границы Традиционной эпохи и эпохи Нового времени. Мы дали ей условное название – Новейшее Время или Новейшая Эпоха.

В ряде аспектов новая реальность связывается с процессами всеобъемлющей глобализации и цифровизации нашей жизни. Мы готовились к возможным последствиям этих процессов, и все же Новейшая Эпоха наступила неожиданно. Одиннадцатого марта 2020 года мир вступил в Новейшую Эпоху. Именно в этот день Всемирная организация здравоохранения объявила о том, что начавшаяся в Китае эпидемия новой коронавирусной инфекции COVID-19 приняла характер пандемии.

При этом особое беспокойство органов здравоохранения по всему миру вызывал тот факт, что последствия перенесённой инфекции пагубно сказывались в том числе и на состоянии психического здоровья и психологического благополучия не менее одной трети людей, перенесших заболевание. Эти нарушения до сих пор активно проявляют себя. Человек значительно изменился. Свою, ещё не до конца оценённую, роль в этом явлении сыграли и беспрецедентные ограничения свободы всех людей, как реакция государств на пандемию.

Прошло два года. И начавшийся выход из пандемии наполнил людей новыми надеждами. Только 24 февраля 2022 года началась специальная военная операция на Украине. На самом деле, военное противостояние между Россией и Украиной длилось уже 8 лет. События, развернувшиеся после 24 февраля, вызвали всплеск небывалой антироссийской реакции со стороны государств Западного мира, компаний, организаций и граждан. Эти действия были тщательно спланированы и умело организованы.

Обозначенные события дали начало процессам, которые можно расценивать как своеобразную социальную революцию, положившую начало Новейшей эпохе, которую мы также называем Новейшим Временем. У этой эпохи много характеристик, которым посвящены наши исследования и публикации.

Назовём лишь главные из этих новых характеристик:

- жизнь в пространстве, которое позволяет лучше адаптироваться к реальности;
- многое постоянно и непредсказуемо меняется, стабильны только изменения, важны гибкость и умение приспособиться и адаптироваться к постоянно меняющимся условиям жизни;
- для человека, семьи, группы, общества в целом важно избегать апперцепции и экстраполяции, уметь держаться светлой стороны жизни, в любых условиях стараться сохранять оптимистическую установку, стремиться к переживанию счастья и постоянному пребыванию в пространстве счастья.

Традиционная эпоха – это жизнь в мало меняющемся мире, где правят традиции, этика и мораль, накапливаются материальные ценности, сложилась устоявшаяся система мифов. А мифы, как известно, управляют людьми, семьями, государствами, всем обществом. В Новую Эпоху главными становятся достижения, результат, накопленное тратится на приобретение по возможности более качественных товаров и услуг. Мы легко получали, теперь нужно преодолевать множество препятствий, чтобы наслаждаться тем, что раньше легко давалось. А стоит ли оно того? Сформировалась своя система мифов. В Новейшую Эпоху главной становится адаптация к постоянно меняющимся условиям жизни, готовность тратить ещё не заработанное. Прошлое, настоящее и будущее неопределённо. Система мифов только складывается. Важны гедонистические мотивации жизни. И ещё ложь на уровне человека, семьи, государства в Традиционную Эпоху считалась недопустимым явлением. В Новое время порицалась. В Новейшую Эпоху ложь стала просто одной из технологий достижения поставленных целей.

Психотерапия – помогающая профессия. Мы осуществляем помощь нашим клиентам и пациентам вне зависимости от их пола, возраста, материального положения, вероисповедания, сексуальной ориентации, политических взглядов, состояния здоровья и других различий. Так, в первую волну пандемии COVID-19 российские психотерапевты работали на амбулаторном приеме и в стационарах, в том числе в красной зоне. А на призыв Комитета по волонтерству и добровольчеству Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги вызвались оказывать специализированную помощь 5 000 профессионалов. Во время второй волны пандемии оказывать волонтерскую помощь проявили готовность дополнительно 2 000 специалистов. Их работа была связана с риском как для здоровья, так и для жизни. К тому же она не оплачивалась. В это время сложилось целое движение, которые мы называем психологическим волонтерством.

Новая Российская психотерапия – яркое проявление интеграции в нашей области. Она активно формируется с 1980-х годов. У неё нет одного персонального основоположника. Есть инициаторы и ряд признанных специалистов, вносящих свой вклад в её формирование. Профессионалы новой Российской психотерапии работают с человеком, семьей, группой, обществом в целом. Причём занимаются как лечением, так и развитием своих подопечных.

Нами выделяется шесть моделей психотерапии: клиническая, психологическая, социальная, педагогическая, философская, эзотерическая. Клиническая модель непрерывно развивается с дореволюционных времён. С середины девяностых годов в ней выделилась и стала доминировать та её часть, которая может называться психиатрической моделью психотерапии. Эта модель развивается под присмотром психиатрии, внутри психиатрии, выполняя заказ психиатрии. Психотерапия рассматривается в качестве одного из дополнительных методов. Своё развитие она получила в рамках государственной психиатрии, и сейчас находится в пространстве глубокого кризиса, могущего повести к её распаду. В условиях сокращения психиатрии, психотерапия оказалась «непрофильным активом» и часто в первую очередь попадает под сокращение. Наша задача – задача психотерапевтического сообщества – помочь этой традиционной для нас модели психотерапии. Психологическая модель психотерапии декларирует работу со здоровыми людьми. Специалисты в этой области должны иметь полное образование по психологии, длящееся не менее семи лет в очном варианте. Кроме того, развивается психотерапия и в рамках клинической психологии. Клинический психолог занят диагностикой и может заниматься психотерапией. Таким образом, мы привели взгляд на психотерапию со стороны психиатров и психологов. Теперь подробно разберём достижения и перспективы тех, кто рассматривает себя в качестве психотерапевтов новой, широкой, социальной психотерапии.

Новая психотерапия следует четырёхчастной био-психо-социо-духовной парадигме понимания всех составляющих современного общества как живого социального организма. Образование специалистов новой школы осуществляется исходя из этой парадигмы и включает: теоретическое обучение, практику под супервизией, личную учебную терапию и учебную супервизию.

Профессионалы Новой психотерапии объединены в общественную специализированную организацию – Общероссийскую профессиональную психотерапевтическую лигу, а те, кто практикует за пределами государственных структур, имеют возможность вступить ещё и в Саморегулируемую организацию Национальная Ассоциация развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов».

Участники этих двух организаций имеют множество возможностей для профессионального совершенствования, роста, непрерывного повышения квалификации и творчества в области психотерапии; располагают всеми условиями для получения дополнительного образования, аккредитации, допуска к профессиональной деятельности, а также доступом ко всем прочим аспектам регулирования этой деятельности, не выходя за пределы профессионального сообщества.

С нашей точки зрения, для психотерапии больше всего подходит такая форма организации и функционирования, как саморегулирование. В Федеральном законе от 01.12.2007 N 315-ФЗ (ред. от 03.08.2018) «О саморегулируемых организациях» саморегулирование определяется как самостоятельная и инициативная деятельность, которая

осуществляется субъектами предпринимательской или профессиональной деятельности и содержанием которой являются разработка и установление стандартов и правил указанной деятельности, а также контроль над соблюдением требований указанных стандартов и правил.

Саморегулирование в соответствии с данным Федеральным законом осуществляется на условиях объединения субъектов предпринимательской или профессиональной деятельности в саморегулируемые организации. Основная идея СРО – переложить контрольные и надзорные функции за деятельностью субъектов в определённой сфере с государства на самих участников рынка. При этом с государства снимаются явно избыточные функции и, как следствие, снижаются бюджетные расходы, а фокус собственно государственного надзора смещается с надзора за деятельностью в сторону надзора за результатом деятельности. В связи с внедрением института СРО постепенно планируется отменять лицензирование отдельных видов деятельности. Лицензирование в области психотерапии отменяется и заменяется аккредитацией специалистов. Причём аккредитационную деятельность в полном объёме уже проводит наша Саморегулируемая организация.

Новая психотерапия располагает широким инструментарием: от ежедневной саморегуляции и сопровождения человека в его жизни, до построения персонального будущего человека, будущего его семьи и даже грядущих поколений. Новая школа предлагает множество вариантов помощи человеку, группе, семье, обществу в их лечении и развитии. Напомню, что классические школы занимаются исключительно лечением человека. Новая школа располагает множеством языков для понимания как больного, так проблемного и здорового человека, семьи, группы. Классические школы используют язык психиатрии для понимания болезни и действующую статистическую классификацию болезней и причин смерти.

Важнейшей особенностью современной психотерапии является чёткое понимание ею того факта, что для развития и даже простого выживания всего человечества нам сейчас как никогда важен тренд движения от человека разумного к человеку духовному. Человек разумный, всё больше адаптируясь к жизни на земле, стал буквально разрушать нашу планету. Девиз нашей Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги – «Ab homine sapientis ad hominem spiritualium» («От человека разумного – к человеку духовному»). Классические школы при этом остаются в границах медицины и клиники; сегодня психотерапией вновь заинтересовались неврологи и другие специалисты врачебных специальностей.

Современная психотерапия уже доказала свою эффективность при небольших затратах на лечение при психических расстройствах, зависимостях, сексуальных проблемах, психосоматических нарушениях и возрастных кризах; а также в работе с семейными дисгармониями, депрессиями, пониженной эффективностью в самореализации. Современная психотерапия – эффективное пространство лечения и развития.

Итак, в истории отечественной психотерапии мы можем чётко выделить три периода её развития. Сначала это была одна школа, основанная ещё до революции, затем добавились три школы, сложившиеся в Советское время, и, наконец, ещё одна школа, получающая своё развитие уже на закате советской эпохи и продолжающая своё формирование до настоящего времени. Эту складывающуюся школу мы называем Новая, широкая школа социальной психотерапии. Такая психотерапия, несомненно, является новым явлением не только для нашей страны, но и для большинства стран мира – как для стран, где психотерапия развита, так и для стран, где она только зарождается, или находится на начальных этапах развития.

В последние десятилетия наша любимая профессия бурно развивается, сохраняя и развивая свои традиции. Мы вышли на другой уровень новой, широкой психотерапии. Психотерапией сегодня занимаются и психотерапевты, и клинические, медицинские психологи, и практические психологи, и психологи-консультанты, а ещё – коучи и медиаторы. С каждым месяцем растёт количество людей, обращающихся за нашей помощью и поддержкой; каждый год рождаются новые методы; расширяется общественное признание нашей профессии. Все это явно свидетельствует о постоянном росте профессионализма и эффективности нашей работы. Набирает силу и процесс объединения психотерапевтов внутри страны. Да и признание профессиональными сообществами Европы, Азии, Всемирным Советом по психотерапии является нашим очевидным успехом, к которому мы шли три десятилетия!

Сегодня важно объединить усилия психотерапевтических и психологических сообществ, занятых психологической помощью. Как психотерапевтическую, так и психологическую помощь мы рассматриваем как области, где работают специалисты различного уровня компетенций. В психотерапии главная фигура – психотерапевт, в психологии – психолог. Только это не единственные специалисты, занятые в этих профессиях. Так, нами разработан профессиональный стандарт по психологическому консультированию. С нашей точки зрения, психологическое консультирование – это психотерапия психически здоровых людей. В такой помощи нуждается все больше людей, и нам важно быстро подготовить необходимое количество практикующих профессионалов. В области психологии можно выделить три группы работающих специалистов: теоретики, академические преподаватели и практикующие специалисты. Теоретики работают в научно-исследовательских учреждениях, академические преподаватели – на психологических факультетах больших университетов, тогда как практики сосредоточены во множестве ведомств и в частной практике. Последних – десятки и десятки тысяч. И нам важно объединять усилия в нашей работе, в том числе в разработке директивных документов разного уровня. И мы готовы к такому объединению и постоянно ищем сотрудничества.

Прямо перед началом пандемии мы провели экспертный опрос показавший, что на этот период оказывали помощь от 63 до 65 тысяч человек. Причем из них перед пандемией чуть больше 20% работали в государственных структурах – 29% с небольшим в не государственных организациях и 50,5% занимались частной практикой. И многие профессионалы и объединяющие их организации зачастую готовы к сотрудничеству в разработке директивных документов регулирующих деятельность в области оказания психологической помощи.

По нашей оценке, в настоящее время наиболее актуальной задачей на фоне серьезного негативного влияния психологических последствий пандемии Ковид-19 и специальной военной операции на Украине, является решение проблемы быстрой подготовки большого количества профессионалов, обладающих необходимыми знаниями и компетенциями для работы именно с этой узкой группой специфических психологических нарушений.

Всё, что сейчас особенно важно сделать, это оперативно принять государственную программу по массовой переподготовке этих кадров под конкретную задачу. Такая программа могла бы включать в себя следующие ключевые компоненты:

1. Образовательную программу, профессиональной переквалификации по психологическому консультированию в чрезвычайных ситуациях разработанную с привлечением обладающих соответствующим опытом и знаниями практикующих специалистов.

2. Систему центров дополнительного профессионального образования и переподготовки для обучения по новой образовательной программе большого числа специалистов.

3. Центры оценки квалификаций, которые проводили бы независимую оценку квалификации прошедших подготовку и переподготовку по новой образовательной программе специалистов и осуществляли бы их допуск к профессии.

И ещё один важный аспект. Многие специалисты за пределами психотерапии и психологического консультирования активно используют помогающие пси технологии. А ведь это наша область. И важно понимать, как мы будем делиться пси-технологиями, обучать им других профессионалов помогающих профессий, в том числе врачей, учителей.

Сегодня мы вновь находимся в начале пути, и полностью посвящаем себя нашей работе! Мы профессионально совершенствуемся, растём и развиваемся в течение всей жизни, учимся и передаём свой опыт. У нас есть все основания с оптимизмом смотреть в будущее! Мы понимаем, что востребованность нашей профессии постоянно растёт, и ещё далеко не весь наш потенциал раскрыт перед обществом нашей страны и, конечно, востребован государством! И каждый год приносит нам всё новые результаты.

Теперь мы самостоятельно регулируем многие аспекты нашей профессиональной жизни, наши профессиональные ассоциации и Национальная саморегулируемая организация Ассоциация развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов» постоянно вносят новый, все более ощутимый вклад в развитие нашей специальности.

Перед нашим сообществом поставлено множество новейших вызовов. И мы, несомненно, с честью справимся с ними!

Дорогие коллеги! Мы очень многое сделали, прошли большой путь и очень много добились. Впереди у нас огромная работа каждого нашего дня и всей нашей жизни. И мы с оптимизмом смотрим в наше будущее! Наше профессиональное будущее теперь создаем мы сами!

THE NEWEST ERA AND THE PATH OF PSYCHOTHERAPY: WE ARE PEOPLE OF HEROISM, AND THE TIME OF HEROISM HAS COME

Makarov V.V., PPL President, Moscow, Russia

ПРОРЫВ В ПРОФЕССИИ И ЛИЧНОЙ ЖИЗНИ: ОБУЧАЮЩАЯ ЛИЧНАЯ ТЕРАПИЯ В ДЕЙСТВИИ

Арефьева Зульфия, семейный системный психолог, коуч, преподаватель, методолог, аккредитованный Личный терапевт-адвайзер, сертифицированный супервизор, Действительный член ОППЛ, полимодальный психотерапевт, аккредитованный СПО «Союз психотерапевтов и психологов».

Аннотация. В статье рассматривается важность личностного и профессионального роста для психологов и преимущества участия в групповых обучающих программах. Автор описывает свой опыт участия в онлайн-группе для личной терапии и последующей работе в качестве руководителя и коуча групп. Также подчеркивается положительное влияние группового обучения на коллег и клиентов, включая улучшение эффективности и динамики работы в группе. Статья подчеркивает важность самоухода и избегания выгорания в области психологии и заканчивается благодарностью автора ее наставникам, коллегам и семье за поддержку и влияние на ее профессиональный путь.

Ключевые слова: личный и профессиональный рост, обучающая групповая терапия, персональная терапия, обучение, супервизия, самосознание, самосовершенствование, психотерапия, консультирование, психическое здоровье, развитие карьеры, выгорание, самозабота и профессиональный успех.

Я и не заметила, как пролетели три года с тех пор, как я стала самостоятельно вести группы Обучающей личной терапии для специалистов помогающих профессий. Случилось это после первой аккредитации в качестве Обучающего личного терапевта ОППЛ.

Обучающая личная терапия – это вид комплексного психотерапевтического процесса, направленного на познание личности представителя помогающих профессий, повышения качества его работы и профилактики профессионального

«выгорания». Обучающая личная терапия (син. тренинговая терапия, учебная терапия, самопознание для психотерапевтов, личностная терапия) является неотъемлемой частью психотерапевтического образования.[1]

Настало время подвести некоторые итоги, оглянуться и увидеть, что произошло со мной и с участниками моих групп ОЛТ за это время, проанализировать и понять, куда двигаться дальше.

Удивляет и радует, что самая первая моя группа до сих пор со мной. И более сплоченной группы, с которой мы вместе прошли такие вызовы, как пандемия, СВО, стихийные бедствия, личные и профессиональные кризисы, в моей практике пока не было. У нас даже родился «сын полка» за это время! До сих пор мы встречаемся 2 раза в месяц и оказываем постоянную поддержку друг другу в чате.

Всего за 3 года я провела 9 групп ОЛТ. Сначала – по 7-9, сейчас по 13-15 участников работают в закрытой группе в течение 6 месяцев.

Каждая группа ОЛТ обладает своим уникальным характером, индивидуальной групповой динамикой, которая запускает собственные неповторимые процессы.

Были группы, в которых стадии групповой динамики проходили заметно, этап агрессии был ярко выражен, что требовало больше устойчивости и ресурса от меня, как от ведущего. [2]

Но, в основном, коллеги конструктивно проходят кризисы и воспринимают их, как возможность более глубоко познать себя и проработать обнаруженные блоки, возникающие в процессе коммуникации в группе. Ведь, по сути, участники отражают наших потенциальных клиентов и наше общество.

Именно в процессе прохождения групповой динамики, участник может осознать и почувствовать на эмоциональном и телесном уровнях, собственные реакции на поведение и мысли других коллег. В чем-то согласиться, получить новые идеи и озарения, понять и очертить свои границы, осознать блоки на работу с определенными темами, ограничения на контакт с некоторыми типами клиентов.

Роль ведущего в группе ОЛТ достаточно значима и в то же время, она больше партнерская, на мой взгляд, чем руководящая. С каждой группой я чувствую, что расту сама.

Полимодальность группы дает возможность увидеть новые грани нашей профессии, обобщить опыт коллег, стаж которых зачастую больше, чем у ведущего. В составе группы психиатры, врачи, психологи с опытом предыдущей работы в других отраслях (экономисты, инженеры, педагоги...). Каждый приходит в работу со своим багажом и убеждениями, профессиональными навыками, со своим запросом.

Это также обогащает группу и отражает реальный социальный срез общества, а также проблемы наших клиентов. Вся работа в группе ведется, в конечном итоге, ради более эффективной помощи потенциальным клиентам, людям, обратившимся за психологической помощью. И, что важно, помощь специалистами должна быть оказана профессионально, но без выгорания и отказа от полноценной жизни ими самими.

Хочется еще остановиться на результатах, которые получают кандидаты – выпускники групп ОЛТ. Не менее половины из них повышают квалификацию и аккредитуются на обучающих личных терапевтов, супервизоров, часть поступают в магистратуру, осваивают новые направления психотерапии. Многие успешно вышли в практику, повысили свой доход, начали вести свои группы. И это самое приятное – наблюдать за профессиональным ростом своих выпускников, радоваться их успеху.

Конечно, за это время было несколько человек, которые ушли из групп в самом начале курса. Причины самые разные: кому-то не подошел формат ведения курса или его ведущий, а кто-то осознал, что не готов уходить со стабильной работы и начинать психологическую практику. Считаю, что это тоже важный результат участия в группе, когда коллега своевременно может прочувствовать свои истинные потребности и не тратить многие годы на то, что не пригодится им в жизни.

Сама я получила свой замечательный клиентский опыт в группе ОЛТ у Председателя Комитета Обучающей личной терапии ОППЛ Екатерины Макаровой. Уверена, что каждому специалисту, прежде чем начать вести свою группу, важно пройти курс в качестве участника. Это помогает на всех уровнях прочувствовать изнутри смысл, ценность, полезность полученных знаний и тех ценностей, который он несет. Понять суть этапов групповой динамики: псевдо- и истинной сплоченности, агрессии, продуктивной работы, близости участников.

Увидеть, насколько ведущий может быть устойчивым в разных ситуациях, когда есть сопротивление, «громкое молчание», попытка «захватить власть» и многие интересные процессы, без которых в группе нет жизни и роста.

За эти три года я также профессионально «выросла»: прошла аккредитацию в СПО «Союз психотерапевтов и психологов», обучилась, аккредитовалась и сертифицировалась, как супервизор и вышла на новый уровень, которым горжусь: Обучающий личный терапевт-адвайзер ОППЛ. Хочется отметить качество обучения на адвайзеров и выразить большую благодарность создателям и преподавателям данного проекта.

Мой адвайзер – Галина Анатольевна Макарова, и мне очень нравится ее формат и стиль ведения группового адвайзинга. Очень динамично, живо и полезно. Благодаря этому опыту мои Мастермайнд-группы, которые я еженедельно провожу среди коллег стали еще более эффективными и динамичными.

Из нового, начинаю вести группу ОЛТ в коуч-подходе для тех коллег, которые уже прошли первый курс на 50 часов и хотят продолжить развитие, осознать и приблизить свою профессиональную или карьерную цель. Здесь фокус внимания каждого участника группы будет на его собственной профессиональной задаче, которую он поставит, проверит на экологичность и истинность, затем построит самый подходящий индивидуальный план движения к ней.

В ходе курса участники пройдут диагностику на блоки и ограничения, проработают и утилизируют их, и без психотерапии здесь не обойтись. А потом найдут самое ресурсное эмоциональное состояние, «лучшую версию себя»,

самую адекватную самооценку для достижения поставленной цели. И, конечно, все упражнения и техники будут доступны для понимания и использования в дальнейшей практике.

Эта увлекательная работа в группе с коллегами, по моим наблюдениям, приводит к настоящему прорыву в разных сферах жизни, а не только в профессии, чего часто не хватает психологам и приводит к выгоранию или профессиональной деформации. Хочется вспомнить слова песни, «... где мерилом работы считают усталость». Именно это я порой наблюдаю у коллег, которые летят, как на сигнал SOS и, спасая души клиентов, не заботятся о себе, обесценивают свой труд и жертвуют личной жизнью.

Хочется завершить статью огромной благодарностью Судьбе и моим Учителям, за то, что встретились на моем пути и оказали огромное влияние на меня, как профессионала. Это Николай Николаевич Обозов, Ольга Березкина, Наталья Крушная, Мария Демина, Константин Дуплищев, Инга Викторовна Румянцева, Денис Федоряка, Инна Казимировна Силенок, Екатерина Макарова, Галина Анатольевна Макарова, Владимир Слабинский, Инга Юрьевна Калмыкова, Анастасия Гильманурова, Елена Гладикова, Константин Раловец, Павел Пискарев, Мария Буклис, Юрий Жирнов и, конечно, мои дорогие коллеги, участники и выпускники групп ОЛТ, супервизии и обучающих тренингов. Благодарю всех вас за знания, опыт, щедрость и служение Миру!

Большое спасибо моей семье за всемерную поддержку в освоении новой профессии, за постоянную техническую и практическую помощь, без которой мне было бы гораздо труднее работать и получать удовольствие от жизни.

И я иду с вами дальше. Следующий шаг – реаккредитация Обучающего личного терапевта ОППЛ, чтобы продолжить работу, которую я считаю лучшей.

Список литературы

1. Сайт ОППЛ, раздел Комитета по обучающей Личной терапии, <https://oppl.ru/komitetyi/komitet-po-lichnoy-terapii.html>.
2. Ялом И. Групповая психотерапия: теория и практика. Пер. с англ. - М.: Апрель Пресс, Издательство Института психотерапии, 2005 г.

BREAKTHROUGH IN THE PROFESSION AND PERSONAL LIFE: EDUCATIONAL PERSONAL THERAPY IN ACTION

Arefyeva Z., systemic family psychologist, coach, educator, methodologist, accredited Personal Therapist-Advisor, certified supervisor, Full member of the League of Professional Psychotherapists, polymodal psychotherapist, and accredited member of the Union of Psychotherapists and Psychologists SRO.

Annotation. The article discusses the importance of personal and professional growth for psychologists and the benefits of participating in group learning experiences. The author describes her experience as a participant in an online learning group for personal therapy and her subsequent work as a group supervisor and coach. She also highlights the positive impact that group learning has had on her colleagues and clients, including improved effectiveness and dynamism in group work. The article emphasizes the importance of self-care and avoiding burnout in the field of psychology, and concludes with the author expressing gratitude to her mentors, colleagues, and family for their support and influence in her professional journey.

Keywords: personal and professional growth, group training therapy, personal therapy, training, supervision, self-awareness, self-improvement, psychotherapy, counseling, mental health, career development, burnout, self-care, and professional success.

ПРОБЛЕМАТИКА СУПЕРВИЗИИ НА СЕГОДНЯ

Баженова И.А., психолог, личный терапевт ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ, действительный член и преподаватель ОППЛ, ведущий преподаватель международного института практической психологии и психотерапии «Интеграция».

Аннотация. В данной статье рассматривается актуальная проблематика, существующая в пространстве супервизии в настоящее время, и предлагаются возможные пути решения сложившейся ситуации с целью целостного формирования супервизионных процессов как поддержки профессионального сообщества в росте и развитии специалиста.

Ключевые слова: супервизия, проблематика, рост специалиста, поддержка профессионального сообщества, супервизионная группа, супервизор, начинающий специалист, сложности, инструменты, практики, практические конференции, личность специалиста, клиент-терапевтические отношения.

Цель данной статьи – обозначить проблематику супервизии на сегодня с точки зрения профессионального сообщества, активно участвующего в супервизионных процессах, и обозначить возможные пути решения сложившейся ситуации в пространстве супервизии.

Прежде чем обозначить проблематику супервизии на сегодня, вспомним, что цель супервизии, в первую очередь, – это повышение профессионального уровня участников супервизионной группы и поддержка профессионального сообщества. Рост специалиста, рассматривающего свои случаи на супервизии, происходит в первую очередь за счет супервизирования динамики клиент-терапевтических отношений и процессов самого специалиста. Это позволяет, при регулярном участии в супервизии, видеть, как меняется и развивается личность специалиста и формировать возможные точки роста и развития.

Проблематика в пространстве супервизии, которую я вижу и которая отчетливо проявляется в формировании и развитии супервизионных групп, заключается в том, что супервизия воспринимается многими специалистами, как начинающими, так и уже имеющими опыт в практике, как пространство, необходимое для работы со сложностями и затруднениями, которые возникают в работе с клиентами. То есть супервизируются в первую очередь случаи, когда специалист сталкивается с определенной сложностью в работе с клиентом и рассмотрению этих случаев в процессе выбора заявки отдается приоритет. В итоге, случаи со сложностью рассматриваются в первую очередь, при этом вытесняется и игнорируется проблема роста специалиста, заключающаяся в супервизировании динамики клиент-терапевтических отношений и процессов самого специалиста, когда специалист приходит на супервизию, чтобы посмотреть, как меняется и развивается его личность. Но этого не происходит, так как есть парадигма, в которой супервизируются сложные случаи, вызывающие затруднения.

В результате, мы можем наблюдать следующие процессы, распространенные в формировании и существовании супервизионных групп. В открытые супервизионные группы приходят начинающие специалисты, для которых каждый клиент и каждая новая консультация вызывает сильные переживания и затруднения. И их случаи, как приоритетные по эмоциональной включенности, рассматриваются в первую очередь. Кроме того, более опытные коллеги добровольно снимают свои заявки с рассмотрения, уступая место начинающим специалистам. Спустя какое-то время на открытые супервизионные группы приходит следующая плеяда новичков-специалистов, и в приоритете начинают рассматриваться уже их случаи. Как следствие, более опытные коллеги постепенно покидают эту супервизионную группу, уступая место новым участникам и лишаясь пространства для разбора собственных процессов и динамики клиент-терапевтических отношений.

Помимо частной практики и проведения супервизионных групп, я работаю ведущим преподавателем образовательных программ по психологическому консультированию и телесно-ориентированной психотерапии в международном институте практической психологии и психотерапии «Интеграция». В нашем институте много супервизионных групп, и мы заметили эту тенденцию.

Мы собрали статистику по супервизионным группам в рамках института «Интеграция», и была выявлена следующая тенденция. За 2021 и 2022 год в пространстве института было проведено 183 супервизии. Среднее количество участников на одной супервизии – 14 человек. Регулярность посещений – 30%, то есть 30% участников посещают супервизии регулярно. Мы провели опрос среди участников, которые ходят на супервизии, и один из вопросов звучал так: «Зачем, с какой целью вы ходите на супервизию?». 70% участников ответили на этот вопрос: «С целью супервизировать случай, который вызвал затруднения». 30% признались, что для них супервизия – это возможность поддержки профессионального сообщества, профессионального роста и ощущение своей сопричастности ему.

При этом, конечно, следует учитывать, что у нас в институте именно обучающий процесс и большинство участников супервизионных групп – это слушатели наших программ. Но, тем не менее, могу сказать по личному опыту и по мнению коллег, подобная тенденция наблюдается и в других супервизионных группах.

Какое решение данной проблематики, проявившейся в супервизионном пространстве, может быть? Во-первых, это создание закрытых супервизионных групп, где есть возможность регулярно супервизировать процесс работы с клиентом не только с целью разобрать затруднения, а, в первую очередь, чтобы супервизировать развитие клиент-терапевтических отношений, и процесса роста и изменения специалиста. Во-вторых, это регулярное проведение практических конференций по супервизии, в программе которых выступления и доклады сертифицированных и аккредитованных супервизоров как полимодальных, так и частных модальностей, дискуссии, круглые столы на актуальные темы в пространстве супервизии и, конечно, возможность участия в супервизиях. Такие регулярные практические тематические конференции позволят не только сформировать со временем единое пространство супервизии, но и показать объем и масштаб в сфере супервизии, показать, какое количество полимодальных супервизоров и супервизоров отдельных модальностей есть. В-третьих, это трансляция в профессиональном сообществе идеи о том, что супервизируется именно личность специалиста, а не затруднение и не инструменты работы. И, конечно, восприятие супервизии именно как социальной функции, направленной на рост, развитие и поддержку специалистов помогающих профессий. Кроме того, решить этот вопрос поможет увеличение количества супервизионных групп и доступность супервизии по цене. Проблематика этого момента проявляется в том, что многие специалисты путают супервизию как социальную функцию со статусом и, как следствие, не проводят группы, если они им не выгодны, хотя финансовая прибыль вообще не входит в задачи супервизии. Супервизия – это в первую очередь социальная функция, направленная на рост, развитие и поддержку специалистов помогающих профессий.

В заключение хочу сказать, что проблематика супервизии на сегодня, озвученная в данной статье, – это естественный процесс связанный, в том числе, с постепенным формированием единого пространства супервизии. Предложенные выше пути решения этой проблемы, при совместной постепенной и последовательной реализации, позволят целостно формировать супервизионные процессы именно как поддержку профессионального сообщества в росте и развитии специалиста.

THE ISSUES OF PSYCHOTHERAPY SUPERVISION TODAY

Bazhenova I.A., psychologist, personal therapist of PPL (Russian Professional Psychotherapeutic League), full member, official teacher and accredited supervisor of PPL, lead teacher in the International Institute of Practical Psychology and Psychotherapy «Integraciya».

Annotation. The article considers acute issues of psychotherapy supervision and suggests possible ways of solving the current situation. The goal is holistic formation of supervisory processes as support for the professional community in the growth and development of a specialist.

Key words: supervision, issues, specialist's growth, professional community support, supervisory group, supervisor, novice specialist, difficulties, tools, practices, practical professional conferences, specialist's personality, psychotherapeutic relationship.

КРИЗИСНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ПСИХОТЕРАПИЯ

Блюфарб Н.М., медицинский психолог/ Кризисный психолог, ЛДМЦ «АКСИС», Москва, Россия.
dr.nblufarb@gmail.com

Аннотация. В статье раскрывается понятие кризисная психология и профессия кризисный психолог. Рассматриваются виды травм, с которыми работает кризисный психолог, техники и алгоритм работы. Особое внимание уделяется алгоритму работы с посттравматическими стрессовыми событиями ввиду сложившихся политических событий.

Ключевые слова: кризисная психология, экстренная помощь, пострадавшие, психотерапия

Чрезвычайные ситуации получают в современных социально-политических условиях все более широкое распространение. Все чаще взрослые и дети попадают в условия техногенных катастроф, стихийных бедствий, подвергаются насилию, становятся заложниками и жертвами терактов.

Это во многом объясняет интерес к психологии экстремальных ситуаций, неуклонно растущий в современном мире среди политиков, социологов, философов и практикующих психологов.

Кроме того, можно сказать, что нет ни одного человека, который не проживал бы кризисных периодов. Возникновение кризисов обусловлено как закономерностями психического развития человека, так и различными жизненными событиями.

Для психологов главным является наблюдение тех изменений – и негативных, и позитивных, – которые происходят с человеком, переживающим кризисное или экстремальное событие, разделяющего его жизнь на «до» и «после».

Кризисную психологию можно считать относительно новой областью психологической науки и практики, предметом которой является воздействие экстремальных ситуаций и утраты близкого на психику человека, а одной из важнейших целей – поиск эффективных методов оказания социально-психологической помощи личности в кризисе.

Работы с психологической травмой – это особая специализация практикующего психолога.

Зачастую такая работа отличается от обычного психологического консультирования и психотерапии, так как в подобной работе психолог сталкивается с нарушениями глубинных психических функций, которые обычно не связываются пострадавшим человеком (клиентом) с травматическим событием.

Такие, казалось бы, обыденные явления как бессонница, проблемы в отношениях, вредные привычки и страхи, частые головные боли могут быть как следствием обычных психологических проблем, так и последствиями шоковой травмы.

Именно поэтому психолог, работающий с травмой, обучается этой специализации отдельно, нередко уже имея достаточный опыт и практику в работе с другими психологическими проблемами. Специфичны также и методы и стратегии работы с последствиями травмы.

Далеко не каждый человек, даже не каждый дипломированный психолог, может стать кризисным психологом-практиком. Определяющим фактором в профессиональной деятельности психолога-практика в первую очередь является формирование у них необходимых профессионально-значимых качеств.

Среди основных требований, предъявляемых к психологу кризисной службы:

- Высокая квалификация (профессиональная компетентность)
- Психологическая проработка собственного травматического опыта
- Оптимизм
- Позитивная картина мира
- Профессионализм, выражающийся прежде всего в эмпатии, конгруэнтности и безоценочном принятии клиента.

Кризисные психологи востребованы в настоящее время в разных организациях: центры психологической помощи, учреждениях социальной сферы и сферы здравоохранения, спасательные службы и др.

Кризисный психолог работает в основном с кризисными периодами в жизни человека. Нет ни одного человека, который не проживал бы кризисных периодов. Возникновению кризисов обусловлено как закономерностями психического развития человека, так и различными жизненными событиями.

Психодиагностика, психотехники воздействия и процедура оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях имеют свою специфику.

В частности, психодиагностика в экстремальных ситуациях имеет свои отличительные особенности. В условиях из-за нехватки времени невозможно использовать стандартные диагностические процедуры.

Кризисный психолог оказывает помощь в следующих ситуациях:

- Психологическая помощь в экстремальных условиях
- Возрастные кризисы

- Суицидальное поведение
- Психотравмирующее событие
- Психологическая помощь в ситуации утраты
- Психологическая помощь в ситуации насилия
- Консультирование при стрессе
- Психологическая помощь при ПТСР
- Психопрофилактика вторичной травматизации

Основные задачи, стоящие перед терапевтом – это восстановление чувства безопасности у пациента, и дестабилизация психотравматических воспоминаний. Для этого терапевт использует ряд психологических техник, таких как, мышечная релаксация (мышечная релаксация по Джекобсу), психологическое консультирование, техники арт-терапии, психотерапия пациента, страдающего ПТСР, применение технологий нейролингвистического программирования, психокоррекционные техники и методы в работе со страхом, тревогой, обидой, техники безопасной проработки травмирующего события (ДПДГ).

Психологическая помощь происходит в основном при непосредственном контакте. Главная часть встречи – исповедь, во время которой клиент имеет возможность «выговориться». От того, насколько удачно прошел этап знакомства и организации пространства, зависит наполненность повествования клиента. Не менее 2/3 от времени встречи должно быть предоставлено клиенту для его монолога. В задачи же консультанта входит, не нарушая ход повествования, организовать его. Сама по себе исповедь имеет психотерапевтическое значение и содержит в себе элементы катарсиса.

Психологическая работа подразумевает под собой не просто диалог двух субъектов, где психолог и клиент принимают друг друга, но некое взаимопроникновение двух целостностей, каждая из которых не подлежит делению на тело, душу и дух. Взаимопроникновение, взаимодействие психолога и клиента специфично. Психолог ориентируется не на содержание текста монолога клиента, а скорее на личный драматический опыт, переживаемый клиентом.

Кризисный психолог вносит в работу с клиентом собственное мировоззрение. Если психолог склонен навязывать свою точку зрения, то это может привести к неспособности слышать клиента, что разрушит ситуацию в взаимодействия. Психолог не должен начинать работу с предвзятыми идеями о том, как должен быть устроен мир его клиента. Практическая работа специалиста – это работа с конкретной индивидуальностью человека. В том числе и с собственной индивидуальностью – составной частью его профессиональной позиции.

Работа практического психолога определяется, прежде всего, системой применяемых психотехник. Иными словами, превалирующая роль отводится психологическому и психотерапевтическому, а также психокоррекционному и психодиагностическому инструментарию.

Психолог должен владеть значительным количеством разнообразных алгоритмов и уметь комбинировать эти алгоритмы в самых разнообразных вариантах в зависимости от обстоятельств его деятельности. Деятельность практического психолога сродни искусству, а творчество – это его профессиональная обязанность. Психолог должен быть готов любой момент импровизировать, жонглируя приемами, по ходу дела модифицируя упражнения и изобретая новые, следуя за клиентами и решая вместе с ним задачи.

Для оказания комплексной помощи людям, пережившим тяжелые жизненные ситуации, созданы специализированные кризисные службы, к которым относятся:

- 1) кризисные центры;
- 2) убежища и приюты для пострадавших от насилия;
- 3) центры экстренной психологической помощи по телефону и др.

Специалисты в области кризисной психологии и психотерапии (И.А. Алексеева, 2005; А.Г. Амбрумова, 1980; И.Г. Малкин-Пых, 2010) выдвигают следующие принципы организации кризисной службы:

- 1) доступность помощи
- 2) разные формы оказания помощи («телефон доверия», очные индивидуальные консультации, семейное консультирование и групповая работа)

3) командный подход в работе специалистов

4) конфиденциальность обращений

За последнее десятилетие в России было открыто немало кризисных центров для женщин.

Основными задачами Центра являются:

- * оказание социальной, психологической, юридической и иной помощи;
- * социальная реабилитация членов семьи;
- * оказание помощи в решении конфликтных ситуаций в семье;
- * осуществление социального контроля над поведением членов семьи, совершивших насилие в семье;
- * предоставление убежища пострадавшим от насилия членам семьи;
- * создание необходимых условий для обеспечения максимально полной социально-психологической реабилитации и адаптации женщин в обществе, семье;
- * привлечение различных государственных органов и общественных объединений к решению вопросов социальной помощи женщинам.

Существуют и кризисные центры, направленные на оказание помощи мужчинам, детям, подросткам, пожилым людям.

В настоящее время, в связи со сложившимися событиями в мире, особое внимание стоит уделить посттравматическому стрессовому расстройству (далее ПТСР). ПТСР понимается исследователями как затяжная или отсроченная по времени реакция человека на психотравмирующее событие, чрезвычайную ситуацию.

ПТСР – аномальный вариант проживания психотравмы, заикливания на ней вместо нормального переживания и выздоровления. ПТСР создает необратимые изменения в физиологическом, психическом, личностном, профессиональном, межличностном и социальном аспекте жизни человека.

Истощение адаптационных возможностей приводит к появлению негативных изменений в психическом состоянии человека.

При переживании травматического события обнаруживаются следующие симптомы:

- * бессонница или прерывистый сон
- * раздражительность или вспышки гнева
- * нарушение памяти и концентрации внимания
- * сверхбдительность
- * преувеличенное реагирование – при малейшем шуме, стуке и т. п. Человек вздрагивает, бросает в жар, громко кричит и т. д.

Психотерапия пациента, страдающего ПТСР, в зависимости от выраженности его психологической дезадаптации, может продолжаться от 1 месяца до нескольких лет.

Работа с клиентом с ПТСР включает в себя помощь в рассказе о травматических событиях, предоставление возможности выразить негативные чувства, переживания и стремление облегчить их воздействие.

Анализ воздействия на человека различных кризисных ситуаций – утраты, насилия, личного кризиса, риска суицидального поведения – показал, что он и требуют от специалистов оказания высококвалифицированной психологической помощи. Причем помощи с обязательным учетом специфики как самой кризисной ситуации, так и того этапа переживания кризисной ситуации, на котором находится пострадавший.

В терапии целителен сам процесс, сам контакт. И это очень интересно и творчески, поскольку дает «родиться в терапевтическое пространство контакта» инсайтам (открытиям) и отношениям с реальностью.

Каждый терапевтический ход должен рождаться из актуальной потребности, а не из идеи о методе и запасе техник. Быть живым – самая новая, творческая вещь, самое необходимое условие работы.

Таким образом, оказание эффективной помощи клиентам с ПТСР требует от специалистов рефлексивного анализа собственных представлений, возможностей, границ помощи, а также соблюдения принципов и приемов психогигиены.

Список литературы

1. Биткина, Н.Н. Практикум по психологии посттравматического стресса: учебное пособие/ Н.Н. Биткина. -Оренбург: ФГБОУ ВПО ОГУ, 2011.-166 с
2. Драпак, Е.В. Нейролингвистическое программирование: учеб. пособие / Е.В. Драпак.- Ярославль: ЯрГУ, 2014. -104 с.
3. Жариков, Н.М., Тюльпин, Ю.Г. Психиатрия: Учебник / Н.М. Жариков, Ю.Г. Тюльпин – М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 200.- 550 с.
4. Кора,Н.А. Психология экстремальных и критических ситуаций: сборник учебно-методических материалов для направления подготовки 37.04.01./ Н.А. Кора. – Благовещенск: Амурский гос. Ун-т, 217 – 57 с
5. Линде, Н.Д. Эмоционально-обратная терапия. Теория и практика. Учебное пособие для студентов вузов, психологов-практиков/ Н.Д. Линде. – М.: Московский гуманитарный университет, 2004.-255 с.
6. Малкина-Пых, И.Г. Экстремальные ситуации/ И.Г. Малкина-Пых- М.: Изд-во Эксмо, 2005-960
7. Павлов, И.С. Психотерапия в практике: технология психотерапевтического процесса / И.С. Павлов. – М.: Академический проект; Культура, 2017. – 609 с.
8. Пезешкиан, Н. Психосоматика и позитивная психотерапия / Н. Пезешкин. – М.: Институт позитивной психотерапии, 2006. – 464 с.
9. Пономарева И.М. Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие. – СПб.:СПбГИПСР, 2014
10. Решетников, М.М. Психологическая травма: учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры/ М.М. Решетников – 2-е изд.-М.: Издательство Юрайт, 2018. – 200 с.
11. Старшенбаум, Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия / Г.В. Старшенбаум. – М.: «Когито- Центр», 2005.- 220 с.
12. Шапиро, Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз: Основные принципы, протоколы и процедуры / Ф. Шапиро Пер. с англ. А.С. Ригина – М.: Независимая фирма «Класс», 1998.-370 с.

CRISIS PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY

Blufarb N.M., Medica (clinical) Psychologist / Crisis Psychologist TDMC AKSIS, Moscow, Russia. Dr.nblufarb@gmail.com

Annotation. The article reveals the concept of crisis psychology and the profession of a crisis psychologist. The types of traumas with which the crisis psychologist works, techniques and algorithm of work are considered. Particular attention is paid to the algorithm for dealing with post-traumatic stress events due to the prevailing political events.

Emergencies are becoming more and more widespread in modern socio-political conditions. Increasingly, adults and children find themselves in conditions of man-made disasters, natural disasters, are subjected to violence, become hostages and victims of terrorist attacks. This largely explains the interest in the psychology of extreme situations, which is steadily growing in the modern

world among politicians, sociologists, philosophers and practicing psychologists. In addition, we can say that there is not a single person who would not live through periods of crisis. The emergence of crises is due to both the laws of human mental development and various life events. For psychologists, the main thing is to observe those changes – both negative and positive – that occur to a person experiencing a crisis or extreme event, dividing his life into «before» and «after».

Keywords: crisis psychology, emergency assistance, victims, psychotherapy.

ЭВОЛЮЦИЯ ЛИЧНОСТИ ПСИХОТЕРАПЕВТА

Богута С.А., врач-психотерапевт, аккредитованный в методе полимодальная психотерапия, телесно-ориентированный психотерапевт, аккредитованный супервизор и личный терапевт, действительный член и преподаватель ОППЛ, ведущий преподаватель Международного Института Практической Психологии и Психотерапии «Интеграция», руководитель волонтерского движения «Волонтеры Интеграции».

Аннотация. Данная статья описывает вектор профессионального развития начинающего специалиста в психотерапевтической и психологической деятельности, раскрывая этапы его роста и развития через призму истории развития психотерапии в целом. Эволюция специалиста описывается также через трансформацию содержания термина «Психотерапия». Где автор, предлагает своё определение данного термина, которое максимально ёмко отражает суть современной психотерапии гуманистического направления, проводя границу с психиатрическим (функциональным) взглядом в решении клиентских запросов.

Ключевые слова: эволюция специалиста, психотерапия, гуманистическое направление, практическая психология, профессиональное развитие, профессиональный кризис, история психотерапии, личностный, психотерапевтический подход.

История психотерапии берёт свои истоки с того времени, когда такого понятия как «психотерапевт» ещё не было. Донаучный период развития психотерапии богат очерками о эзотерических, оккультных учениях, практик шаманов, целителей и знахарей. И это естественно, ведь люди всегда нуждались и искали помощи в сложных жизненных ситуациях, что породило появлению как самих учений, так и соответствующих социальных ролей, которые этим занимались.

По мере развития общества менялось общественное сознание, мировоззрение, и появился пласт людей, которых уже не устраивала магическая стилистика описания мира. И в сфере помогающих профессий стали появляться новые термины, за которыми скрывалось мировоззрение научного уровня, где в приоритете был процесс раскрытия механизмов и этиологии тех или иных явлений.

Речь человека, как продукт социализации, значительно обогатилась, расширив свой диапазон, ища созвучия с тем, что происходит во внутреннем мире человека. И процесс эволюции психотерапии - это в первую очередь процесс развития людей, которые этим занимаются и создают те или иные понятия, в поисках более точного описания тех или иных процессов, а также для формирования профессиональной культуры своего сообщества.

На мой взгляд эволюция личности психотерапевта в миниатюре повторяет эволюцию развития психотерапии в целом, что отражается в то числе в раскрытии самого термина «психотерапия».

И в данной статье я хочу описать процесс эволюции личности психотерапевтов через призму исторического развития психотерапии и то, как по разному раскрывалось в своём содержании такое понятие как – «психотерапия».

Термин «психотерапия» был введён в 1872 году английским врачом и экспертом по психическим заболеваниям Дэниэлом Хаком Тьюком (1819-1896) в книге «Иллюстрации влияния разума на тело» и стал широко популярен с конца 19 века. Он вместе с французским неврологом, психиатром и основателем нового учения о психогенной природе истерии Жан-Мартен Шарко (1825-1893) (учитель Фрейда) редактировал «Словарь психологической медицины» в 2х томах.

И не смотря на то, что данному термину уже более 150 лет, на сегодняшний день в мире нет единого определения этого понятия.

Вот примеры различных определений, которые были мной найдены в различных литературных источниках по психологии и психотерапии.

«Психотерапия – это целенаправленное упорядочение нарушенной деятельности организма психологическими средствами» (Станислав Кратохвил, 1932)

«Психотерапия – это такой способ пребывания с другой особой, который способствует здоровым изменениям и облегчает развитие» (К. Роджерс)

«Психотерапия – это особый способ межличностного взаимодействия, при котором клиенту оказывается профессиональная помощь психологическими средствами при возникновении у него проблем и затруднений психического характера» (R.Bastine, 1982)

«Психотерапия – это система лечебного воздействия на психику и через психику на организм больного» (Б.Д.Карвасарский 1985г)

«Психотерапия – это процесс исправления, задача которого сформировать более эффективное мировоззрение» (Aivy E, Aivy B, Saimak-Donning L. 1987г).

«Психотерапия – межличностный процесс, направленный на осуществление изменений в чувствах, мыслях, отношениях и поведении, причиняющих неприятности человеку, обратившемуся за помощью» (Г. Страпп, 1990).

«Психотерапия – это метод оказания влияния или воздействия, приводящий в движение процесс научения».

«Психотерапия – это осуществляемое с помощью психологических средств решение затрагивающих эмоциональную сферу проблем, в ходе которого получивший соответствующую подготовку индивид целенаправленно устанавливает профессиональные отношения с клиентом для реализации следующих задач: 1) устранить, изменить существующие симптомы или замедлить их развитие; 2) устранить нарушения в паттернах поведения; 3) способствовать позитивному росту и развитию личности». (Л. Вольберг 1977)

«Психотерапия – это метод лечения, влияющий на состояние и функционирование организма в сферах психической и соматической деятельности».

«Психотерапия – это метод инструментальной манипуляции, служащий целям социального контроля».

«Психотерапия – это длительное межличностное взаимодействие между двумя или более людьми, один из которых специализировался на коррекции человеческих взаимоотношений».

«Психотерапия – тонкое и целенаправленное использование структурированных отношений для улучшения бытия индивида как на внутриличностном, так и на межличностном уровнях» (С. Берри, 2000)

«Психотерапия — это лечение различных заболеваний с помощью психологических методов» (А.А. Александров 2004)

Раскрытие термина «психотерапия» эволюционировало в своём содержании по мере развития самой психотерапии и личности специалистов.

На мой взгляд все выше перечисленные определения не раскрывают в полной мере того чем занимается современная психотерапия. Потому что в их содержании уже прослеживается расщепление, что противоречит принципу целостности, формируя представление о психотерапии как о симптоматическом, функциональном подходе в работе с людьми. Это отражается в использовании таких формулировок как – «лечение», «воздействие», «устранение», «исправление», «здоровье», «контроль», «нарушенная деятельность», «взаимодействие» больше подходят для определения психиатрического (функционального) подхода в работе с клиентами, а уместней даже сказать с пациентами.

В свою очередь я сформулировал своё определение этого термина, которое на мой взгляд наиболее полно отражает эволюционную вершину новейшего времени в истории развития психотерапии и личности специалиста.

«Психотерапия – это система профессиональной деятельности, которая направлена на построение близких отношений между психотерапевтом и клиентом, с целью повышения чувствительности клиента к своим собственным переживаниям, желаниям и взятию ответственности за них, для изменения качества жизни» (Богута С.А, 2022).

На мой взгляд данное определение, во-первых, показывает ключевую суть психотерапевтического подхода, говоря о том, что именно близкие отношения, а не техники и методы играют ведущую роль в решении клиентских запросов в рамках психотерапевтических сеансов. И подтверждает этимологию термина психотерапия – «лечение души», а не «лечение души». Во-вторых, показывает связь между желаниями и качеством жизни, что именно контакт со своими желаниями формирует максимально высокий уровень жизни человека.

Вернёмся к истории.

Понятий психотерапии много, потому что сама психотерапия развивалась длительное время, разворачиваясь в 3 последовательных направления: структурное, динамическое, гуманистическое. Первое возникло структурное направление, далее динамическое и после гуманистическое.

Кратко о роли специалиста в развитии этих направлений.

В структурном направлении специалист работает с пациентом устраняя его симптомы, в динамическом направлении у психотерапевта появляется интерес к отношениям, исследуются переносные процессы, но сам специалист не вносит себя в отношения, а в гуманистическом направлении появляется термин «клиент», а специалист выступает в роли полноценного субъекта отношений.

И Карл Роджерс (1902–1987), как представитель гуманистического направления, первым ввёл в научный обиход понятие «клиент» вместо «пациент», разработав психотерапевтический (личностный) подход, ввёл понятие «эмпатия». Потому что стратегия психотерапии другая, и подразумевается, что клиент это целостный человек которого не надо спасать, не надо на него воздействовать, лечить, исправлять и он сам может решить свою проблему. Впервые появилась идея о равноправии между клиентом и терапевтом. И он говорил о том, что ценностью в психотерапии является личность клиента и те отношения, которые разворачиваются между клиентом и терапевтом.

Теперь мы видим то, как эволюционировал в своём содержании термин «психотерапия», отражая то, как развивалась сама психотерапия от донаучного периода к научному, от структурного направления к гуманистическому.

Поэтому уместно следующее практическое наблюдение, что эволюция личности специалиста – это процесс развития специалиста от структурного направления в своей профессиональной деятельности к динамическому направлению и далее к гуманистическому. Когда специалист в процессе своей профессиональной жизни повторяет путь развития всей психотерапии в миниатюре!

Поэтому процесс профессионального развития специалиста можно описать в три последовательных этапа. Где этапы – это путь роста, который проявляется в том, что от шагу к шагу фокус внимания специалиста расширяется и повышается его эффективность в работе с клиентом.

Этапы эволюции специалиста.

1 этап – «героический»

Шаги развития начинающего специалиста – это своеобразный, аллегорически, «путь война», «путь самурая». А любой воин хочет обладать самым мощным и сильным оружием. И если в реальности у самурая, у война в руке – сабля, меч. То у психолога в руке – «фаллос Фрейда», как символ власти и силы. «Фаллос Фрейда» – это жаргонный термин в

кулуарах психотерапевтического сообщества, под которым скрывается стремление начинающих специалистов обладать различными психотерапевтическими инструментами. И такой специалист видит свою силу в инструменте, в технике, в методе. Причём эффективность часто оценивается тем, насколько быстро ты способен разрешить симптом клиента. Идеализируется краткосрочная психотерапия, в силу того, что не сформирован навык выстраивания близких отношений. На данном этапе психотерапевт выступает в роли эксперта по отношению к клиенту и его симптому. Специалист не осознаёт, что по факту занимается скрытой психиатрией, функциональным подходом, потому что склонен оценивать свою эффективность обратной связью от клиента или тем, получилось ли купировать симптом клиента или нет. Клиент как субъект не интересует, интересуют его жалобы и симптомы. Продолжительность встреч работы с клиентом обычно не более 5. Продолжительность этапа в целом, по моим наблюдениям, до 4-5 лет. Личная терапия и супервизия специалистом часто игнорируется, либо реализуется формально. И профессиональный кризис способствует переходу на следующий этап.

2 этап – «аналитический»

На данном этапе специалист начинает интересоваться отношениями и увлекается диагностикой, анализом переносных процессов клиента. Идеалистическое представление о себе и своей работе проявляется в том, что появляется иллюзия контроля из серии – «чем больше я буду знать о клиенте, тем лучше». При этом свой субъективный мир специалист в отношении с клиентом не вносит. Появляется желание «удержать» клиента и перевести работу в долгосрочный формат. Часто «сливаются» с клиентами из-за игнорирования своих переживаний и запроса клиента. Именно на данном этапе специалист, в силу вытеснения своих контрпереносных процессов, излишне переживает уход клиента с терапии. Продолжительность встреч работы с клиентом увеличивается в среднем до 15-20, появляются единичные клиенты на долгосрочный формат работы. На данном этапе специалист склонен обращаться на личную терапию и супервизию.

3 этап – «личностный»

На данном этапе, внимания специалиста хватает и на себя, и на клиента, и на отношения с ним. Психотерапевт начинает осознавать, что исцеляют отношения, а не практики и инструменты. Стремление выстраивает субъект-субъектные отношения способствует тому, что клиенты всё больше предпочитают долгосрочный формат работы. Поддерживается работа с запросом клиента без обесценивания качества выстроенного контакта. Активно взаимодействует с профессиональным сообществом.

В заключении хочу сказать, что процесс эволюции психотерапевта – это бесконечный путь разочарования в себе как в эффективном специалисте, путь трансформации и выхода из суженного состояния сознания объектных отношений в расширенное состояние восприятия и умение выстраивать субъект-субъектные отношения. Это путь от нарциссической изоляции к выстраиванию близкого контакта не только с самим собой и клиентом, но и со своим профессиональным сообществом. И именно этот путь способствует профессионализации, так как является отражением естественного, исторически сложившегося, процесса развития психотерапии в целом.

EVOLUTION OF A PSYCHOTHERAPIST'S PERSONALITY

Boguta S.A., psychotherapist accredited in the method of polymodal psychotherapy, body-oriented psychotherapist, accredited supervisor and personal therapist of PPL (Russian Professional Psychotherapeutic League), full member and official teacher of PPL, lead teacher in the International Institute of Practical Psychology and Psychotherapy «Integraciya», head of the volunteer movement «Volunteers of Integraciya».

Annotation. The article describes the vector of professional development of a novice specialist in the field of psychotherapeutic and psychological activities, revealing the stages of his growth and development through the prism of the history of the psychotherapy's development in general. The evolution of a specialist is also described through the transformation of the content of the term «Psychotherapy». In the article the author offers his own definition of this term, which as capacious as possible reflects the essence of modern humanistic psychotherapy, building a border with a psychiatric (functional) view in solving client requests.

Key words: evolution of specialist, psychotherapy, humanistic psychology, practical psychology, professional development, professional crisis, history of psychotherapy, personal, psychotherapeutic approach.

ПРОБЛЕМА РАННЕЙ ТРАВМЫ И ЕЁ ЛЕЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТИ

Веселова Елена Юрьевна, частнопрактикующий клинический психолог, арт-терапевт. Россия, г. Санкт-Петербург.

Синолицая Елена Геннадьевна, врач-психиатр, нарколог высшей категории, заведующий ДПО ГБУЗ «Волгоградский Областной Клинический Наркологический Диспансер». Россия, Волгоград.

Аннотация. Феномен ранней травмы с точки зрения биопсихосоциального подхода. Особенности современного мира, которые негативно влияют на проблематику ранней травмы. Обсуждается необходимость пересмотра взгляда на лечение ранней травмы и коллаборации специалистов на новом уровне.

*«Он никогда не плакал», – говорила она с нажимом,
не зная, что если младенец никогда не плачет,
это не менее тревожный признак, чем если
он плачет слишком много».*

Б.Перри, М. Салавиц «Мальчик, которого растили как собаку»

Социальные аспекты

Все чаще можно встретить маленького ребенка, играющего в маньяка-убийцу или другого агрессивного героя из «теневых мирах взрослых». Это закономерный отклик детей на травматический опыт, который валится на них через окна гаджетов, не считая других психотравмирующих массовых событий, с которыми вынуждены столкнуться современные дети.

Под влиянием фоновой травмы насилия, которая длится продолжительное время, у детей и взрослых включаются адаптивные механизмы, и обычно это происходит через идентификацию с жертвой насилия или через идентификацию себя с агрессором (автором насилия). Дети же интенсивно копируют поведение взрослых, которые их окружают, а современные дети, например (переданные «под крыло» смартфонам) склоны копировать поведение своих взрослых видео-героев. И хорошо, если ребенку были предложены не виртуальные герои с психопатическими чертами. Эксперименты Альберта Бандуры еще в 1961 году подтвердили то, что дети формируют свое поведение исходя не из сказанных взрослыми слов, а из примеров поведенческих стратегий взрослых, которые они увидели своими глазами.

Социум складывается из отдельных людей, и мы можем видеть, что по мере травматизации все большей численности населения в том числе детского возраста, патологизируется и сам социум. Массовая психотравма развивается по тем же законам, что и индивидуальная, а значит современные помогающие специалисты встают перед вызовом активной работы с посттравматическими состояниями в целом, а также найти терапевтические пути адекватного экологического отреагирования психотравмы не только в индивидуальном порядке, но и в массовом.

Биологические аспекты

Человеческий мозг развивается долго и планомерно по принципу «от центра к периферии» и этот процесс занимает более 20 лет. Сегодня доподлинно известно, что функции головного мозга травмируются равноценно, как при участии в боевых действиях, так и при опыте насилия (в том числе психологического). Обратив свое внимание на неблагоприятный детский опыт и его последствия во взрослой жизни, исследователи показали, что мозг детей растущих в атмосфере пренебрежения развивается иначе, в отличие от мозга детей, окруженных безопасностью и адекватной заботой. [1] В небезопасной среде мозг развивается не равномерно, а по типу реакции на стрессовые события: просьба о помощи; бей или беги; оцепенение.

Ранняя травма влияет на вегетативную систему человека таким образом, что он научается жить в бесконечном стрессе, а жизнь «на взводе» приводит к патологизации психики и тела (психосоматике). Из-за хронического эмоционального перенапряжения тело для такого человека становится источником боли. В спинномозговой жидкости повышается уровень гормона и нейротрансмиттерасоматостатина. Он приглушает когнитивные функции и подавляет уровень серотонина в крови. [4] Длительный стресс приводит также к избыточному выделению глюкокортикоидов. [5] Самый известный глюкокортикоид – кортизол, который также как и соматостатин негативно влияет на уровень серотонина. А подавление серотонина в свою очередь приводит к депрессии. У людей с ранней травмой также обнаруживаются нарушения памяти, так как клетки гиппокампа особенно чувствительны к кортизолу, которого из-за нарушенного обмена, у таких людей в переизбытке.

С тревожностью, раздражительностью, напряженностью, состояниями эмоциональной неустойчивости, с нарушениями поведения, компульсивностью, агрессией, от которых страдают люди с ранней травмой, помогает фармакологическая терапия. Применение в индивидуально подобранной дозировке нормотимиков и антидепрессантов, помогает восстановить баланс серотонина и способность регулировать сильные эмоциональные реакции в ответ на триггеры. Хотя, к сожалению, до сегодняшнего дня, даже в среде специалистов есть множество мифов и предубеждений, связанных с применением фармакотерапии, из-за чего и специалисты, и пациенты склонны избегать её, что очевидно усложняет путь лечения.

Психологические аспекты

Травма стремится быть отреагированной. Если по каким-то причинам это невозможно в моменте, то механизмы вытеснения могут сдерживать травматические переживания хоть годами, но отклик на травму все равно прорвется в мир. Произойдет это через день или через 10 лет, не важно. Для травмированной психики нет времени, но есть потребность в балансе. Был стимул, должна быть реакция.

Отреагирование травмы происходит у каждого человека по-своему. На способ могут влиять обстоятельства окружающей действительности и сама личность человека, но все равно реакция носит больше индивидуальный характер. Речь для человека несет заряд поступка, поэтому вербальная психотерапия по-прежнему один из эффективнейших способов работы с травмой. Но из-за того, что травма активно проживается телом, и тело само по себе становится неким «источником боли» для людей с ранней травмой, все активнее применяются телесно-ориентированные методы психотерапии. Арт-терапия, музыкотерапия, игра и направленное внимание, также занимают особую позицию в лечении ранней травмы. [3;2]

Выводы

Не пережитая и не отреагированная травма может переходить в психосоматические проявления. Импульс, который в случае идентификации с агрессором направляется во вне, в случае психосоматизации направляется вовнутрь. Психотравма занимает все более устойчивые позиции в обществе и захватывает массы людей, что вынуждает современных психологов адаптироваться.

Сегодня пришло время реализовывать биопсихосоциальную модель, предложенную Дж. Энджелом на 100%. И главный вызов современной терапии ранней травмы – это коммуникация и коллаборация специалистов различных

направлений. Психиатры, психологи, социальные работники, телесно-ориентированные специалисты много лет говорили на разных языках, и часто подчеркивали различия между собой. Терапия ранней травмы вынуждает специалистов сменить фокус внимания на общую цель достигнуть которую можно только через включенное доверительное сотрудничество разнонаправленных специалистов.

Список литературы

1. Ванн дер Колк Б. Тело помнит все: какую роль психологическая травма играет в жизни человека и какие техники помогают ее преодолеть / Бессел ванн дер Колк; [перевод с английского И. Черного]. – Москва: Эксмо, 2020. – 464 с. – (Революция в медицине. Самые громкие и удивительные открытия)
2. Перри Б., Салавиц М., Мальчик, которого растили как собаку и другие случаи детских психологических травм и исцеления из практики психиатра. – М.: ЭКСМО, 2022.
3. Соловьев С.А. Арт-терапия в системе комплексной психологической реабилитации семьи, пострадавшей в локальном военном конфликте / С.А. Соловьев // Международный научно-исследовательский журнал. - 2012. - №4 (4).
4. Heit S., Graham Y., Nemeroff C.B. Neurobiological effects of early trauma // The Harvard Mental Health Letter. - 1999. - 16 (4). - P. 4-6.
5. Schacter D. Searching for Memory: The Brain, the Mind and the Past. - New York: Basic Books, 1996.

THE PROBLEM OF EARLY PSYCHOTRAUMA AND ITS TREATMENT IN MODERN REALITY

Veselova Elena – clinical psychologist, art therapist (private practice) . St. Petersburg, Russia.

Sinolitsaya Elena – psychiatrist, narcologist of the highest category, head of the Volgograd Regional Clinical Narcological Dispensary. Volgograd, Russia.

Annotation: The phenomenon of early psychotrauma from the point of view of the biopsychosocial approach. Features of the modern world that negatively affect the problems of early psychotrauma. The need to revise the view on the treatment of early psychotrauma and the collaboration of specialists at a new level is discussed.

References

1. Heit S., Graham Y., Nemeroff C.B. Neurobiological effects of early trauma // The Harvard Mental Health Letter. - 1999. - 16 (4). - P. 4-6.
2. Perry B., Salawitz M., The Boy Who Was Raised Like a Dog and Other Cases of Childhood Trauma and Healing from Psychiatric Practice. – М.: EKSMO, 2022.
3. Schacter D. Searching for Memory: The Brain, the Mind and the Past. - New York: Basic Books, 1996.
4. Soloviev S.A. Art therapy in the system of complex psychological rehabilitation of a family affected by a local military conflict / S.A. Solovyov // International Research Journal. – 2012. – No. 4(4).
5. Vann der Kolk B. The body remembers everything: what role does psychological trauma play in a person's life and what techniques help to overcome it/ Bessel van der Kolk; [translated from English by I. Cherny]. – Moscow: EKSMO, 2020. – 464 p.

УРОВЕНЬ СТРЕССОВОЙ НАГРУЗКИ КАК ФАКТОР РАЗВИТИЯ КАРИЕСА У ПОДРОСТКОВ И ВЗРОСЛЫХ

Воищева Надежда Михайловна, pdpspb@yandex.ru, кандидат психологических наук, проректор, заведующая кафедрой психологии труда и психологии здоровья, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Воищева Ульяна Олеговна, voisevaulana@gmail.com, 10 класс, школа 243, Санкт-Петербург.

Аннотация. В статье представлены результаты изучения взаимосвязи между развитием кариеса и уровнем накопленной за год стрессовой нагрузки у подростков и взрослых. В исследовании приняли участие 113 человек: взрослые (58 человек, из них 8 мужчин, 50 женщин) и подростки (55 человек, из них 18 мальчиков, 37 девочек). Методы исследования: 1. анкета, учитывающая половозрастные характеристики, тяжесть средненедельной нагрузки в школе и внешкольной деятельности или на работе, семейный статус, количество зубов, заболевших в год, предшествующий исследованию, частоту посещений стоматолога; 2. шкала жизненных событий Холмса-Райха. Сбор данных проходил в начале 2020 года за 2019, в начале 2023 года за 2022. Установлено, что у подростков уровень накопленного за год стресса значительно выше, чем у взрослых. У подростков выявлена достоверная корреляционная связь между уровнем накопленного стресса и количеством зубов, пораженных кариесом ($r=0,27$, $p=0,047$). У взрослых значимой корреляционной зависимости между уровнем стресса и развитием кариеса не обнаружено. Таким, образом, обучение подростков навыкам совладания со стрессом и регулирование стрессовой нагрузки являются важными факторами профилактики кариеса зубов у подростков.

Ключевые слова: психосоматика, кариес, подростки, стресс.

Введение

Огромное количество современных научных исследований посвящено влиянию стресса на здоровье человека. Чаще всего в фокус внимания исследователей, занимающихся изучением психосоматических заболеваний, попадают заболевания желудочно-кишечного тракта, нейродермит, ревматоидный артрит и другие.

Кариес является очень распространенным заболеванием, которому подвержены и взрослые, и дети. Например, по данным Маринкиной А. А., Журбенко В. А., процент пораженных зубов кариесом в возрасте 7–9 лет составляет 33 %, а к 12–17 годам данный процент составляет 89 % [6]. В то же время, научных работ, посвященных изучению взаимосвязи стресса и кариеса очень мало.

Развитию кариеса способствует множество различных факторов: гипоминерализация, гипоплазия твердых тканей зубов, низкий уровень общего здоровья, нарушения саливации, недостаточная обеспеченность организма фторидами, плохой гигиенический уход за зубами, частое употребление сахаросодержащих продуктов и напитков и др. [7].

Еще в 1927 году Энтин Д. А. предложил физико-химическую теорию, в рамках которой зуб рассматривался как система, в которой эмаль является биологической полупроницаемой мембраной на границе двух сред – слюны и крови. Благоприятным является центробежное от пульпы к эмали направление осмотических токов, противоположное их направление ухудшает питание зуба, что снижает устойчивость зуба к кариесу [3].

Дзуцуева Ф. А., Гацалова А. О. отмечают, что «согласно современным представлениям, стресс оказывает системное воздействие на организм человека, вызывая нарушение гомеостаза, состояния нервной системы и здоровья в целом, включая здоровье полости рта» [2, с.12].

Кариесогенная ситуация в полости рта во многом определяется изменениями свойств слюны. Многие исследователи склоняются к выводу о важной роли психоэмоциональных факторов в процессах формирования биохимического состава слюны [8; 10]. Определенные виды психоэмоционального стресса вызывают в слюне изменение уровня калликреина, катехоламинов, кортизола, интенсивности свободно радикальных процессов и активности ферментов антиоксидантной системы [1]. Масюк Н. Ю., Городецкая И. В. подчеркивают, что «основными механизмами этиопатогенеза кариеса при стрессе являются: активация перекисного окисления липидов, протеолиза, снижение активности антиоксидантных систем, содержания ионов кальция и фосфора в слюне, процессов минерализации твердых тканей зуба вследствие изменения активности щелочной и кислой фосфатаз, гипосаливация, угнетение местного иммунитета и нарушение микроциркуляции в пульпе зуба» [8, с. 16]. Также «нарушения в системе микроциркуляторного русла, в частности, в регионе (сосудах) головы и шеи, влияют на трофику тканей зубочелюстной системы, что способствует более активному протеканию патологических процессов в твердых тканях зубов и в тканях периодонта» [4, с. 81].

Колпаков В. В. и соавт. [5] указывают на тесную взаимосвязь стрессовой ситуации с развитием кариеса зубов у студентов. Оценка их стоматологического статуса показала, что такие факторы как большое количество зачетов, экзаменов, рост объема информации и дефицит времени на ее переработку, сочетающихся со сменой социальных и климато-географических условий проживания и т. п. порождают застойные отрицательные эмоции, определяющие увеличение «физиологической цены» результативной деятельности студентов.

Наше исследование проводилось Воицовой У. О. под руководством Воицовой Н. М. для участия в конференции по научно-техническому творчеству школьников «Лабиринты науки». Основная гипотеза состояла в том, что высокая стрессовая нагрузка влияет на развитие кариеса. Полученные результаты могут представлять научно-практический интерес, так как данный вопрос с психологической точки зрения еще недостаточно изучен и мало освещен в научной литературе.

Описание выборки и методы исследования

Сбор данных проходил в начале 2020 и в начале 2023 годов.

В исследовании приняли участие 113 человек: взрослые (58 человек, из них 8 мужчин, 50 женщин) и подростки (55 человек, из них 18 мальчиков, 37 девочек). Достоверных различий внутри возрастных групп между взрослыми и подростками, опрошенными в 2020 и в 2023 году, выявлено не было, поэтому они были объединены в единые выборки.

Возраст взрослых испытуемых варьировал от 25 до 68 лет, средний возраст $42,41 \pm 10,13$ лет. Уровень образования: среднее специальное образование – 3 чел., высшее – 50 чел., кандидат наук – 5 чел.

Возраст подростков варьировал от 12 до 17 лет, средний возраст $14,04 \pm 1,64$ лет (школьники с 6 по 10 класс).

Взрослые респонденты заполняли анкету для взрослых и оценочную шкалу жизненных событий Холмса-Райха, подростки заполняли анкету для школьников и откорректированную нами оценочную шкалу жизненных событий Холмса-Райха. В анкете были учтены вопросы, которые касаются половозрастных характеристик, тяжести средненедельной нагрузки в школе и внешкольной деятельности или на работе, семейного статуса, количества зубов, заболевших в год, предшествующий исследованию, и частоты посещений стоматолога. Шкала жизненных событий Холмса-Райха нами была выбрана, как надежный инструмент измерения уровня накопленного за год стресса. Методика Холмса-Райха позволяет делать выводы о стрессоустойчивости у людей, то есть способности выдерживать определенные психофизические нагрузки и переносить стрессы без ущерба для организма и психики. Сбор данных по шкале Холмса-Райха проходил за год, предшествующий исследованию, (в начале 2020 года за 2019, в начале 2023 года за 2022).

Обработка проводилась при помощи программы IBM SPSS 19. В статье представлены ($M \pm \sigma$) и значимые коэффициенты корреляции (r).

Результаты исследования

В таблице 1 представлены средние значения по шкале Холмса Райха у взрослых и подростков.

Таблица 1 – Уровень стрессовой нагрузки у взрослых и подростков в 2019 и 2022 годах

Год	взрослые		подростки		U
2019	5	145,96±107,21	2	287,23±184,59	p=0,009
2022	3	200,76±104,23	3	280,70±146,25	p=0,018

По критерию Манна-Уитни можно утверждать, что уровень стрессовой нагрузки у подростков достоверно выше, чем у взрослых и в 2019 году (p=0,009), и в 2022 году (p=0,018). Нарастание стрессовой нагрузки у взрослых в период с 2019 по 2022 год статистической значимости не имеет.

Считается, что если накопленная за год стрессовая нагрузка превосходит 300 баллов, то вероятность возникновения какого-либо заболевания у человека составляет 80%, при стрессовой нагрузке от 300 до 200 баллов, риск болезни составляет 50%, а при сумме баллов от 200 до 150 – риск физической реакции на стресс составляет 30% [9].

В группе подростков выявлена значимая корреляционная связь между количеством заболевших зубов и уровнем стрессовой нагрузки за год: (r=0,27, p=0,047). Коэффициент корреляции не очень высокий, но всё же отражает определенную меру взаимосвязи между стрессовой нагрузкой и количеством заболевших зубов.

В группе взрослых значимой корреляционной связи между количеством заболевших зубов и уровнем стрессовой нагрузки за год не обнаружено.

Таблица 2 – Уровень стрессовой нагрузки, накопленной за год, в зависимости от количества заболевших зубов у подростков

	Количество зубов, заболевших в течение года				
	0	1	2	3	6
Количество человек	38	8	4	3	1
Стрессовая нагрузка в течение года	264 ±159	236 ±125	422±2 13	335±1 10	867

В таблице 2 представлены данные уровня стрессовой нагрузки за год по группирующей переменной «количество зубов, заболевших в течение года». Между стрессовой нагрузкой у подростков, у которых заболел 1 зуб или все зубы были здоровы, достоверных различий нет. А далее можно увидеть резкое нарастание показателей стресса у подростков с заболевшими 2 и более зубами.

Значимых корреляционных связей между возрастом подростков и накопленным стрессом, а также возрастом и количеством заболевших в течение года зубов не выявлено.

Выводы

1. У подростков уровень накопленного стресса намного выше, чем у взрослых. Предположительно, на это влияет ряд следующих факторов: подростковый максимализм; растущая фаза организма; неумение справляться со стрессовой нагрузкой; гормональный фон, отличный от взрослых. Выявлена достоверная корреляционная связь между уровнем накопленного стресса и количеством зубов, пораженных кариесом.

2. У взрослых значимой корреляционной зависимости между уровнем стресса и развитием кариеса не обнаружено. Можно предположить, что взрослые в силу накопленного жизненного опыта и лучше развитых механизмов совладания со стрессом, быстрее и эффективнее перерабатывают стрессовую нагрузку. К тому же, у взрослых гораздо больше уже леченных ранее и протезированных зубов, что статистически может снижать степень зависимости развития кариеса от стрессовой нагрузки. В последующих исследованиях эти факторы могут быть учтены.

Таким образом, наше исследование подтвердило гипотезу о том, что высокая стрессовая нагрузка влияет на развитие кариеса у подростков. В связи с этим развитие навыков совладания со стрессом у подростков, повышение их уровня стрессоустойчивости, регулирование стрессовой нагрузки являются важными факторами профилактики кариеса зубов.

Список литературы

1. Гуленко О. В., Волобуев В. В., Хагурова С. Б., и соавт. Клинико-биохимическая оценка "окислительного стресса" при кариесе зубов у детей с психоневрологическими расстройствами. *Стоматология детского возраста и профилактика.* – 2015. – Т. 14. – № 1 (52). – С. 3-6.
2. Дзуцева Ф. А., Гацалова А. О. Эффективность профилактики кариеса зубов у детей, перенесших острый стресс. *Dental Forum.* – 2017. – №1. – С. 12-15.
3. Иорданишвили А. К. теории происхождения кариеса: первая отечественная. *Эндодонтия Today.* – 2018. – № 4. – С. 73-76.
4. Колесникова Л. Р. Развитие кариеса зубов у подростков с артериальной гипертензией // В сборнике: Теория и практика современной стоматологии. Материалы XI Всероссийской научно-практической конференции, посвящённой 40-летию

образования кафедры стоматологии детского возраста Иркутского государственного медицинского университета (1980-2020). Под общей редакцией Т. А. Гайдаровой. – 2020. – С. 80-85.

5. Колпаков В. В., Копытов А. А., Беспалова Т. В., и соавт. Системная оценка стрессреактивности при комплексном воздействии факторов окружающей среды. Медицинская наука и образование Урала. – 2014. – Т.15, №4 (80). – С. 97-103.
6. Маринкина А. А., Журбенко В. А. Распространенность кариеса у детей в возрасте 7-17 лет // В сборнике: Молодежь, наука, медицина. материалы 67-й Всероссийской межвузовской студенческой научной конференции с международным участием. – Тверь, 2021. С. 398-402.
7. Маслак Е. Е. Распространенность кариеса зубов и современные направления профилактики кариеса. Медицинский алфавит. – 2015. – Т. 1. – № 1. – С. 28-31.
8. Масюк Н. Ю., Городецкая И. В. Влияние стресса на твёрдые ткани зуба. Вестник Витебского государственного медицинского университета. – 2018. – Т. 17. – №2. – С. 7-19.
9. Тухтарова И. В., Биктимиров Т. З. Соматопсихология: Учебно-методическое пособие по курсу «Соматопсихология». – Ульяновск: УлГУ, 2005.
10. Ahmadi-Motamayel F., Goodarzi M.-T., Hendi S.-S., et al. Total antioxidant capacity of saliva and dental caries. Med. Oral Patol. Oral Cir. Bucal. 2013. Jul 1. №18 (4). P. 553.

STRESS LEVELS AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF DENTAL CARIES IN ADOLESCENTS AND ADULTS

Voishcheva Nadezhda Mikhailovna, pdpspb@yandex.ru, Candidate of Psychological Sciences, Vice-Rector, Head of the Department of Occupational Psychology and Health Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Attitude Psychology, St. Petersburg.

Voishcheva Ulyana Olegovna, voisevaulana@gmail.com, 10th grade, school No.243, St. Petersburg.

Abstract. The article presents the results of the authors' study of the relationship between the development of dental caries and the level of stress load accumulated over a year in adolescents and adults. 113 people took part in the study: adults (58 people, including 8 men, 50 women) and adolescents (55 people, including 18 boys, 37 girls). Study methods: 1. A questionnaire taking into account gender and age characteristics, severity of the average weekly work load associated with curricular and extracurricular activities or work, family status, number of teeth diseased in the year preceding the study, frequency of dental visits; 2. Holmes-Reich Life Events Scale. Data were collected in early 2020 for 2019 and in early 2023 for 2022. Adolescents were found to have significantly higher levels of accumulated annual stress as compared to adults. Adolescents showed a significant correlation between the level of accumulated stress and the number of teeth affected by dental caries ($r=0.27$, $p=0.047$). In adults, no significant correlation between the level of stress and the development of dental caries was found. Thus, teaching stress coping skills and stress management to adolescents are important factors in the prevention of dental caries in adolescents.

Key words: psychosomatics, dental caries, adolescents, stress.

References

1. Gulenko O. V., Volobuev V. V., Khagurova S. B., i soavt. Kliniko-biokhimicheskaia otsenka "okislitel'nogo stressa" pri kariесе zubov u detei s psikhonevrologicheskimi rasstroistvami [Clinical and biochemical evaluation «oxidative stress» when dental caries in children with neuropsychiatric disorders]. Stomatologiya detskogo vozrasta i profilaktika [Pediatric dentistry and dental prophylaxis]. – 2015. – Т. 14. – № 1 (52). – С. 3-6.
2. Dzutseva F. A., Gatsalova A. O. Effektivnost' profilaktiki kariеса zubov u detei, perenesshikh ostryi stress [Effectiveness of caries prevention in children who survived acute stress]. Dental Forum [Dental Forum]. – 2017. – №1. – С. 12-15.
3. Iordanishvili A. K. Teorii proiskhozhdeniia kariеса: pervaiа otechestvennaia [Theories of the origin of caries: the first domestic]. Endodontiа Today [Endodontics Today]. – 2018. – № 4. – С. 73-76.
4. Kolesnikova L. R. Razvitiе kariеса zubov u podrostkov s arterial'noi gipertenziei [The development of dental caries in adolescents with arterial hypertension]. V sbornike: Teoriа i praktika sovremennoi stomatologii. Materialy XI Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii, posviashchennoi 40-letiiu obrazovaniа kafedry stomatologii detskogo vozrasta Irkutskogo gosudarstvennogo meditsinskogo universiteta (1980-2020). Pod obshchei redaktsiei T. A. Gaidarovi. – 2020. – С. 80-85.
5. Kolpakov V. V., Kopytov A. A., Bespalova T. V., i soavt. Sistemnaia otsenka stressreaktivnosti pri kompleksnom vozdeistvii faktorov okruzhaiushchei sredy [Systematic assessment of stressreduction when the integrated influence of environmental factors]. Meditsinskaiа nauka i obrazovanie Uralа [Medical science and education of Ural]. – 2014. – Т.15, №4 (80). – С. 97-103.
6. Marinkina A. A., Zhurbenko V. A. Rasprostranennost' kariеса u detei v vozraste 7-17 let [Prevalence of caries in children aged 7-17 years] // V sbornike: Molodezh', nauka, meditsina. materialy 67-i Vserossiiskoi mezhvuzovskoi studencheskoi nauchnoi konferentsii s mezhnunarodnym uchastiem. – Tver', 2021. S. 398-402.
7. Maslak E. E. Rasprostranennost' kariеса zubov i sovremennye napravleniа profilaktiki kariеса [Dental caries prevalence and the recent trends in caries prevention]. Meditsinskii alfavit [Medical alphabet]. – 2015. – Т.1. – № 1. – С. 28-31.
8. Masiuk N. lu., Gorodetskaia I. V. Vliianie stressa na tverdye tkani zuba [The influence of stress on hard dental tissues]. Vestnik Vitebskogo gosudarstvennogo meditsinskogo universiteta [Vestnik VGMU]. – 2018. – Т.17. – №2. – С.7
9. Tukhtarova I. V., Biktimirov T. Z. Somatopsikhologiya [Somatopsychology]: Uchebno-metodicheskoe posobie po kursu «Somatopsikhologiya». – Ulianovsk: UIGU, 2005.
10. Ahmadi-Motamayel F., Goodarzi M.-T., Hendi S.-S., et al. Total antioxidant capacity of saliva and dental caries. Med. Oral Patol. Oral Cir. Bucal. 2013. Jul 1. №18 (4). P. 553.

АЛГОРИТМ ОСОЗНАНИЯ: УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ И ПОТЕНЦИАЛ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ШКОЛ

Гафарова Ольга Ниловна, психолог-психотерапевт, действительный член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги, автор Универсальной модели психотерапии «Технология Осознания Реальности» (ТОР-подход), Генеральный директор ООО «Ресурсный Центр "Интеграция" г. Тамбов. Email: psitrener@yandex.ru

Аннотация. В докладе сформулированы 6 «камней преткновения» современной психотерапии и показана эмпирическая последовательность процесса осознания, который как «лакмусовая бумажка», проявляет диапазон действия психотерапевтических модальностей и «зону развития» их в пространстве психики. Рассматривается алгоритма этого метакогнитивного процесса как возможность перехода психотерапии на новый уровень, где возможен принципиально новый – «квантовый» – скачок в её развитии, вместо горизонтального преумножения множества методов и методик.

Ключевые слова: сознание, осознание, уровни информации, внутренние конфликты психотерапии, универсальная модель психотерапии, модель коммуникации.

При современной тенденции развития психотерапии в России по западному образцу «психологической психотерапии» и отходу от жесткой принадлежности только медицине (в частности – психиатрии), возникает существенная проблема для её внутренней классификации на медицинскую и немедицинскую (немедикаментозную) модели [11].

Психотерапия и по сей день развивается в горизонтальном векторе по принципу увеличения количества, а не принципиально нового качества, что породило ряд внутренних конфликтов, ставших своеобразным «камнем преткновения» – причиной, из-за которой психология затрудняется перейти на новый, вертикальный уровень развития.

Первый «камень преткновения» лежит в мозаичном разнообразии психотерапевтических методов, созвучных на технологическом, но противоречивых на структурном уровне.

К. Шеннон, называл это «семантической проблемой», при которой значение сообщения неправильно понято получателем в области применения (К. Шеннон, 1949).

Что мы наблюдаем в психотерапии на сегодняшний день? Возникая один из другого, методы одних психотерапевтических модальностей перенимают техники и теоретические положения из других, пополняя их собственными сценариями, проникая друг в друга, и через определенное время отходят от того направления, в котором изначально возникли. По разным источникам, в современной психотерапии существуют от 400 до 700 практических техник, количество которых не перерастает в качество [3].

Полный анализ развития психологии в горизонтальной плоскости представлен в работе Л.И. Воробьевой «Интеграция психотерапии – возможно ли это?», в котором она пришла к оптимистичному выводу о том, что конфликт психологических подходов и школ существует только на уровне концепции, т. к. в реальной практике редко когда специалист ограничивается каким-либо одним методом... А современные условия обострившейся конкурентной борьбы, особенно в нише частных психологических услуг, вынуждают владеть как можно большим психологическим инструментарием» [3].

Второй «камень преткновения» – *отсутствие единого понимания структуры психики человека*, что, по теории информации К. Шеннона, можно отнести к третьему уровню, «проблеме эффективности»: насколько эффективно сообщение вызывает реакцию у адресата, за счёт чего и в каком месте психики оно наиболее влиятельно?

Да, психологи всех направлений согласны с тем, что психика, условно–теоретически, делится на психические процессы, образования, состояния, свойства и психосоциальные явления.

Но какова структура психики в единстве феноменов сознания и личности, объектов психотерапевтического воздействия? Это каждый исследователь представляет по-своему. В основном любая из используемых схем даёт представление о её содержании (но не о структуре), придерживаясь которой необходимо проводить последовательную практическую работу, независимо от применяемой методики.

Для качества психотерапии при наличии такого многообразия методов необходимо, чтобы специалист точно знал, где «точка входа», а где «точка выхода» на тот или иной психологический элемент, на какой глубине психики произошёл её «сбой» (психотравма, невротический страх, иррациональное убеждение и т.д.), чтобы определить, какую психотерапию применять: краткосрочную, с её мишенью на симптом, или долгосрочную – с мишенью на психокоррекцию личности?

Третий «камень преткновения» является *акцентирование на изучении* конкретного направления психологии, что создаёт сложность выбора практических методов психологического подхода и психотехник. Так, когнитивная психотерапия специализируется на познавательных процессах, бихевиоральная – на поведении, психоанализ (прежде всего, З. Фрейда) – на бессознательном, Трансактный Анализ – на транзакциях отношений, гештальтпсихология – на целостных структурах психики и т.п.

Четвёртый «камень преткновения» – *конфликт направлений краткосрочной и долгосрочной психотерапии*, обострённый духом времени, т.к. в эпоху информационно–технологического бума время для нас уплотнилось и требует быстрых, но конструктивных решений.

Человеку необходимо снять мешающую эффективности негативную психологическую симптоматику, чем занимается краткосрочная психотерапия и её медицинская модель, ограниченная временными рамками и своей главной своей – купированием симптома.

Сегодня каждый умеет считать не только время, но и деньги, которые приходится экономить всё больше. Поэтому человек заинтересован снять симптоматику не временно, а навсегда. Клиент всё чаще готов идти на глубинную психотерапевтическую работу, платить за которую дорого за сеанс, но дешевле – за курс.

Он понимает, что преодоление причин негативных психологических состояний высвободит и качественно улучшит его личностные характеристики, от которых зависит карьерный рост и социальное благополучие. Работа на глубине психики возможна в рамках долгосрочной психотерапии. Популяризация психологической помощи в обществе, её распространение в культуре обостряют конфликт с медицинской (краткосрочной) психотерапией, и конкурентную борьбу за клиента среди психологов и психотерапевтов обоих направлений.

Таким образом, вопрос эффективности психологической помощи, её оптимальности по срокам и финансовой нагрузке одновременно возникает и для клиента, и для специалиста уже в самом начале, при первичном собеседовании или психологической (психотерапевтической) диагностике. Специалисту важно видеть, имеет ли смысл браться за оказание психологической помощи обратившемуся к нему человеку, которому, в свою очередь важно понимать компетенции специалиста для разрешения его проблемы.

При этом для клиента немаловажен вопрос о финансовых затратах, чтобы воспользоваться консультациями данного психолога: реально ли для него достичь желаемого результата с помощью этого специалиста при их совместной работе над проблемой?

Пятый «камень преткновения» – феномен профессиональной идентичности специалиста, влияющий на сохранение вышеперечисленных. При существующей платной форме обучения специалисты потратились как на образование, так и на последующую дополнительную квалификацию. Поэтому вхождение в некую систему, общую для всех методов, вызывает у них опасение потерять свою профессиональную идентичность, на которую было потрачено не мало средств. Не случайно наши коллеги избегают объединения в единую систему психологии из страха обесценивания имеющихся ресурсов (времени, усилий и денег).

Шестой «камень преткновения» – парадигма понимания модели человека. Медицинская психотерапия базируется на психофизической модели (Фрейд З., 1923), более поздние эквиваленты в её рамках основываются на трёхчастной, биопсихосоциальной модели (Мясищев В.Н., 1936; Вейн А.М., 1994), например, личностно-ориентированная реконструктивная терапия (ЛОРТ), а немедицинская (немедикаментозная) – с духовным аспектом, что уже относится к четырёхчастной парадигме понимания модели человека (Гуджиев Г.И., 1924; Табидзе А.А. 2018).

Клод Шеннон писал, что когда «внутренняя библиотека» любой системы достаточно заполнена, то «Сценарист» её эволюции начинает уменьшать степень хаоса, связывая разрозненные части информации в сюжет. Подобное явление в середине XX века пережил математика В своей теории информации К. Шеннон произвёл синтез математических идей с конкретным анализом чрезвычайно сложных проблем их технической реализации, что привело к созданию высокотехнологических систем связи, которыми на современном этапе пользуется весь мир [9].

На сегодняшний день из Модели коммуникации Шеннона – Уивера используется понятие «избыточный код», где любой канал связи имеет свою максимальную пропускную способность для надежной передачи информации, имея предел допустимого шума (внешних искажающих помех), за порогом которого возможность понимания резко снижается. Любая система как организм, устанавливает рамки допустимого и правила своего существования. Это позволяет ей жить и развиваться, в процессе чего и происходит накопление нового[9].



Рис. 1. Модель коммуникации К. Шеннона – Уивера.

Если вспомнить Закон притяжения Ньютона, согласно которому при возрастании массы одного из тел в два раза, удваивается и сила притяжения между телами [14], то, по аналогии с материальными объектами, получается, что «камни преткновения» психотерапии, как нематериальные объекты в горизонтали её развития – это результат притяжения друг к другу её эквивалентов. Самим своим существованием они провоцируют отношения психотерапии на сближение, усиливая интеграционный процесс по трём степеням проблем с коммуникацией по уровням модели К. Шеннона – Уивера (К. Шеннон, У.Уивер, 1949):

1. по Технической проблеме – это «камни преткновения»:
 - мозаичное разнообразие психотерапевтических методов,
 - парадигма понимания модели человека (3 модели человека);

2. по Семантической проблеме (значение сообщения неправильно понятой получателем) — это теоретические положения модальностей, т.к. это детерминировано парадигмой понимания модели человека, т.е. «камни преткновения»:

- не единое понимание самой структуры психики человека,
- конфликт направлений краткосрочной и долгосрочной психотерапии;

3. по Проблеме эффективности (как эффективно сообщение вызывает реакцию у адресата) — это концептуальные разногласия, где сталкиваются видение границ применения того или иного метода психотерапии в пространстве психики это «камни преткновения»:

- акцентирование на объекте своего изучения,
- феномен профессиональной идентичности.

Таким образом, «камни преткновения» психотерапии подвели её развитие на сегодняшний день к «пределу Шеннона». И можно воспользоваться данной избыточностью кода психотерапевтических отношений для предотвращения их коммуникативной неудачи между собой. Для этого необходимо найти средство против хаоса в психотерапевтическом пространстве.

Чем же может быть это «средство» от энтропии психологической науки? Наша гипотеза, не претендуя на истину в последней инстанции, заключается в следующем:

Когнитивный процесс осознания – это фундамент для объединения всех модальностей психотерапии в единую универсальную систему консультирования, т.к. он является ведущим в любой из них, а, следовательно, его эмпирическая последовательность универсальна для них и позволит упорядочить психотерапевтические модальности по степени эффективности их применения на определённых этапах осознания.

Данный процесс задействует как произвольные (бессознательные), так и сознательные усилия человека в разной степени обобщенности информации о внешней и внутренней реальности, что составляет его Согласованную Картину Мира (далее – СКМ), по сути, являющуюся субъективным сознанием человека с разными уровнями проявления информации о личном опыте (внутреннем и внешнем) в динамике когнитивного процесса осознания.

В. Вундт (Wundt, 1880) рассматривал сознание как осознание, считая осознанным то, что мы лицезрели, и позже смогли вспомнить и описать как увиденное. «Эффекты осознания в большей степени обусловлены влиянием ранее осознанного опыта в сравнении с воздействием ранее неосознанной информации» [9].

Вначале происходит перевод непроявленной для внимания информации сенсорными системами организма, которая воспринималась, но ещё не осознавалась ими настолько, чтобы быть замеченной. Затем происходит перевод информации в слой полу проявленной реальности: она уже замечена вниманием, но ещё не соотнесена с понятиями в субъективном опыте человека. И в завершении – перевод информации в проявленный слой, где происходит ее фиксация уже в форме определённого понятия в СКМ [4].

Как показали наши исследования осознания, данный когнитивный процесс протекает не только по структуре сознания, но и движется к структуре личности, когда человек проявляет интерес к её аспектам и элементам. Охватив их направленным вниманием, он возвращается обратно в сознание, обновляя СКМ. Так совершается «петля обратной связи», как в Модели коммуникации Шеннона – Уивера (К. Шеннон, У.Уивер, 1949). Таким образом, осознание соединяет оба феномена – сознание и личность – в единую систему психики. И это тоже даёт ему статус метауровневого процесса (метауровень –1) филос. – уровень рассуждения, рассмотрения, более высокий и общий по отношению к данному, содержащий описание данного; 2) в информационной структуре — уровень описания информации процесса.)

В. М. Аллахвердов в ряде своих научных докладах и в монографии «Сознание как парадокс» отмечает, что, несмотря на то, что никто точно не знает, что такое сознание, жить без него никто не согласен [2]. И это, на наш взгляд, формирует понятие когнитивного процесса осознания как ведущего в психике человека.

История изучения осознания началось с появления психологии как самостоятельной области науки, получив за сотню лет в психологическом сообществе более или менее согласованное определение, в отличие от понятия феномена сознания, до сего дня вызывающее ожесточенные споры между собратьями по цеху.

(W. James, 1890; Wundt, 1880; E. B. Titchener, 1898; Б.Г. Ананьев, 1961; И.С. Выготский, 1960; А.Н. Леонтьев, 1975; Б.Ф. Ломов, 1981; А.Р. Лурия, 1998; С. Л. Рубинштейн, 1959; В.А. Ганзен, 1984; В.П. Зинченко, 1991; Л.М. Веккер, 1998, 2000; D.C. Dennett, 1991, 1996; B.J. Baars, 1988; N. Block, 1995, P.M. Churchland, 1984; N. Eilan, 1995 и др., Б.М., Величковский 2006; В.М. Аллахвердов, 1993, 2000, 2003; А.Ю. Агафонов, 2003, 2005, 2012; Смит Н., 2003; Wilber, 1977; 1979; 1980; 1981; 1981b; 1983, Козлов В.В., 2010).

На наш взгляд, наиболее ёмко и конкретно его функциональную суть сформулировал С.Л. Рубинштейн: «Осознание переживания – это всегда установление объективной отнесенности сознания к причинам, его вызывающим, к объектам, на которые оно направлено, к действиям, которыми оно может быть реализовано» [13].

Но при этом осознание не является синонимом сознания, а есть деятельность и результат работы сознания. «Осознание – это достижение понимания ранее неосознаваемых аспектов и взаимосвязей собственной жизни, внутренних (интрапсихических) проблем и конфликтов, особенностей своего поведения и эмоционального реагирования, взаимоотношений с окружающими, а также причин формирования и развития этих психологических феноменов» [10].

Один из наших современных соотечественников, посветивший ряд своих научных исследовательских работ теме сознания и осознанности, А.Ю. Агафонов, пришёл к выводу: «Осознание – как конечный результат неосознаваемой

деятельности сознания – является следствием выбора единственного из возможных в текущий момент времени способов понимания явления... Это не просто конечный результат, а интегральный психический продукт активности сознания, в частности продукт познавательной деятельности» [1].

Интерес к этому вопросу заставил нас, специалистов-практиков ООО «Ресурсный Центр «Интеграция» г. Тамбова (далее – Центр), приступить к исследованию процесса осознания с нашими клиентами. – Как человек осознает информацию о реальности внутренней и внешней?

Владея в большинстве своего состава Нейролингвистическим программированием (далее – НЛП), мы выбрали язык данной модальности для обсуждения своих исследований и решили исходить из принципа метауровней в НЛП Р.Дилтса (Р. Дилтс, 1998) и теории метапрограмм М. Холла и Б. Боденхамер (М. Холл, Б. Боденхамер, 2007).

Тогда, в 2009 году, нам было важно выявить алгоритм осознания, чтобы в случае необходимости понимать, на каком этапе находится проводимая психотерапия с клиентом, где она останавливается и в связи с чем, чтобы продолжить консультацию дальше. Кроме этого, было очень важно чётко понимать, на каком этапе консультационного процесса, в случае болезни коллеги, необходимо продолжить работу с клиентом.

В мае 2009 г. мы выдвинули гипотезу, что последовательность когнитивного процесса осознания позволит проявить какую-то информацию о том, в каком порядке человек фиксирует ее в сознании, опускаясь в глубины своей личности.

Начиная исследование, мы определились, что в каждой группе, для более объективного результата будет по 30 человек с жалобами на панические атаки. Контрольную группу по выборке карточек приёма Центра составили клиенты, принятые нами со дня основания Центра (X/2007) до IX/ 2009 – начала исследования.

К группе «плацебо» мы отнесли первых 30 человек, с которыми эксперимент проводился во время их консультационного курса психотерапии, при условии их адекватности и логичности ходу психотерапевтического курса.

Мы понимали, что получаем первые результаты эксперимента в зоне неизвестного (что осознают, а что нет), и кому-то из них он сразу принес облегчение, у кого-то, наоборот, возникло обострение невротического состояния, а на кого-то наш эксперимент вообще не повлиял.

Всего в исследовании за три года – IX/ 2009 – VI/2012 – приняло участие 60 человек в возрасте от 25 до 45 лет – это мужчины и женщины активного работоспособного возраста, имеющие паническое расстройство по критериям МКБ – 10, по 30 человек в каждой группе: «плацебо» и экспериментальной. Часть из них проходили параллельно медикаментозное лечение, назначенное врачами-психиатрами Тамбовского областного психоневрологического диспансера, врачами-неврологами различных городских поликлиник. В контрольную группу мы включили выборку из карточек приёма с X/ 2007 (основание Центра) до IX/ 2009, которые по критериям и симптоматике были аналогичны.

С первого дня существования Центра у нас был опыт совмещения медицинской помощи и немедицинской психотерапии в одном лечебно – психотерапевтическом курсе, т.к. к нам приходили клиенты по рекомендации врачей Областного Психоневрологического диспансера и от неврологов городских поликлиник, т.к. двое соучредителей Центра до его создания работали в частном Медицинском центре психологами-консультантами и имели известность в городе, как хорошие специалисты. Для статистической чистоты эксперимента мы в каждой группе (контрольной, «плацебо», экспериментальной) ввели ограничение: по 9 человек (30% группы) параллельно проходили медикаментозный курс по купированию панических атак, ни больше, не меньше.

Методами исследования были эксперимент, индуктивный анализ показаний участников, статистический и сравнительный анализ полученных данных, а так же теоретический анализ психологической литературы из области методологии психологии, теории сознания и осознания, теории личности различных психологических школ (в психоанализе З. Фрейда, в гуманистической психологии А. Маслоу, А. Адлера, К. Хорни, К. Роджерса, Д. Уотсона, в психологии отношений В. М. Мясищева, Е. Вурпе и др.), а так же общая теория и методология психологии.

На первом и втором этапе исследования (IX/2009 – VI/2010) эксперимент заключался в том, что мы предлагали клиентам группы «плацебо»:

- 1) прислушаться к своему состоянию, представить его некой одеждой,
- 2) снять с себя данное состояние как одежду, положив рядом, как некий якорь (мы давали клиенту платочки, выполняющие роль одежды),
- 3) осознать, о чем это в его реальности, при этом, задавался только один неконкретный, но направляющий внимание в когнитивную сферу вопрос: «Что это для вас значит?»
- 4) прислушаться к оставшемуся состоянию.

Важно. Для чистоты эксперимента мы задавали испытуемым вопрос: «Точно?». Если они подтверждённую свою информацию в каждом шаге эксперимента мы записывали.

С последним состоянием все четыре шага повторялись вновь. И так, образно говоря, человека «раздевали» до тех пор, пока он не произносил: «Чисто! Всё! Ничего нет!».

Не пустота, но именно – ничего нет больше! И только тогда он занимал позицию наблюдателя, и ему предлагали посмотреть на эти вещи и понять, - о чем это всё?

И на этот вопрос – о чём это всё? – платочки превращались в неких людей, в какие-то образы, архетипы, понятные им: кто стоит за этими образами в реальной жизни.

Целей было две:

- 1) Исследовательская: увидеть на каком уровне у человек, что и в каком порядке чаще всего осознаёт: какие объекты психики осознаются?
- 2) Психотерапевтическая: максимально помочь человеку освободиться от тяжёлых чувств и ощущений (сам факт переживания приступа панических атак клиентов сильно фрустрирован).

В ходе эксперимента перед нами раскрывался полный «спектакль проблемы». Мы начали осознавать, что на наших глазах постепенно стал проявляться не только механизм изменения жизненного сценария, но даже нечто большее.

Что же это – нечто большее? Это оказалось структурой того, в каком порядке человек осознает реальность. Внутреннюю, внешнюю ли, – неважно. Главное, что он ее осознает.

Рассуждения клиентов записывались, и по ним мы определяли, на каком метауровне и что становится объектом внимания человека. Периодически мы проводили сопоставление показаний и сначала пришли к дифференциации видов информации, определив их как уровни информации в сознании.

В результате исследований на первом этапе исследований IX 2009г. – XII/ 2009 г., мы выявили и сформулировали уровни информации в сознании, которые наши испытуемые осознавали в закономерном порядке, который мы дифференцировали на этапы осознания. Их (уровни информации и этапы осознания) мы ранее уже представляли в научных работах (Гафарова О.Н. 2015, 2018, 2019, 2022). Здесь для последовательности и логики изложения заявленной темы мы их кратко опишем. Более подробно они изложены в статье Гафаровой О.Н. «Практическое применение механизма психологического влияния «структурирование информации и опыта» по матричному алгоритму «Технология осознания реальности» на примере работы с диагнозом подростка: олигофрения в стадии дебильности» [4]. И так...

На первом этапе исследований мы пришли к видению информационных уровней сознания.

На первом уровне информации мы зафиксировали, где клиенты замечали факты, которые можно осязать (пощупать, образно говоря), увидеть, услышать. Позже мы назвали этот уровень информации «Симптоматический», поскольку, на нем человек воспринимал нечто первостепенное, выделяя своим вниманием из ряда других осязаемых элементов происходящего.

Второй уровень – «Процессуальный» – показал осознание неких действий и ситуационных процессов, в результате которых и появился данный симптом. Любая шишка вырастает в результате какого-то действия! На этом уровне человек осознает процесс происходящего, осознает психологическую защиту или собственную стратегию достижения цели.

На третьем уровне информации выяснилось, что любой процесс вытекает из какого-то состояния, из которого мы и совершаем какое-либо действие.

В этом состоянии есть такие элементы, как наши мысли (то есть, решения по поводу чего – либо), наши принципы (система убеждений) и наши выгоды (мы именно считаем, что нам это надо, полезно и так далее). Люди блуждают между этими слагаемыми, заблудившись, как в трех соснах.

Мы назвали этот уровень информации «Идеологический» (греч. ιδεολογία: от греч. ιδέα – прообраз, идея; и λογος – слово, разум, учение) – совокупность системно упорядоченных взглядов, – совокупность убеждений, решений, выводов, прежде всего сформулированных словами во внутреннем диалоге, но не всегда выраженными во внешнем.

На четвертом уровне в большинстве случаев участники эксперимента осознавали свои эмоции и чувства, связанные с потребностями и ценностями (тем, что важно, но не материально обусловлено) и, конечно, от их степени удовлетворённости проявлялся вектор эмоций и чувств: позитивный или негативный. Соответственно этим слагаемым, доминирующим в жизни человека, и озвучивались некоторыми клиентами их способности по формуле «могу – не могу».

Мы назвали этот уровень информации «Чувственно-сенсорный» (от лат. sensus – ощущение, чувство), обозначая информацию, поступающую по всем пяти каналам восприятия человека, на основании которой он ощущает степень своей удовлетворённости и осознаёт свои эмоции и чувства, связанный с ней. На этом уровне обнаруживались проблемы, связанные с сенсорным шумом и сенсорной депривацией, т.е. всё то, что и создаёт помехи в передаче информации в вышеупомянутой, и не случайно, Модели коммуникации Шеннона-Уивера (К. Шеннон, У. Уивер, 1949).

На пятом уровне информации испытуемые чаще всего обращались к опыту прошлого, осознавая ситуации возникновения своих неудач или удач, и свои предположения – моделируемый опыт, – как источник своих переживаний. Некоторые говорили о ситуациях настоящего времени, но как впервые возникшие, стрессовые, в их жизни.

Поэтому данный уровень информации мы назвали «Априорный» – априори (лат. a priori, букв. – «от предшествующего») – в философии И. Канта это знание, связанное с представлением о внутреннем источнике активности мышления. И здесь же клиенты часто озвучивали свои обобщения, создающие или ограничивающие, т.е. свои ресурсные категориальные понятия или когнитивные искажения в форме ошибочных формулировок и деструктивных идей с называемыми в НЛП кванторами всеобщности: все, всегда, вечно, всё, никто, никогда, нигде, каждый и т.д. Это были формулировки, итога какого-либо опыта.

На шестой уровень информации нас вывели высказывания клиентов о своём отношении к жизни, о её смысле, об отношении к Миру и социуму или человечеству в целом, вера или неверие в Бога. Всё это было уже из категории ментальных обобщений: негативизм или позитивизм, материализм или идеализм, цинизм или альтруизм. Многие озвучивали «голос совести» и говорили об истинах своей жизни, т.е. хоть и не все, но поднимались на уровень концепции своей жизни или активно делились своими философскими и религиозными воззрениями.

Этому уровню информации мы подбирали название долго и в итоге обозначили его как «Консолидированный» (Согласованный), т.к., действительно, при всей порой странности, нелогичности и противоречивости, говорящей об определённой степени фрагментарности сознания (особенно у лиц, проявляющих симптоматику пограничной организации личности) у испытуемые клиенты высказывали свое отношение к СКМ.

Названия уровней информации мы подбирали ещё и с учётом того, чтобы на русском и английском языке они были понятны. Таким образом, у нас возникла вертикальная модель информационных уровней сознания – «SPICAK»:

1. **Situational** – «Симптоматический»
2. **Procedural** – «Процессуальный»
3. **Ideological** – «Идеологический»
4. **Sensual** – «Чувственно-сенсорный»
5. **Authentic** – «Априорный»
6. **Consolidation / Consistency** – «Консолидированный»

Так как клиенты у нас проходили консультационный курс, то после определения уровней информации мы повторяли с ними вышеописанный эксперимент.

Целей ставилось две:

- 1) Психотерапевтическая: отследить динамику изменений, т.е. какой теперь у них возникал «Сценарий проблемы».
- 2) Исследовательская: выявить какие элементы психики отражаются в каждом уровне информации сознания.

Необходимость поставить вторую исследовательскую цель была вызвана тем, что в результате анализа данных (записанных высказываний клиентов), мы заметили, что в каждом уровне информации имеются свои доминантные объекты внимания, которые соотносятся с психологическими явлениями, сформулированными в классике общей психологической теории и методологии (психологические явления показаны в Таблице-1).

С каждым испытуемым эксперимент повторялся после исчезновения актуального симптома (панической атаки) минимум на неделю, потому что этот срок больше всего ставил цель отследить динамику изменений.

В целом все 30 испытуемых группы «плацебо» на втором этапе исследований и последующий их анализ на основе теории психологических явлений привёл нас к видению этапов осознания, сформулированных в Таблице 1.

Уровни информации в сознании	Психологические явления	Этапы осознания
1-й: симптоматический (от тела, материи)	Результаты психической деятельности это степень: - восприимчивости, - реалистичности, - рациональности, - готовности, - уравновешенности, - самостоятельности а также: - симптомы здоровья и заболеваний, - успехи и неудачи деятельности человека	1) «Симптом» – Symptom осознание проявленного результата и отслеживание физически проявленных симптомов.
2-й: процессуальный (о динамике процессов)	Психологические процессы - реагирование, - психологической защиты, - стратегии достижения - стрессовые копинг-стратегии	2) «Стратегия» – Strategy осознание стратегии поступков (психологические защиты или стратегии достижения)
3-й: идеологический (не сенсорной, логической информации)	Психологические состояния: - сознания: нормальное, изменённое, - эмоциональные, - коммуникативные, - интеллектуальные, - степень ответственности,	3) «Состояние» – Condition осознание состояния, в котором принималось решение и осознание принципа его реализации, ошибочных выводов и вторичных выгод как их скрытой причины.
4-й: чувственно-сенсорный (свойства чего-либо, определяемые по вербальной и невербальной информации)	Психологические свойства - эмоции, - чувства, - чувство веры или недоверие, - способности	4) «Необходимость» – Need/Necessity осознание потребностей, мотивов и необходимости взаимодействия с кем-либо или с чем-либо, психотравм и породивших негативные эмоции, или позитивных чувств и связанных с ними степени удовлетворённых потребностей и ценностей.

<p>5-й: аутентичный - информация ментального мира, которая воспринимается умозрительно и отчасти осознаваться человеком соразмерно его способностям (информация от первоисточника, и в основном имеющая отношение к коллективному сознательному - понятиям, законам и традициям социума).</p>	<p>Психологические образования</p> <ul style="list-style-type: none"> - направленность личности, - темперамент, - интеллект - опыт - верования - творческие идеи, - социально-направленные идеи - умения, - социальная деятельность, - знания, 	<p>5) «Корни» – Roots осознание первопричины — это причина личной слабости или силы, внешних условий или физических ограничений, предубеждений и негативных ожиданий, родительских посланий, идей, которые человек принял на веру от значимых для него людей, осознание формальных и неформальных течений социума.</p>
<p>6-й: консолидированной — это согласованная осознанная информация из обоих миров (внутреннего и внешнего)</p>	<p>Психологические явления</p> <ul style="list-style-type: none"> - вера, - душа, духовные стремления, - интуиция, мироощущение, - мировоззрение, - мироощущение, - смыслы жизни, 	<p>6) «Разрешение» – Resolution осознание табуированных тем, разрешений или, наоборот, перепрограммирование на ограничение разрушающей вседозволенности.</p>

Таблица 1. Синхронизация уровней информации сознания и этапов осознания с проявленными в них психологическими явлениями.

Названия этапов осознания мы подбирали так же с учётом того, чтобы на русском и английском языке они были понятны. Таким образом, у нас возникла горизонтальная модель этапов осознания – «SSS–N–RR»:

1) «Симптом» /Symptom – 2) «Стратегия» /Strategy – 3) «Состояние» /Condition – 4) «Необходимость»/ Need (Necessity) – 5) «Корни» /Roots – 6) «Разрешение»/ Resolution

На третьем этапе исследований мы стали вести психологическую диагностику по этапам осознания, фиксируя в каждом из них какие уровни информации больше всего осознаются людьми.

Эта вторая группа испытуемых, была уже экспериментальной, т.к. с каждым мы вели психологическую диагностику невротических расстройств с симптоматикой панических атак всё с той же возрастной рамкой, но отбирали клиентов с более развитым на наш взгляд интеллектуальным уровнем. Выборка составила так же 30 человек, как и группа «плацебо» за период IX/2010 – VI/2011.

Цель третьего этапа была нами поставлена как необходимость проверки полученных в ходе первых двух этапов данных и сформулированных определений уровней информации и этапов осознания.

В ходе исследования путём проведения психодиагностики мы разработали новую карточку приёма, в которой по горизонтальную модель осознания – «SSS–N–RR» – прописывали в первом столбце, а второй просто обозначили аббревиатурой вертикальной модели осознания – «SPISAK», чтобы записывать в каждой строчке причины того, что выявлялось в каждом этапе осознания:

№ Этапа	«SSS–N–RR» Горизонталь осознания	«SPISAK» Вертикаль осознания	План работы
1.	«Симптом»: заявленный симптом(ы)		
2.	«Стратегия»: поступки к ним приведшие		
3.	«Состояние»: состояние, которое спровоцировало данные поступки		
4.	«Необходимость»: мотивы (потребности и ценности) данных поступков.		
5.	«Корни»: причины		
6.	«Разрешение»: запреты и дозволения		

Таблица 2. Карточка приёма: психодиагностика и план курса.

В ходе данного этапа исследования уточнения претерпели:

– Первый этап осознания: вначале мы его называли фактическим, но уточнив, что клиенты фиксируются на том, что ярче проявляет себя (болезненные симптомы или стрессовые ситуации), назвали его «Симптом», как и формулируем в данной статье.

– Последний, шестой, этап осознания: были варианты его названий «выбор», затем «самоопределение», но убедившись, что не каждый человек доходит до акта собственного выбора или самоопределения, а чаще навязанного выбора или некритично перенятого решения по принципу «как все». Мы определились с названием «Разрешение», т.к. в любом случае человек что-то сохранял в своём пространстве жизни, т.е. разрешал себе остаться с тем, о чем никак не мог пожертвовать (запретить себе).

– Уточнили те элементы психики, которые приведены выше в Таблице-1 в столбце «Психологические явления» по каждому из них.

Самое главное и приятно неожиданное для нас было то, что выяснилось, что испытуемые быстрее и лучше осознавали причинно – следственные связи своих проблем в логическом порядке характерных доминирующих привычек. Их мы назвали «шаблоны личности». Это комплекс стереотипов, который и входит в определённый шаблон, т. е. форму проявления определённого психологического явления. Шаблоны личности структурировались по принципу матрёшки: один в другом, которые нами впоследствии и были сформулированы (Гафарова О.Н., 2017, 2018, 2019, 2022).

Уровни информации		Осознаваемые стереотипы	Шаблоны личности. Психологические явления
1	Симптоматический	Как себя чувствую (физическое состояние)	Физический: симптомы, как результаты психической деятельности
2	Процессуальный	Как поступаю (поведенческие стратегии)	Поведенческий: психологические процессы в форме психологических защит
3	Идеологический	Как думаю (рассуждения)	Логический: психологические состояния и принимаемые решения в них
4	Сенсорно – чувственный	Как реагирую (эмоции и чувства)	Чувственный: свойства психики и потребности личности
5	Аутентичный	Как вижу (система взглядов)	Социокультурный: психологические образования
6	Консолидированный	Как прихожу к выводам (предубеждения и тенденции – «дух времени»)	Нравственно – временной: психологические феномены (душа, сознание, совесть, и т.п.)

Таблица 3. Систематизация уровней информации, шаблонов личности и психологических явлений.

Рассмотрев психологию отношений В. Н. Мясищева [12], мы увидели, что типы отношений в его теории личности логически структурируются по, так называемой нами, «матрёшке шаблонов» личности. Получились следующие категории отношений [6]:

Шаблоны личности		Взаимоотношения по Мясищеву					
1	Физический	1. Я и Я: отношение к себе и к личной реакции на триггер					
2	Поведенческий	2. Я и Другой: отношение к другому					
3	Логический	3. Я и Контекст: предмет общения					
4	Чувственный	4. Я и Система: семья, род, коллектив					
5	Социокультурный	5. Я и Социум (сообщество)					
6	Нравственно – временной	6. Я и Мир					
Этапы осознания и консультирования по TOP – подходу		1. Симптом	2. Стратегия	3. Состояние	4. Необходимость	5. Истоки	6. Разрешение/ Запрет
Опорные вопросы исследования и этапов		Что есть?	Что делал(а)?	Зачем?	Ради чего?	Из – за чего?	К чему? И что тогда?

Таблица 4. Лестница этапов осознания и категории отношений в феномене личности.

Последовательность этапов осознания и определённая нами структура личности, как «матрёшка шаблонов», дала пошаговое понимание всей причинно – следственной цепочки формирования психологической проблемы и чёткое видение, когда и какому методу психотерапии стоит отдать предпочтение, осознавая, с каким компонентом психики и типом отношений мы работаем в конкретном шаблоне личности в определённом этапе [6].

Самым ценным открытием третьего этапа исследования процесса осознания было видение структуры личности по её шаблонам, на «стержне отношений», как и определял В.Н. Мясищев (Мясищев В.Н., 1936). Структурировать ступени всех видов отношений получилось благодаря состыковке этапа осознания с соответствующим по нумерации уровнем информации в сознании, как это было показано в Карточке приёма (Таблица 2).

Так мы пришли к пониманию того, что когнитивный процесс осознания является *метакогнитивным процессом* (метакогнитивные процессы и качества личности – особый класс психических процессов, обозначаемых так же как «вторичные» процессы, в отличие от традиционно выделенных когнитивных процессов, обозначаемых как «первичные». Основная характеристика метакогнитивных процессов состоит в их направленности на внутреннюю реальность, а не на внешнюю; своим «материалом» они используют собственное содержание психики) [5].

Как метакогнитивный процесс, осознание протекает и по соединяло структуре сознания с его уровнями информации, и структуре личности с его «матрёшкой» шаблонов личности, направляясь от одной структуры к другой, как «петля обратной связи» в коммуникативной модели К. Шеннона – Уивера (К. Шеннон, У. Уивер, 1949).

На четвёртом этапе исследования IX/2011 – VI/2012– была поставлена цель:

Проверить возможность применения психологического консультирования по этапам осознания, в которых внимание клиента направляется к паттернам (стереотипам) в собственных шаблонах личности и осознанию более точной информации, связанной с ними в разных психотерапевтических модальностях.

В нашем Центре по-прежнему работали психологи, имеющие разные профилирующие модальности психотерапии: Гештальт-подход, НЛП, Транзактный анализ, Эмоционально-образная терапия (ЭОТ), Когнитивно-поведенческая психотерапия (КПТ). И специалистам была поставлена задача работать с клиентами, применяя психотехнологии тех методов, которыми они владели.

В итоге мы пришли к очень удобной и бесконфликтной системе совместного ведения клиентов, где мы могли:

– оставаться в рамках своего метода, и чётко видеть к какой психотехники другой модальности стоит перейти в зависимости от того, что становится понятным по типу информации, которую озвучивал клиент в конкретном этапе осознания;

– вести записи в карточках приёма, особенно в разделе психодиагностики (рис.2) понятные друг другу записи;

– подменять друг друга в работе с клиентом, если в этом была необходимость;

– понимать, когда лучше передать клиента специалисту, который владел той психотерапевтической модальностью, которая была на определённом этапе консультирования конкретному клиенту более эффективна.

Реализация данной цели постепенно привела нас к созданию психотерапевтической модели, которую мы назвали «Технология Осознания Реальности» (сокращённо «TOP-подход») [8]. В основу метода и лёг открытый механизм метакогнитивного процесса осознания – единая последовательность его этапов как по уровням информации в сознании, так и по шаблонам личности.

Мы не спешили делать окончательные выводы о результатах исследования процесса осознания, т.к. понимали, что достоверность открытия его механизма лучше всего подтвердит статистика эффективности психотерапии по TOP-

подходу. Так как подробное изложение хода статического исследования и анализа эффективности ТОР-подхода не является заявленной темой данной статьи, то ограничимся цитированием апробации самих итоговых результатов.

«В Центре сравнительный анализ эффективности индивидуальных курсов по алгоритму ТОР-подхода по-прежнему осуществлялся на основе психотерапии панических атак невротического регистра расстройств. Он проводился на протяжении трёх лет (с IX/2012 по VI/ 2015) на основе Опросника/формы С (Кеттел, 1965) и Психодиагностического теста (В.М. Мельников и Л. Т. Ямпольский, 1985).

Результаты сравнительного анализа среднестатистических показателей второй экспериментальной группы клиентов (отобранной по тем же критериям, что и предыдущая) с контрольной (с X/2007 до IX/2009) показал в целом по обоим тестам показал:

- 1) по количественному показателю – сокращение сроков курса на 35%, что автоматически увеличило число тех, кто прошёл его полностью;
- 2) по качественному – позитивную динамику к психической норме на 11,5%, что говорит о повышении личной осознанности клиентов» [6].

«Экспериментально групповую психотерапию по ТОР-подходу с расстройствами невротического регистра, на основе 6 этапов осознания, мы проводили с VI/ 2019 г. по I/2022 г.: 4 группы от 6 до 12 человек, в регистре психологической нормы, но проживающие тот или иной семейный или возрастной кризис, и лица, имеющие различные невротические расстройства, в числе которых были те кто, жил с лицами пограничного расстройства личности (поэтому у членов семей наблюдались симптомы невротического регистра)– всего 45 участников.

Сравнительный анализ результатов по опросу участников вначале и месяц спустя по окончании групповой психотерапии показал, что произошли улучшения:

- 1) общего состояния – на 50,2%;
- 2) невротической симптоматики – на 45,3%;
- 3) конфликтов близких отношений – на 60,9 %;
- 4) проблем самореализации – на 76,3 %;
- 5) остроты симптомов соматических заболеваний – на 42,5 %;
- 6) 7 человек – 29,2 % участников – закрыли совсем или отметили.

А главное, что 82% участников прошли полный курс групповой психотерапии, не прервали его ни по каким причинам, 35% из них захотели пройти другие наши групповые программы» [7].

В XII/2018 на XX Международном медицинском конгрессе «Здоровье и образование в XXI веке» ТОР-подход, был апробирован как четвёртый вариант Универсальной модели психотерапии (УМП). А в 10.01.2021г. УМП "Технология Осознания Реальности" (сокращённое название «УМП по ТОР-подходу») прошла регистрацию Росстандарта по Системе Добровольной Сертификации "Европейский сертификат психотерапевта" (№ РОСС.RU/32138/04ГВО0–0854).

В VII/2022 УМП по ТОР-подходу прошёл доказательную регистрацию в Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиге (Авторское свидетельство №80 от 27 июля 2022г.).

С 2014 г. в нашем Центре велось сертифицированное обучение УМП по ТОР-подходу, а с X/2021 выпускникам выдаются уже диплом профессиональной переподготовки гособразца (учебная программа – 500 ак.ч.). В течении вот уже 7 лет мы получаем обратную связь от своих последователей о применении консультационной матрицы метода, как базовой модели, на основе которой в зависимости от этапа консультирования (этапа осознания), уровня работы (уровня получаемой от клиента информации) и шаблона личности (как психотерапевтической мишени в этапе осознания), они легко определяются с применением приёма психотехники как самого ТОР-подхода, так и какого-либо психотерапевтического метода.

Наши последние исследования потенциала ТОР-подхода, как Универсальной модели психотерапии, позволяет синхронизировать по его консультационной матрице различные психотерапевтические подходы.

Структурные характеристики	Шаблоны личности/ уровни информации в сознании		Вид психотерапевтических школ и/или методов					
Познавательный компонент	6	Нравственно-временной/ Консолидированный	Экзистенциальная терапия и духовно-ориентированные терапии и практики Интегративный подход					
	5	Социокультурный/ Аутентичный	Психоанализ К. Юнга и Социально-ориентированные терапии					
Эмоциональный компонент	4	Чувственный/ Сенсорно – чувственный	Все виды системной и эмоционально-рациональной терапии ЛОП-терапия					
	3	Логический/ Идеологический	Транзактный анализ и все виды когнитивной терапии					
Волевой компонент	2	Поведенческий/ Процессуальный	Поведенческая терапия/ Бихевиаральный подход Гештальт-подход					
	1	Физический/ Симптоматический	Телесно-ориентированные методы различных терапий					
Этапы осознания/этапы консультирования			1. Симптом	2. Стратегия	3. Состояние	4. Необходимость	5. Истоки	6. Разрешение/ Запрет
Осознание стереотипов в отношениях			Я и Я	Я и Другой	Я и Контекст	Я и Система	Я и Социум	Я и Мир
Сущностные характеристики по Мясищеву			Активность		Избирательность		Сознательность	Целостность

Таблица 5. Универсальная Модель Психотерапии на основе структуры личности и этапов когнитивного процесса осознания (осознания шаблонов личности и стереотипов в отношениях. Она же консультационная модель ТОР-подхода.

Подводя итог десятилетнего опыта психотерапевтического консультирования по ТОР-подходу, основанному на механизме метакогнитивного процесса осознания, не претендуя на истину, мы можем с уверенностью констатировать, что выдвинутая гипотеза подтвердилась.

На основе поэтапного и многоуровневого механизма осознания, являющегося по сути метакогнитивным процессом, осуществилось создание универсальной психотерапевтической модели (УМП по ТОР-подходу, в частности), на основе которой становится возможным разрешить внутренние конфликты психотерапии, что уже состоялось в рамках 10—летней работы нашего Центра.

Это возможно потому, что алгоритм процесса осознания, освещённый в данной статье, отвечает характеристикам информационной Модели коммуникации Шеннона–Уивера по выше обозначенным её авторами степеням передачи информации (коммуникации). Он является:

- 1) универсальным в технологической степени применения самого эмпирического механизма, охватывающего все психологические явления не зависимо от вида психотерапевтической модальности,
- 2) интеграционным по семантике метакогнитивного процесса осознания: уровни информации, этапы осознания, структура личности, структура сознания и т.д.
- 3) общим по степени эффективности воздействия на человека, что было показано в приведённой статистике эффективности УМП по ТОР-подходу.

Факт признания психотерапевтическим сообществом в России ТОР-подхода, как метода психотерапии, основанного на механизме метакогнитивного процесса осознания, так же подтверждает, хоть и косвенно, верность выдвинутой нами гипотезы.

Список литературы

1. Агафонов А.Ю. Бессознательные обертоны осознания // По обе стороны сознания. Экспериментальные исследования по когнитивной психологии / Под общей редакцией А. Ю. Агафонов. Самара: Бахрах–М, 2012. С.6–53
2. Аллахвердов В.М. Сознание как парадокс (Экспериментальная психология, т.1) СПб.: Издательство ДНК, 2000. 528 с.
3. Воробьева Л.И. Интеграция психотерапии — возможно ли это? // Труды по психологическому консультированию и психотерапии. М.: МГППУ. ИПРАН, 2005, № 2005. 245 с.
4. Гафарова О.Н. Практическое применение механизма психологического влияния «структурирование информации и опыта» по матричному алгоритму «Технология осознания реальности» на примере работы с диагнозом подростка: олигофрения в стадии дебильности. Ежемесячный научный журнал «Евразийский Союз Ученых» (ЕСУ) № 12 (57), 2018. С.— 11–27. DOI: 10.31618/ESU.2413—9335.2018.7.57.11—27 [Электронная версия издания – http://euroasia-science.ru/wp-content/uploads/2019/01/Euroasia_journal_7_part_11.pdf

5. Гафарова О. Н. Теоретический анализ научного исследования осознания.// Школа Науки №2 , 2019 [Электронная версия издания]– https://storage.shkolanauki.ru/source/publication_pdf
6. Гафарова О.Н. Универсальная модель психотерапии, основанная на структуре личности, смоделированной в результате исследования процесса осознания. Ежемесячный научный журнал «Евразийский Союз Ученых» (ЕСУ) № 1 (58)/ 2019 г., 5 часть. С.— 35–39.
7. Гафарова О.Н. Возможность создания мультимодальной единой системы работы с психически здоровыми людьми по универсальной модели психотерапии на основе биопсихосоциодуховной модели человека. Сетевое научно-практическое издание. Антология российской психотерапии и психологии. Фундаментальное издание материалов научно-практических конгрессов Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», Москва, 2022, С.— 33 — 38. Электронная версия издания: Доклад на 1м Конгрессе. Статья.pdf
8. Гафарова О.Н. — Технология осознания реальности – подход психологического консультирования // Психолог. – 2015. – № 4. – С. 317–356. DOI: 10.7256/2409–8701.2015.4.15538 [Электронная версия издания https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=15538]
9. Дорофеева И.В. Модель К. Шеннона-Уивера и ее значение для развития теории коммуникации // Языковой дискурс в социальной практике. ФГБОУ ВПО ТГУ, 2013. С. 49–53.
10. Козлов В.В. Психотехнологии измененных состояний сознания. Монография. /2–ое изд. М.: ИП, 2005. 544 с.
11. Курильченко Н.Н. К вопросу о профессиональной идентификации практического психолога, психотерапевта в вузе. [Электронный ресурс]: <http://psychology.net.ru/articles/content/1180647215.html>
12. Мясищев В.Н. Структура личности и отношения человека к действительности // Психология личности: тексты / Под ред., А.А. Пузыря, — М., 1982, — 35–38 с.
13. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003.512с.
14. Хокинг С. Кратчайшая история времени / Стивен Хокинг, Леонард, Млодинов. [пер. с англ. Б. Оралбекова под ред. А. Г. Сергеева]. СПб.: Амфора. 2011. 180 с.

THE ALGORITHM OF AWARENESS: UNIVERSALITY AND POTENTIAL FOR THE DEVELOPMENT OF PSYCHOTHERAPEUTIC SCHOOLS

Gafarova Olga Nilovna, Psychologist - psychotherapist, full member of the All-Russian Professional Psychotherapeutic League, author of the Universal Model of Psychotherapy "Technology of Awareness of Reality" (TOR-approach), General Director of Resource Center "Integration" LLC, Tambov. Email: psitrener@yandex.ru

Annotation. The report formulates 6 "stumbling blocks" of modern psychotherapy and shows the empirical sequence of the process of awareness, which, as a "litmus test", shows the range of psychotherapeutic modalities and their "zone of development" in the psyche space. The algorithm of this meta-cognitive process is considered as an opportunity to bring psychotherapy to a new level, making it possible to make a fundamentally new "quantum" leap in its development, instead of a horizontal multiplication of many methods and techniques.

Keywords: consciousness, awareness, information levels, internal conflicts of psychotherapy, universal model of psychotherapy, communication model.

References

1. Agafonov A.Yu. [Unconscious overtones of awareness] [On either side of the mind. Experimental research on cognitive psychology] Under the general edition of A. Yu. Agafonov. Samara: Bahrah-M,2012. p.6–53
2. Allahverdiv V.M. [Knowledge as a paradox] [Extravexperimental Psychology] Vol.1) SPB.: DNA publishing, 2000. 528 p.
3. Vorobyeva L.I. [Integration of psychotherapy - is it possible?] [Works on psychological counseling and psychotherapy.] M.: MGPU. IPRAN, 2005, 2005. 245 p.
4. Gafarova O.N. [Practical application of mechanism of psychological influence "structuring of information and experience" by matrix algorithm "Technology of awareness of reality" on the example of working with diagnosis of teenager: oligophrenia in the stage of debilitating.] Monthly scientific journal [Eurasian Union of Scientists] (EUS) № 12 (57), 2018. p.— 11 — 27. DOI: 10.31618/ESU.2413—9335.2018.7.57.11—27 [Electronic version of the edition] – http://euroasia-science.ru/wp-content/uploads/2019/01/Euroasia_journal_7_part_11.pdf
5. Gafarova O.N. [Theoretical analysis of scientific research on awareness.] [School of Science] 2, 2019 [Electronic version of publication]- https://storage.shkolanauki.ru/source/publication_pdf
6. Gafarova O.N. [Universal model of psychotherapies, based on the structure of personalities, modelled in the results and the study process of awareness.] Journal [Eurasian Union scientist Urga] (EUS) №1 (58)/ 2019, Part 5. P.— 35 — 39.
7. Gafarova O.N. [The possibility of creating a multimodal unified system of work with mentally healthy people on the basis of the universal model of psychotherapy based on the biopsychosociospiritual model of a human.] Online scientific and practical publication. Anthology of Russian psychotherapy and psychology. The fundamental publication of the materials of the scientific and practical congresses of the All-Russian professional psychotherapeutic league and the National self-regulatory organization [Union of psychotherapists and psychologists], Moscow, 2022, P.— 33 — 38. Electronic version editions: Доклад на 1м Конгрессе. Статья..pdf
8. Gafarova O.N. [Technology of awareness of reality – approach to psychological counseling] [Psychologist.] – 2015. – № 4. - P. 317 – 356. DOI: 10.7256/2409-8701.2015.4.15538 [Electronic version of the publication – https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=15538*

9. Dorofeeva I.V. [The K.Shannon-Viver model and its importance for the development of theories of communication] [language discourse in social practice.] FGBO VPO TGU, 2013. S. 49-53.
10. Kozlov V.V. [Psychotechnologies of altered states of consciousness.] Monograph. 2nd ed. M.: IP, 2005. 544 p.
11. Kurilchenko N.N. [To the question of professional identification of a practical psychologist, psychotherapist at the university.] [Electronic resource]: <http://psychology.net.ru/articles/content/1180647215.html>
12. Myasishchev V.N. [The structure of personality and the attitude of a human to reality] [Psychology personalities: texts] edited by A.A. Puzyrey, M., 1982 — - 35 — 38 PP.
13. Rubinstein S.L. [Being and consciousness.] [Man and peace. SPB.] Petersburg, 2003.512 P.
14. Hawking S. [Short Story Time] Stephen Hawking, Leonard, Mlodinow. [translation to English by B. Oralbekov edited by A. G. Sergeev]. SPB. Amphora. 2011. 180 PP.

ПРОБЛЕМАТИКА ЕДИНОГО ПРОСТРАНСТВА СУПЕРВИЗИИ. ЧТО И КОГО СУПЕРВИЗИРУЕМ?

Дуплищев К.Н., врач-психотерапевт единого европейского реестра, сертифицированный супервизор ОППЛ, преподаватель ОППЛ международного уровня, специалист в области телесно-ориентированной психотерапии, научный руководитель института «Интеграция».

Аннотация: В данной статье поднимаются актуальные вопросы возможности формирования единого пространства супервизии в психотерапевтическом пространстве и озвучивается идея о важности супервизирования, в первую очередь, именно личность специалиста и клиент-терапевтических отношений, а не методов или инструментов отдельной модальности.

Ключевые слова: супервизия, школьная супервизия, профессиональная полимодальная групповая супервизия, специалист, личность, метод, инструмент, супервизант, клиент-терапевтические отношения, межличностные отношения, психотерапия, супервизия психотерапии

На сегодняшний день существуют разные подходы к супервизии. Условно их можно разделить на три большие группы. Модальные или школьные, полимодальные профессиональные супервизии и спонтанные, возникающие по актуальности внутри тех или иных сообществ, связанных с психологией и психотерапией.

В определенных модальностях (в психоанализе, гештальте) супервизия существует уже давно, на протяжении десятилетий и столетий. Школьная супервизия опирается, безусловно на богатый опыт, но, как правило, ограничена рамками самой школы. Это связано с тем, что подобная супервизия тесно связана как с самой модальностью, так и с методологией подготовки специалистов. Соответственно супервизионный процесс будет всегда рассматриваться через призму метода. А, следовательно, супервизироваться обязательно должен метод, то есть инструмент. Безусловно и в школьной парадигме будет уделяться внимание самому специалисту как личности, но давление метода здесь очевидно преобладает. Можно сказать так: если соблюдены все условия метода у супервизанта, то в этих безопасных рамках будет возможность уделить внимание собственно личности специалиста. А если супервизант нарушает границы метода, то супервизор обозначает это и помогает специалисту вернуться в границы школы. Школьные супервизии углубляли себя, но никак не коммуницировали друг с другом, как если бы каждая модальность жила в своем собственном королевстве.

В России в конце 1990х годов возникла обратная потребность. Сильных школ не было, и потребность у специалистов в супервизии и межмодальном взаимодействии была очень большая. Так сформировалась профессиональная полимодальная групповая супервизия. В отличие от школьной супервизии полимодальная не могла опираться на метод. За основу были взяты законы психодинамики и межличностных отношений, что позволило сосредоточиться на личности супервизанта как приоритетном фокусе, а метод, наоборот, ушел на задний план. И получается, что при таком подходе супервизировать метод не просто не нужно, а даже является лишним. Я больше чем уверен, что мы должны супервизировать личность, а не метод – "Кого?", а не "Что?". В России есть большое полимодальное сообщество, которое позволяет взаимодействовать специалистам разных методов и школ. Здесь встает проблемный вопрос – если мы супервизируем в какой-то модальности, то в этом случае супервизируется конкретный инструмент, метод.

С моей точки зрения, должно быть понимание о психотерапии не как о модальности, а как о процессе межличностных отношений.

К сожалению сейчас часто звучит тема «психиатризации» психотерапии, когда речь идет о взаимодействии «специалист-пациент». Особенно странно слышать это в полимодальном сообществе. Это очень опасное заблуждение, так как отношения "специалист – пациент" в корне отличаются от "специалист – клиент". Как говорится, лучший пациент – послушный пациент. О каких субъект - субъектных отношениях тут можно говорить? Их нет совсем или они не в приоритете психотерапии в целом. В этом случае супервизируется инструмент воздействия, а не отношения.

Самое странное, что супервизия для специалиста очень важна как межличностные отношения супервизант – супервизор. Вряд ли мы пойдем к первому встречному супервизору. Благодаря плотным и многогранным отношениям "клиент – специалист – супервизор – супервизионная группа", растет и развивается личность специалиста. Как же скупо на этом фоне выглядит фиксация на методах и инструментах. И согласитесь, чем старше и опытнее мы становимся, тем больше ценим отношения и их глубину, а инструменты отходят на их заслуженное место – быть всего лишь инструментами.

Ведь только через отношения, в том числе профессиональные, происходит становление нас как личности, как специалиста. (корр.)

По моему мнению, важно не наращивать инструментарий, а в первую очередь возвращать личность профессионала. В такой парадигме мы супервизируем отношения между специалистом и клиентом, самого специалиста, а не методы, которые он использует. Тогда не будет необходимости называть супервизию межмодальной, полимодальной и так далее, а будет фигурировать супервизия психотерапии.

Разные модальности и идеи может объединить единая концепция, что психотерапия – это взаимодействие специалиста и клиента (а не пациента). Это поможет сформировать единое пространство супервизии. В любом случае, как многообразна психотерапия, так и будет многообразна супервизия.

ISSUES WITHIN OUR COMMON SUPERVISION SPACE. WHO AND WHAT ARE WE SUPERVISING?

Duplishchev Konstantin Nikolaevich, MD, Psychotherapist, European Certificate of Psychotherapy holder, PPL certified supervisor, PPL trainer of international level, Body-oriented psychotherapy specialist, Scientific director in the International Institute of Practical Psychology and Psychotherapy «Integraciya».

Annotation. The article raises current issues of the possibility of forming a common supervision space in the psychotherapeutic space and voices the idea of the importance of supervision, first of all, of the personality of a specialist and the client-therapeutic relationship, and not the methods or tools of a separate modality

Key words: Supervision, supervision within modalities or schools, professional polymodal supervision, specialist, personality, method, tool, supervisee, client-therapeutic relationship, interpersonal relationships, psychotherapy, psychotherapy supervision.

МЕДИАЦИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД В РАЗРЕШЕНИИ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ

Зайнуллина Резида Ирековна, семейный психолог, специалист по системной семейной психотерапии, руководитель центра семейного благополучия и здоровья «Семья под ключ», Россия, г. Уфа Башкирия, эл. почта: Rezidaz@bk.ru

Аннотация. В повседневной жизни мы часто сталкиваемся с конфликтами, наблюдаем как на мировом уровне происходят конфликты и каковы их последствия. Семья – как маленькое государство, в котором происходят процессы взаимодействия людей. Семейные конфликты играют ключевую роль в семейных отношениях. Но выбор пути их разрешения зависит от самих участников конфликта. Конфликт может произойти, когда члены семьи имеют различные взгляды или убеждения. Вопросы конфликта, которые не решаются мирным путем, могут привести к спорам и разладу в семье. И на помощь в разрешении конфликта приходит медиация. Семейная медиация основана на определенных принципах и проходит по этапам. Конфликт разрешается успешнее, если обе стороны заинтересованы в достижении общего результата, способствующего в дальнейшем к сотрудничеству.

Ключевые слова: семейный конфликт, способы разрешение конфликта, медиация, семья, семейные споры.

На протяжении всей семейной жизни возникают определенные трудности во взаимоотношениях между членами семьи. Любая внутрисемейная ситуация может стать конфликтной. Особенно обострения этих ситуаций во взаимоотношениях наблюдается в кризисные периоды брака.

В первый год брака конфликты в основном связаны с адаптацией супругов к друг другу. В период, когда появляются дети, возможны трудности, связанные с уходом за ребенком и его воспитанию, распределением обязанностей, ролей, уменьшением сексуальной активности.

Следующий кризисный период совпадает чаще всего с кризисом средних лет супругов.

Далее, кризис семьи приходится на период, когда дети вырастают и покидают родительский дом. Происходит отчужденность, одиночество.

Но конфликты в семье возникают не только между супругами, но и между супругами и их родителями, между родителями и детьми, бабушками/дедушками и внуками.

Конфликты, споры, недопонимание, возникающие в семьях, способны разрушить семью и дальнейшие взаимоотношения между членами семьи. Предупреждение семейных конфликтов зависит от всех членов семьи и прежде всего от супругов.

Семейные споры – одни из самых эмоционально насыщенных, поскольку затрагивают наиболее значимые вопросы в жизни каждого человека. Нередко болезненность от конфликта просто не позволяет сторонам договориться самостоятельно.

Если у супругов не получается самостоятельно разрешить ситуацию, всегда можно обратиться к специалисту. Психолог, психотерапевт поможет создать условия для взаимодействия сторон, выявления первопричины конфликта и подскажет способ устранения возникшей ситуации.

Многие специалисты придерживаются в практике консультирования модели «посредника», то есть медиатора. Это способ, когда муж и жена с помощью третьего лица приходят к разрешению конфликта.

«Медиация – это альтернативный метод урегулирования конфликта с участием третьей (нейтральной) стороны-посредника» (Д. В. Кутюков).

В Российской Федерации медиация как альтернативная процедура разрешения споров законодательно была введена с вступлением в силу в 2011 г. Федерального закона «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)» (далее № 193-ФЗ). В РФ семейная медиация еще только начинает развиваться, но преимущества видны уже сейчас.

Возможности медиации как альтернативного способа урегулирования семейных конфликтов объемны и масштабны, поэтому развитие этого направления при работе с семейными конфликтами актуально и очень перспективно.

Этапы проведения:

1-й этап медиации – Вступительный. На этом этапе медиатор рассказывает сторонам, что такое медиация, на каких принципах он построен (особое внимание здесь стоит уделить конфиденциальности), объясняет свои функции, знакомится со сторонами, рассказывает сторонам, какую роль они играют в предстоящих переговорах, оговаривает возможность проведения кокусов, т.е. индивидуальных бесед медиатора с каждой стороной.

2-й этап медиации – Презентация сторон. На этом этапе медиации медиатор предоставляет каждой стороне возможность рассказать о том, в чем заключается спорная ситуация.

3-й этап медиации – Дискуссия. Медиатор предлагает сторонам обменяться мнениями по поводу услышанного, высказать свои замечания. Во время проведения дискуссии ведется работа по первичному заключению, проявляются моменты, по которым сторонам предстоит прийти к согласию.

4-й этап медиации – Кокус, т.е. беседа медиатора с каждой стороной индивидуально. В соответствии с принципом равноправия сторон количество кокусов, проводимых с каждой стороной, должно быть одинаковым.

5-й этап медиации – Формирование заключения. На этом этапе медиатор предлагает сторонам сформулировать и записать те вопросы, по которым они хотят прийти к соглашению в ходе процесса медиации.

6-й этап медиации – Формирование предложений. Стороны обмениваются предложениями по решению каждого вопроса, внесенного в повестку дня. Этот этап является одним из самых важных в процессе медиации. Медиатор помогает сторонам в случае необходимости услышать друг друга, увидеть то положительное, что есть в предложении каждого из них, увидеть дополнительные ресурсы, которыми они обладают, прийти к решению, удовлетворяющему обоим, и т.д.

7-й этап медиации – Подготовка и подписание медиативного соглашения. Составленное медиативное соглашение должно согласовано и уточнено каждой стороной. На этом этапе формируется план будущих действий и осуществление контроля за реализацией договоренностей.

8-й этап – Выход из медиации. Задача этого этапа – получение медиатором обратной связи о результатах работы.

Принципы медиации:

Добровольность. В отличие от судебной тяжбы, вступление всех спорящих сторон в процесс медиации является добровольным, а медиатор – свободно выбранным. Никто не может заставить стороны участвовать в медиации, если они не хотят этого по какой-либо причине. Этот принцип проявляется и в том, что все решения принимаются только по взаимному согласию сторон, и в том, что каждая сторона в любой момент может отказаться от медиации и прекратить переговоры. Прежде чем начинать медиацию, медиатор обязательно обсуждает вопрос добровольности и старается добиться последней от каждой из сторон.

Равноправие сторон. Им предоставляется одинаковое право высказывать свои мнения, определять повестку переговоров, оценивать приемлемость предложений и условий соглашения и т.д.

Нейтральность, беспристрастность медиатора. Медиатор сохраняет независимое, нейтральное отношение с каждой из сторон и обеспечивает им равное право участия в переговорах.

Конфиденциальность. Все, о чем говорится или обсуждается в процессе медиации, остается внутри этого процесса. Медиатор не может выступать в качестве свидетеля, если дело все-таки будет передано в суд, и не сообщает одной стороне информацию, которую он получил от другой в процессе индивидуальной беседы, если не получил на это специального разрешения или просьбы от сообщившего информацию.

Кокус. По просьбе сторон или по инициативе медиатора на любом из этапов проводится кокус – индивидуальная встреча с каждым из участников. В этот момент происходит проработка эмоций, выяснение истинных интересов, уточнение позиции, формирование предложений и проверка их на реалистичность.

Семейную медиацию можно считать успешной, если она завершается достигнутым между сторонами соглашением. Иногда в ходе медиации не удается разрешить всех противоречий между расстающимися супругами, в том числе имущественных споров, или принять совместное решение о том, с кем из родителей будет в дальнейшем проживать ребенок. «Судебные разбирательства, связанные с разводом, могут тянуться достаточно много времени – и в такой ситуации задача медиации может заключаться в том, чтобы на основе сотрудничества между родителями обеспечить благополучие ребенка на период, пока судом не будет принято окончательное решение, защищающие его интересы. Медиатор может предложить родителям обсудить режим общения с ребенком, его финансовое обеспечение и т.п. на ближайшее время. В этом случае достигнутые соглашения будут носить промежуточный характер и могут быть закреплены в форме промежуточного договора о взаимопонимании между родителями. Если стороны не пришли к соглашению, то открыты и другие пути разрешения спорной ситуации.» (Автор: Н.В. Гордийчук). Альтернативные способы разрешения споров, включая медиацию, лишь расширяют возможность разрешения конфликта не только посредством судебного разбирательства. Кроме того, даже неуспешная медиация позволяет снизить уровень напряженности и выявить их условия для дальнейшего сотрудничества сторон.

В моей практике я в процессе медиации использую свою авторскую трансформационную игру «Мир между мной и тобой», нацеленную на конструктивное разрешение конфликта. В ходе игры клиенты могут увидеть себя со стороны, свои поведения и сценарии.

Основное условие конструктивного разрешения конфликта – открытость и эффективность общения конфликтующих сторон. Поэтому порой имеет смысл в самом начале конфликта пусть даже в резкой форме, высказать друг другу то, что чувствуешь.

Взаимное выражение чувств может помочь в создании условий для использования коммуникации в целях конструктивного обмена мыслями. А также, следует избегать угроз, лжи, попыток манипуляции партнером, потому что эти действия продиктованы стремлением взять верх над противником.

Важно в семье создание климата взаимного доверия и сотрудничества.

Конструктивность разрешения супружеских конфликтов, как никаких других, зависит в первую очередь от умения супругов понимать, прощать и уступать.

Одно из условий завершения конфликта любящих супругов – перестать в спорах стремиться к победе. Победу за счет поражения любимого человека трудно назвать достижением.

Важно уважать другого, какая бы вина ни лежала на нем.

Взять ответственность на себя.

Нужно быть способным честно спросить у самого себя (и главное, честно ответить себе), что же я могу сделать такого чтобы улучшить наши отношения, и чтобы такого больше не повторилось?

Лучше самим прийти к взаимопониманию и не втягивать в свои конфликты других – родителей, детей, друзей, соседей и знакомых.

Только от самих супругов зависит благополучие семьи!

MEDIATION AS AN EFFECTIVE METHOD IN RESOLVING FAMILY CONFLICTS

Zainullina Rezida Irekovna, family psychologist, specialist in systemic family psychotherapy, head of the family well-being and health center "Turnkey Family", Russia, Ufa, Bashkiria, Rezidaz@bk.ru

Annotation. In everyday life, we often encounter conflicts. We observe how conflicts occur at the global level and what are their consequences. Family is like a small state in which the processes of interaction between people take place. Family conflicts play a key role in family relationships. But the choice of the way to resolve them depends on the participants in the conflict themselves. Conflict can occur when family members have different views or beliefs. Conflict issues that are not resolved peacefully can lead to disputes and discord in the family. And mediation comes to the rescue in resolving the conflict. Family mediation is based on certain principles and goes through stages. The conflict is resolved more successfully if both parties are interested in achieving a common result that contributes to further cooperation.

Key words: family conflict, conflict resolution methods, mediation, family, family disputes.

МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ ЧЕСТНОСТИ КАК СТАБИЛЬНОГО СВОЙСТВА ЛИЧНОСТИ

Карпова Лариса Александровна, психолог, преподаватель национального уровня; ведущий преподаватель института Ценностно-ориентированной психологии; действительный член Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги (ОППЛ), «Союза психотерапевтов и психологов»; член American Psychological Association; Почетный член Общероссийской общественной организации «Опора России»; Награждена Евразийским Знаком Почета 2-й степени в области науки 2022г. Рецензент научного журнала «Агентство Перспективных Научных Исследований», «Психология». ORCID :0000-0001-6399-2391

Аннотация. В исследовании рассматривается вопрос выявления честности как устойчивого качества личности. В многочисленных исследованиях современных психологов зачастую изучаются только определенные стороны честности, без учета полного спектра качеств, присущих честным людям. Также честность частично рассматривается разработчиками различных тестов, призванных выявить черты характера соискателей определенных вакансий – данные опросы используются при приеме новых сотрудников на работу. Однако даже при общей успешности и объективности подобных тестов в них нередко отсутствуют факторы, позволяющие адаптировать их для представителей разных культур. Данное исследование нацелено на разработку теста, способного выявить честность и позволить оценить уровень ее развития у респондентов разных возрастов и уровней образования. Для достижения цели разработан стимульный материал опроса, сформирована группа респондентов, подобраны сравнительные шкалы исследования, проведен анализ и интерпретация результатов. На основе полученных результатов сделано заключение об эффективности используемой методики при выявлении честности.

Ключевые слова: честность, личность, свойства, методика, оценка, развитие, культура, качество, анализ.

Вопрос честности особенно актуален в современном обществе, где все более распространяется и укрепляется тенденция ко лжи и мошенничеству. Например, согласно исследованиям В.В. Знакова, число зарегистрированных обвинений в мошенничестве за период 1987-1991 в Великобритании практически удвоилось. К тем же выводам приходят

исследователи из США, отмечающие возрастающую частоту случаев недобросовестного исполнения обязанностей и мелких краж, включающих присвоение корпоративного имущества [4].

Сложность поиска честного сотрудника во многом сопряжена с многогранностью этого понятия. Честность – это способность говорить преимущественно правду, сохранять преданность определенной идее, исполнять обязательства, искренне выстраивать отношения. В противоположность честности нечестность связана со склонностью ко лжи, воровству, злонамеренными и подрывающими доверие решениями, двуличием и нарушением норм морали [9].

Несмотря на всю важность рассматриваемого понятия, в психологии отсутствует общепринятая точка зрения касательно честности. Вместо этого в трудах встречаются обращения к отдельным сегментам этого свойства – правдивости, искренности, ответственности [10].

К примеру, в отечественном научном сообществе имеется взгляд на правдивость, согласно которому она является свойством характера, побуждающим человека говорить правду. При этом С. Л. Рубинштейн не расценивал правдивость как понятие, равноценное искренности. Однако даже такие взгляды не охватывают все объемное и многогранное понятие честности.

Зарубежные исследования при этом больше сосредоточены на противоположностях честности. Пол Экман провел детальные исследования лжи, и согласно его теории обман – это сознательное введение в заблуждение одной личности другой.

В.В. Знаков в своих трудах рассматривает ложь и другие феномены коммуникации с позиции отечественной аудитории. Он также попытался внедрить в систему психологических понятий термин «макиавеллизм», применяющийся в случаях, когда одна личность использует других ради удовлетворения собственных интересов. Для исследования этого явления Знаков провел адаптацию «Мак-шкалы», валидность которой подтверждена исследованиями.

В психологической практике зарубежных специалистов также рассматриваются варианты «тестов честности», позволяющие выявить разрушительные черты в характере респондента, определить его склонность к обману, воровству, нарушению конфиденциальности.

Специалисты в области психодиагностики Д. Майнер и М. Кэппс в своем исследовании 1995 года приводят перечень 16 критериев нечестности – среди позиций встречаются эмоциональная нестабильность, частая смена рабочих мест, слабость сохранности сознания [18].

Другой перечень предложен «Рекомендациями для программ тестирования честности при подборе сотрудников». В него включаются:

- кража денег, продукции, имущества;
- порча продукции для дальнейшего выкупа по выгодной цене;
- превышение времени перерывов на обед;
- пустой расход времени, опоздания;
- явка на рабочее место в ненадлежащем состоянии;
- торговля запрещенными веществами на рабочем месте;
- нарушение установленных порядков;
- нанесение ущерба предприятию;
- моделирование предотвратимых несчастных случаев;
- получение оплаты, не соответствующей отработанным часам;
- смена рабочего места по множеству причин;
- некорректное использование корпоративных данных;
- оформление больничного без соответствующего состояния организма;
- употребление запрещенных веществ в рабочее время;
- умышленная медлительность, небрежность;
- неправомерные поступки;
- нанесение физического вреда другим сотрудникам [6].

Определенные тесты позволяют выявить склонность к воровству, другие рассматривают проблемы правдивости. Тесты могут иметь узкую или широкую направленность. Вариант М. Кэппса и Д. Майнера позволяет определить склонность к шантажу, срыву рабочего процесса, использованию ложных данных, азартным играм, мошенничеству и лжи, нарушению правил дорожного движения и др.

Следовательно, подобные тесты на самом деле подходят для выявления широкого спектра свойств характера, а потому применяются для диагностики негативных качеств потенциального сотрудника. В США нередко используются опросы, заменяющие детектор лжи [16].

Данная практика весьма распространена – в течение 80-х гг. по стране было проведено более 5000 тестирований для предприятий, специализирующихся на коммерции, управлении материальными ресурсами, либо работающими в банковской сфере. Данные о достоверности результатов подтверждены многочисленными исследованиями.

В частности тест Кеттела совпадает с различными вариантами тестирований, на основе чего сделан вывод о связи между нечестностью и слабой выраженностью Эго и Супер-Эго, а также напряженностью, склонностью к подозрениям.

При этом формулировка вопросов в подобных опросниках достаточно прямолинейна. Среди них встречаются следующие вариации: «Подлежит ли увольнению работник, уличенный в краже нескольких долларов?», «Во сколько вы оцените имущество, взятое у работодателя за прошедший период?». Такие вопросы призваны выявить отношение соискателя к воровству и недобросовестной работе [2].

Во внимание принимаются и показатели, связанные с зависимостью от алкоголя или запрещенных веществ. Встречаются вопросы на социальную желательность, однако в целом основной целью таких тестов остается выявление склонности к воровству.

Особый интерес представляет опрос для подбора сотрудников PSI (Personnel Selection Inventory), в котором имеется специальная шкала честности. Разработчики настаивают на определении честности через выявление отношения индивида к нарушениям правил на рабочем месте. В частности, внимание уделяется актам кражи и отношению к ним [3].

Авторы теста предусматривают три опоры мошенничества:

1. Влияние внешних условий, зачастую финансовых.
2. Доступность средств для совершения преступного акта.
3. Способность к оправданию совершенного акта.

Стоит учитывать, что далеко не все тесты актуальны для представителей других культур – в них редко учитывается компонент менталитета и воспитания. По этой причине в отечественной практике необходимы другие методики выявления честности или нечестности [12].

Это ставит перед психологами новые задачи, одной из которых является разработка корректного подхода к честности. При этом она должна расцениваться как стабильное свойство личности, а не схема поступков, зависящая от текущей ситуации. Важно также принимать во внимание культурные, национальные и ментальные особенности аудитории России.

Для достижения этой цели была разработана тестовая методика для определения уровня честности. За основу при этом брались представления о честности и нечестности, принятые за рубежом и в отечественной практике.

Главный блок данной методики оценивает готовность личности к честному образу действий, либо к совершению актов воровства. Внимание уделяется не только побуждениям, но также соображениям личности – вероятно, люди, склонные к воровству, уверены в своей безнаказанности, готовы умалчивать об известных им актах кражи, и рассчитывают на подобное отношение к собственным преступлениям [15].

Другой блок рассчитан на выяснение данных о свершившихся актах кражи или нарушениях. В объеме этого этапа также оценивается склонность к умалению значимости собственных проступков, манипуляциям. Следующий блок позволяет выявить дополнительные условия, сопутствующие нечестности – наличие пристрастий, агрессивное поведение, склонность к азартным играм и неоправданному риску.

Основные задачи:

1. Выделение критериев честности.
2. Формирование методики для выявления честности.
3. Проверка эффективности методики и достоверности результатов.

Выделение критериев честности возможно через определение главных характеристик, при помощи которых можно описать это качество. С этой целью был проведен опрос в форме интервью в группе из 72 участников. Из общего числа 49 женщин, 23 мужчины, возраст 18-52 года. 29 респондентов проходили обучение или были аспирантами ВУЗа, 18 были специалистами, 15 руководителями, 10 психологами.

По результатам опроса выяснилось, что честность характеризуется следующими качествами:

- правдивость;
- искренность, прозрачность отношений и мотивов;
- согласие между мотивами и поступками;
- доверие;
- ответственность.

Нечестность характеризуется следующими качествами:

- склонность ко лжи;
- скрытный характер;
- недоверие;
- применение приемов психологической защиты;
- манипулирование окружающими.

Далее была разработана методика для выявления честности как стабильного свойства личности [11].

Разработанная методика была условно разделена на 3 этапа.

Первые этапы подразумевают выбор пословиц из заранее подготовленного списка.

На 1 этапе респонденты должны были выбрать 10 вариантов, которые на их взгляд точнее описывают образ поступков окружающих людей.

На 2 этапе предлагалось выбрать 10 вариантов, по мнению респондентов, наиболее точно описывающих их собственный образ действий.

На 3 этапе предлагался перечень афоризмов известных авторов. На данной стадии каждый вопрос содержал по 2 афоризма, и задача респондента заключалась в выборе более близкого ему по духу изречения. В каждой паре присутствовали афоризмы, поддерживающие честность или оправдывающие нечестность.

В исследовании приняли участие 108 респондентов, из числа которых 42 мужчин и 66 женщин. Возраст участников – 20-52 года.

Для сравнительного анализа и выявления продуктивности теста был подобран комплекс проверочных шкал.

Сила «Сверх-Я» и слабость «сверх-Я», более известная как «Фактор G» из опросного теста Р. Кеттелла (модель 16 факторов). Шкала выявляет желание личности поступать в соответствии с рамками морали.

Шкала Re, разработанная на базе Калифорнийского теста CPI также призвана определять ответственных и правдивых людей.

Шкала So также выявляет критерий CPI, однако с расчетом на социальное развитие индивида.

Шкала Ne позволяет интерпретировать теста самоактуализации (CAT), она также нацелена на поиск людей, склонных видеть человеческую природу с позитивной позиции.

Кроме того, использовался опросник Р. Плутчика, составленный при сотрудничестве с Х. Р. Контом и Г. Келлерманом. Данный опросник, ориентированный на выявление стиля жизни (LSI), был адаптирован Л. Р. Гребениковым. Этот тест был необходим для определения уровня использования приемов психологической защиты, к которым относятся: замещение, интеллектуализация, отрицание, проекция, вытеснение, регрессия, компенсация и формирование реакции [12].

Данные приемы используются личностью на автоматической основе с целью изменения аффективного и когнитивного компонентов в рассматриваемой ситуации. За основу взята позиция, согласно которой частое использование подобных механизмов указывает на низкий уровень честности. Однако честные люди нередко прибегают к помощи вытеснения, компенсации, реакции, отрицания – они необходимы для преобразования негативных импульсов в позитивные [14].

Люди с низким уровнем честности чаще используют защитные приемы, позволяющие оправдать принятые решения на основе интеллектуальных манипуляций, составления проекции. Также они активно пользуются замещением для сокрытия истинных мотивов, переносят агрессию с сильной стороны на слабую.

Важным фактором оценки является социальная желательность, которая определяется при помощи шкалы искренности Айзенка (EPQ и EPI), высокие значения которой указывают на низкий уровень сознательности [7].

Результаты исследования

По результатам трех этапов были выявлены результаты, позволяющие определить степень развития честности на основе некоторых корреляций.

Связи отмечаются между 1 этапом (выбор пословиц) и МПЗ (механизмы защиты) в отношении приема Отрицание (значение $p < 0.01$). данный выбор указывает на стремление личности отстраниться от негативных переживаний или опыта. Вместе с тем такие люди подвержены внушениям и манипуляциям, зависят от чужого одобрения, но при этом легко принимают критику. Оптимизм и стремление видеть все события в положительном ключе побуждают их видеть честность во всех людях [5].

Также не наблюдается отрицательной корреляции между 1 этапом теста и МПЗ по приему Компенсации (показатель $p < 0.05$). Иными словами, стремление видеть в окружающих честность позволяет личности ощущать себя комфортно без замены раздражителей или их исправления. Такие люди трезво оценивают себя и окружение.

Результаты также демонстрируют совпадение между 1 этапом тестирования и шкалой Искренности (показатель $p < 0.01$). Следовательно, личности, привыкшие видеть в окружающих честность, нередко дают ответы, соответствующие общепринятым представлениям о правильности.

2 этап тестирования показал определенные совпадения со шкалой Re (показатель $p < 0.01$). Это указывает на связь между честностью личности по ее собственным критериям и ее фактической надежностью, ответственностью. Второй этап даже продемонстрировал совпадения со шкалой So (показатель $p < 0.05$) – это позволяет предположить, что считающие себя честными участники также достаточно зрелы в социальной жизни.

Другая корреляционная связь обнаружена между результатами 2 этапа теста с фактором G при показателе $p < 0.01$. Данные результаты показывают, что считающие себя честными участники также отличаются стремлением к соответствию моральным установкам.

2 этап исследования также показал совпадения со шкалой Ne при показателе $p < 0.05$, что, вероятно, указывает на стремление честных по своему мнению людей также воспринимать окружающих с положительной позиции. В этом случае также не исключено получение неискренних ответов от участников, а потому применение проективных приемов в определении уровня честности считается наиболее актуальным.

Отрицательная корреляция проявилась между 2 этапом исследования и Проекцией при показателе $p < 0.05$ – это указывает на низкое стремление к использованию Проекции как защитного механизма при условии, что человек считает свои поступки честными. Положительная корреляция наблюдается между 2 этапом исследования и приемом защиты Формирование реакции (показатель $p < 0.01$).

Данная тенденция указывает на то, что участники, считающие себя честными, нередко склонны интерпретировать свои негативные чувства как позитивные с целью создания положительного образа. Такой образ действий не указывает на склонность к обману, а характеризует личные особенности респондента.

Положительное совпадение также наблюдается между 2 и 3 этапами исследования (показатель $p < 0.01$). Следовательно, данные этапы исследования освещают общее направление.

Отрицательное совпадение демонстрирует 3 этап исследования с приемами защиты Проекция и Замещение (показатель $p < 0.01$). Это означает, что при высокой оценке честности личность редко прибегает к данным механизмам – не приписывает окружающим отрицательные мотивы, не стремится сместить фокус агрессии. Также выяснилось, что считающие себя честными участники реже прибегают к технике отрицания, поскольку предпочитают сохранять реалистичный взгляд на вещи. При этом они также демонстрируют желание давать на вопросы теста ответы, соответствующие общепринятым нормам.

Участники с высокими значениями 2 этапа исследования ориентированы на социальную жизнь, а потому их ответы чаще всего соответствуют общественным требованиям. При этом они также пользуются приемом защиты. Формирование реакций – предпочитают преобразовывать негативные ощущения и побуждения в позитивные. Они также не принимают действия и явления, не соответствующие представлениям о приличии.

Участники с высокими значениями 3 этапа исследования имеют аналогичные свойства характера, поскольку не склонны заменять окружающие предметы более выгодными альтернативами [17].

Заключение

Исследование показывает, что в настоящее время в психологии и науке в целом отсутствует общий взгляд на понятие честности. Однако в практике различных предприятий присутствуют многочисленные программы тестирования, позволяющие определить состояние некоторых из сторон честности у респондентов или желающих получить работу.

Для выявления честности с позиции стабильного свойства личности было проведено исследование по авторской методике, состоявшей из 3 этапов. Результаты методики проверялись путем сравнения с показателями ряда шкал, отображающих искренность, использование приемов психологической защиты и другие показатели.

Результаты исследования продемонстрировали валидность и гармоничность, что позволяет использовать его для дальнейшего рассмотрения вопросов выявления честности и определения уровня ее развития.

Список литературы

1. Александрова А.В. Архетипы и ценностные ориентации у людей среднего возраста / А.В. Александрова // Мир педагогики и психологии. - 2017. - № 2 (7). - С. 85-91.
2. Батурин Н.А., Бормотов А.А., Первухина Е.С. Диагностика честности как устойчивой черты личности // Психология образования: культурно-исторические и социально-правовые аспекты. Материалы III Национальной научно-практической конференции. Том 2. – М., 2009.
3. Егорова М.С. Психометрические характеристики Короткого портретного опросника Большой пятерки (Б5-10) / М.С. Егорова, О.В. Паршикова // Психологические исследования. - 2016. - Т. 9. - № 45. - С. 9.
4. Знаков В.В. Психология понимания: Проблемы и перспективы. М.: Издво ИП РАН, 2005.
5. Капустина Т.В. Создание и апробация методики «Способ оценки личности - 12 Архетипов плюс» для диагностики индивидуально-личностных характеристик / Т.В. Капустина // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. - 2018. - Т. 7. - № 1А. - С. 64-75
6. Методика выявления признаков достоверности/недостоверности информации, сообщаемой участниками уголовного судопроизводства (по видеозаписям следственных действий и оперативно-разыскных мероприятий): научно-практическое пособие / А.М. Багмет, А.Н. Гусев, В.Ф. Енгальцев, Г.К. Кравцова, В.И. Седин, Е.Н. Холопова. – М.: ФГБУ ГНЦ ФМБЦ им. А.И. Бурназяна ФМБА России, Академия СК России, 2017. – 130 с.
7. Аспект честности личности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://poisk-ru.ru/s8192t20.html> (дата обращения: 15.01.2023)
8. Дефицит доверия к миру и к себе как причина криминального поведения подростков. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://studizba.com/files/show/doc/151574-1-132376.html> (дата обращения: 15.01.2023)
9. Диагностика лжи и неискренности человека. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2020/07/29/diagnostika-lzhi-i-neiskrennosti-cheloveka> (дата обращения: 15.01.2023)
10. Кризисы профессионального становления личности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.studfiles.ru/preview/3600346/page:36/> (дата обращения: 15.01.2023)
11. Опросник «Честность». [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://azps.ru/tests/kit/kit1011.html> (дата обращения: 15.01.2023)
12. Основные характеристики опросников, предназначенных для диагностики честности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infopedia.su/10x5a90.html> (дата обращения: 15.01.2023)
13. Проблема индивидуального стиля деятельности в психологии: прошлое, настоящее и будущее. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/problema-individualnogo-stilya-deyatelnosti-vpsihologii-proshloe-nastoyaschee-i-budushee> (Дата обращения 15.01.2023).
14. Психодиагностика в практической психологии: проблемы и перспективы. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyjournal.ru/articles/psihodiagnostika-v-prakticheskoy-psihologii-problemy-i-perspektivy-polemicheskie-zametkif> (дата обращения: 15.01.2023)
15. Способы диагностики честности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://med-tutorial.ru/m-lib/b/book/174182440/20> (дата обращения: 15.01.2023)
16. Способы диагностики честности. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberpedia.su/1x908d.html> (дата обращения: 15.01.2023)
17. Тест для дифференцированной диагностики 11 Личностных Факторов - черт характера и темперамента. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.ht.ru/cms/component/content/article/106-tests/101572-11lf> (дата обращения: 15.01.2023)
18. Miner J.B., Capps M.H. How Honesty Testing Works. Westport, CT; London: Quorum Books, 1996.

METHODOLOGY FOR DETERMINING HONESTY AS A STABLE PERSONALITY TRAIT

Karpova Larisa Aleksandrovna, Psychologist, national level teacher; Head teacher of the Institute of Value-Oriented Psychology; full member of All-Russian Professional Psychotherapeutic League (APPL), "Union of Psychotherapists and Psychologists"; Member of the American Psychological Association; Honorary member of the All-Russian Public Organization "Opora Russia"; Awarded with the 2nd degree Eurasian Badge of Honor in the field of science in 2022. Reviewer of the scientific journal "Agency for Advanced Scientific Research", "Psychology". ORCID:0000-0001-6399-2391

Annotation. The study examines the issue of identifying honesty as a stable quality of personality. In numerous studies of modern psychologists, only certain aspects of honesty are often studied, without taking into account the full range of qualities inherent in honest people. Also, honesty is partially considered by the developers of various tests designed to identify the character traits of applicants for certain vacancies – these surveys are used when hiring new employees. However, even with the overall success and objectivity of such tests, they often lack factors that allow them to be adapted for representatives of different cultures. This study is aimed at developing a test that can identify honesty and allow to assess the level of its development in respondents of different ages and levels of education. To achieve the goal, the incentive material of the survey was developed, a group of respondents was formed, comparative scales of the study were selected, analysis and interpretation of the results were carried out. Based on the results obtained, a conclusion is made about the effectiveness of the methodology used in identifying honesty.

Keywords: honesty, personality, properties, methodology, evaluation, development, culture, quality, analysis.

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-ЭТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Кораблина Елена Павловна, доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии профессиональной деятельности и информационных технологий в образовании Университета им.А.И.Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Тихомирова Светлана Игоревна, магистр психологических наук Института психологии Университета им.А.И.Герцена, Санкт-Петербург, Россия.

Аннотация: рассматривается роль психологической помощи в контексте современных реалий с позиции экзистенциального подхода и этических норм. Обсуждается возможность диалогического взаимодействия для достижения воспитательно-образовательных целей. Предлагается использование творческих ресурсов для духовного изменения и роста человека.

Ключевые слова: психологическая помощь, диалог, этика, сознательная дипломатичность, экзистенциальный подход, самопознание, самооценка, саморегуляция.

Психологическая помощь может быть рассмотрена в качестве определенной составляющей всех видов помогающей деятельности: педагогической, социальной, медицинской, психологической и т.д. Значение слова помощь имеет однокоренные основания – «мощь», «мочь», и, следовательно, означает направленность на поддержание человека, обратившегося к соответствующему специалисту. Психологическая помощь подразумевает активизацию внутреннего ресурса субъекта в процессе поиска ответов на поставленные жизнью вопросы.

Экзистенциальный подход в психологии ориентирован преимущественно на восприятие человеком своего «бытия в мире» и отношения к существованию в нем [4]. В работах Джеймса Бьюдженталя, Виктора Франкла и других отмечается, что человеческое бытие в мире определяется его жизнеизменяющим характером и поиском смысла [1,7]. В связи с этим главное направление психологической помощи в данном подходе ориентировано на открытие и понимание замысла жизни, наполнение человека ощущениями благодарности и любви. Основной задачей становится развитие навыка превращать страдания в достижения своей жизни. Происходит возрождение духовного, разумного развития, творчества и ответственности.

В современных условиях возрастает актуальность оказания психологической помощи посредством диалогического общения с учетом экзистенциально-этических аспектов. Такой ракурс взаимодействия позволяет находить гармоничное сочетание уникальных переживаний и намерений человека с возможностями их проявления (реализации) этически приемлемыми способами. Диалог в процессе оказания психологической помощи является важным, так как отражает особенности существования человека в плане построения его отношений с собой и окружающим миром. Созвучие в диалоге помогающего и того, кому оказывается помощь, способствует повышению активности, осознанности и ответственности субъекта обращения в ситуации углубленного рассмотрения поставленных перед ним вопросов [5].

Этика (лат. – обычай, греч. – характер, способ) как философская наука о морали включает понятия: альтруизм, великодушие, добро, достоинство. Аристотель обозначал «этос» – как понимание привычного места обитания, привычки, нравы характера, обычаи. В последствии нормы морали были дополнены И. Кантом тремя установками: всеобщность, гуманность и необходимость нравственных действий [3].

Для диалогического взаимодействия, в процессе оказания психологической помощи, необходимо соблюдение этических принципов. Такими принципами прежде всего являются:

- принцип «не навреди», то есть гуманное, бережное отношение к человеку;
- принцип «осторожности и терпения», связанный с предыдущим;

- принцип «честности и открытости», способствующий созданию доверительных отношений между участниками диалога;

- принцип «профессионализма и конфиденциальности», обеспечивающий обоснованную направленность взаимодействия [5]

Основанное на данных принципах оказание психологической помощи, предполагает соответствующую подготовку специалиста для исполнения помогающей роли и воспитания этически обоснованного к ней отношения. Профессиональная зрелость, осознанность и ответственность в процессе работы обозначается нами термином «сознательная дипломатичность». Сознательная дипломатичность рассматривается как способность добиваться цели наиболее деликатным способом (тактичность, чуткость), это осознанное поведение на фоне гармонизированного внутреннего состояния человека [6,4].

Формирование сознательной дипломатичности предполагает:

Самопознание. Внимание, самонаблюдение, самоисследование.

Самооценку. Адекватное, гибкое отношение к себе в изменяющемся жизненном процессе.

Саморегуляцию. Выраженность мотивационно-волевого аспекта деятельности [6].

Проявление сознательной дипломатичности помогающими специалистами является фундаментом этического поведения. Ориентация на многогранное благополучие человека – визитная карточка экзистенциального подхода. Доверие к лучшему в человеке, поиск контакта и намерение учиться проходить кризисные моменты вместе – это три кита, которые помогут справиться с вызовами современности. Развитие личности идет через противоречия, внутренние конфликты, потерю доверия, что может способствовать осознанию приобретенного опыта.

Неопределенность и экзистенциальная тревога могут быть сбалансированы сознательно дипломатичным осуществлением этических правил. Как образно утверждал французский писатель Поль Валери: «В этом хаосе развалин мы находим строительный материал для построения порядка» [2, с.156]. Этим порядком можно считать соблюдение экзистенциально-этических аспектов в процессе оказания профессиональной психологической помощи, что отражается феноменологической моделью (рис.1):

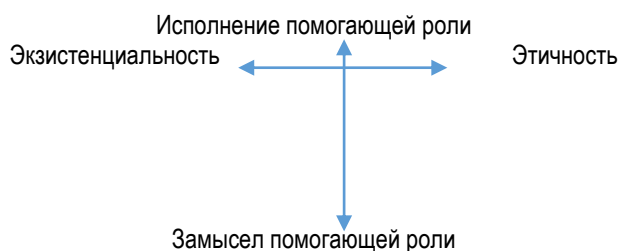


Рис. 1 Феноменологическая модель проявления экзистенциально-этических аспектов при оказании психологической помощи

Экзистенциальность – осознанное переживание экзистенциальных данностей существования и формирование отношения к себе и окружающему миру.

Этичность – ответственное осуществление взаимодействия с собой и с миром, основанное на этических принципах.

Замысел помогающей роли – оказание поддержки при обращении за психологической помощью.

Исполнение помогающей роли – диалогическое участие при сопровождении обратившегося за помощью.

Таким образом, можно сделать вывод, что в современных условиях при оказании профессиональной психологической помощи важно уделять внимание экзистенциально-этическим аспектам существования человека.

Список литературы

1. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2022. – 368с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
2. Моруа А. Литературные портреты: В поисках прекрасного/Андре Моруа. – М.: Колибри, Азбука-Аттикус, 2021. – 608с.
3. Кораблина Е.П., Пашкин С.Б. Профессиональная этика и служебный этикет: учебно-методический комплекс по изучению дисциплины. – СПб., Изд-во РГПУ им.А.И. Герцена. – 2019. – 212с.
4. Кораблина Е.П., Пашкин С.Б. Самопомощь в процессе профессиональной подготовки психологов-консультантов: учебно-методическое пособие. – СПб.: Изд-во РГПУ им.А.И. Герцена, 2018. – 63с.
5. Кораблина Е.П. Этюды о профессии психолог-консультант: ценностно-смысловой подход. – Монография. – изд. 3-е. – ООО «Айсинг», 2022. – 220с.
6. Прикладные технологии в психологическом консультировании: коллективная монография/ под ред. Е.П.Кораблиной, М.А.Коргожи. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И.Герцена, 2017. – 63с.
7. Франкл В. Подсознательный бог: Психотерапия и религия/ Виктор Франкл. – Пер. с нем. - М.: Альпина нон-фикшн, 2022. – 218с.

EXISTENTIAL AND ETHICAL ASPECTS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE IN THE MODERN WORLD

Korablina Elena Pavlovna, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Psychology of Professional Activity and Information Technologies in Education, A.I.Herzen University, St. Petersburg, Russia.

Tikhomirova Svetlana Igorevna, Master of Psychological Sciences, Institute of Psychology, A.I. Herzen University, St. Petersburg, Russia.

Abstract: the role of psychological assistance in the context of modern realities is considered from the perspective of an existential approach and ethical norms. The possibility of dialogical interaction to achieve educational goals is discussed. The use of creative resources for spiritual change and human growth is proposed.

Keywords: psychological help, dialogue, ethics, conscious diplomacy, existential approach, self-knowledge, self-esteem, self-regulation.

References

1. J. Bujenthal. The art of a psychotherapist. – St. Petersburg: St. Petersburg, 2022. – 368s.: ill. – (Series "Masters of Psychology").
2. Morua A. Literary portraits: In search of the beautiful /Andre Morua. – M.: Kolibri, ABC-Atticus, 2021. – 608s.
3. Korablina E.P., Pashkin S.B. Professional ethics and service etiquette: an educational and methodological complex for the study of discipline. – St. Petersburg, Publishing House of the RSPU named after A.I. Herzen. – 2019. – 212s.
4. Korablina E.P., Pashkin S.B. Self-help in the process of professional training of psychologists-consultants: an educational and methodological manual. – St. Petersburg: Publishing House of the A.I. Herzen State Pedagogical University, 2018. - 63s.
5. Korablina E.P. Etudes about the profession of a psychologist-consultant: a value-semantic approach. – Monograph. – ed. 3rd. – LLC "Icing", 2022. – 220s.
6. Applied technologies in psychological counseling: a collective monograph/ edited by E.P.Korablina, M.A.Korgozhi. – St. Petersburg: Publishing House of A.I.Herzen State Pedagogical University, 2017. – 63s.
7. Frankl V. Subconscious God: Psychotherapy and Religion/ Viktor Frankl. – Trans. from German. - M.: Alpina non-fiction, 2022. – 218s.

СМЫСЛ СЛУЖЕНИЯ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Краснова Алина Георгиевна, кандидат философских наук, доцент кафедры новых технологий в гуманитарном образовании Института дистанционного образования Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. ya@alinakrasnova.ru

Аннотация. В статье рассматривается служение как один из смыслов деятельности экзистенциального консультанта. Дается определение понятию служения и раскрываются особенности осмысления консультантами собственной практики в экзистенциальной модальности. Предложены критерии, по которым можно оценить деятельность консультанта как служение, и обозначены опасности, могущие привести к его профессиональному выгоранию.

Ключевые слова: экзистенциальное консультирование, служение, профессиональное выгорание.

Экзистенциальное консультирование – одно из модальностей в современном психотерапевтическом пространстве. Консультирование может быть названо экзистенциальным в том случае, если оно выстроено на экзистенциальных принципах, то есть в его основу положено, прежде всего, экзистенциальное мировоззрение самого консультанта.

Среди важнейших принципов экзистенциального мировоззрения С.Б. Есельсон, основатель Международного института экзистенциального консультирования, называет следующие: опора на собственный жизненный опыт, отказ от субъект-объектного мировоззрения, деуниверсализация, принцип неоднородности пространства и времени, важность контекста для понимания, культурная поли-лингвистичность и др. Автор пишет: «Мы живем не в одном и том же мире, и если мы хотим работать с собой, с другими людьми, то мы работаем не с объективным миром, а с миром этого человека. Не вообще с событиями, а с событиями его жизни. Не с политическими событиями, не с катастрофическими и еще какими-либо событиями, а с событиями его жизни. С тем, какое для него это значение имеет, что в его жизни происходит, где в его жизни. Чтобы это было возможно, нам с ним работать как экзистенциальным терапевтам, как минимум, должна произойти у нас с ним Встреча. Мы должны оказаться, хотя бы временно, в пространстве его жизни. А он – в нашем» [2]. Иными словами, экзистенциальный консультант работает не с некими психическими феноменами клиента, такими как психическая травма, ПТСР, горе, расставание и т.д., а с самим человеком, с его травмой, его расставанием и т.д. При этом экзистенциальный консультант работает не через методики, а через самого себя, хоть это и не исключает сам метод как таковой. Метод есть индивидуально подобранное «лекарство» для этого конкретного человека в конкретных терапевтических отношениях.

Экзистенциальное мировоззрение консультанта, таким образом, является основой его собственной профессиональной деятельности. Она есть не просто та деятельность, которую он осуществляет на практике, но тот образ мысли, согласно которому он живет. Невозможно быть в профессиональной деятельности одним, а в остальной жизни – кем-то другим. Согласно принципу Л.Н. Толстого, русского экзистенциального писателя, «дело веры есть только жизнь по вере», ибо «собой только я могу постигнуть истину, – и делом... я могу выразить эту истину» [3, с. 302-303]. Это справедливо и для экзистенциальной веры, ибо основа мировоззрения любого человека есть отражение его веры в широком смысле.

Подход экзистенциального консультанта к своей профессиональной деятельности, соответственно, предполагает отношение к ней как к своему делу, неразрывно вписанному в контекст своей собственной жизни. При этом в этой жизни присутствует Другой – клиент, который входит в жизнь консультанта непосредственно как субъект, а не остается в рамках

некой профессиональной сферы как «объект» терапии. То есть, профессиональная деятельность экзистенциального консультанта предполагает служение в самой своей основе.

Как пишет Г.В. Егоров, «только личностное отношение к Другому, ради Которого осуществляется профессиональная деятельность, как к ценности, делает условия, в которых осуществляется профессиональная деятельность, всякий раз уникальными, а осуществление деятельности в модусе служения дает профессионалу возможность (и необходимость) включать эти уникальные условия в условия своей деятельности и таким образом побуждает конструировать ее всякий раз заново в новых, до того не бывших условиях, побуждает при необходимости выходить за рамки своей профессии и самости, так как цель его деятельности, ее ценностные основания, в данном случае уже не ограничиваются достижением лишь профессионального результата, а сосредоточена на другом человеке» [1, с. 57]. Иными словами, фокус таким образом устроенной профессиональной деятельности – это Другой, а не я сам, не мой профессионализм, не мои достижения, даже не мой собственный рост (личностный или профессиональный), не мое благосостояние благодаря профессии и т.д.

Модус служения – это, по сути, деятельность, осуществляемая в самотрансценденции. В. Франкл в своей философии и психотерапевтической практике, по сути, отстаивал один важнейший тезис: «первостепенное значение для постижения сущности человека имеет психический феномен, который я называю самотрансцендентностью человеческого бытия» [4, с. 14], – пишет он. Это означает, что человеку внутренне присуще стремление выйти за пределы самого себя, выразиться в чем-либо – будь то любовь к другому человеку или осуществление своего предназначения. Служение в экзистенциальном консультировании – это такая позиция консультанта, при которой он всякий раз выходит к Другому за пределы самого себя и проживает с ним подлинную терапевтическую жизнь.

Модус служения, таким образом, не имеет ничего общего с оказанием психотерапевтических услуг. Хотя внешне она может так выглядеть, но внутренне это переживание совершенно иного рода, ибо служение есть добровольно принятое на себя дело быть причастным жизни Другого. Также служение не предполагает самоуничтожения ради миссии спасения клиента. «Ловушка» такой позиции заключается в том, что будучи внешне схожей со служением, такая «миссия» чревата профессиональным выгоранием, поскольку консультант в таком случае не видит границ своего служения. Служение же внешне имеет четкие профессиональные границы, а внутренне же никогда не ограничивается лишь «работой», которую производит консультант.

Верно осуществляемое служение, напротив, само по себе содержит защиту от профессионального выгорания, поскольку в нем человек не просто отдает и отдается, но и получает, главным образом, чувство наполненности собственной жизни, мощный личностный рост, творческую самореализацию, то есть реализует свою глубокую духовную потребность в смысле. При этом баланс «брать – давать» не завязан на Другом, ради которого осуществляется служение. Противоположный служению модус потребления предполагает, что консультант вкладывает нечто в клиента (время, силы, знания) и нечто получает от клиента (деньги, признание). Если данный баланс нарушается, то возникает либо профессиональное выгорание, если вклад больше приобретения, либо профессиональная профанация, если приобретение больше вклада. В случае служения консультант выходит за рамки этого «экономического» подхода: он вкладывает самого себя и обретает самого себя, нового, обогащенного прожитым с клиентом опытом жизни.

Список литературы

1. Егоров Г.В. Единство и противоречия профессионального и личностного развития (постановка проблемы) // Психология обучения. 2010. № 11. С. 48-60.
2. Есельсон С.Б. Принципы экзистенциального мировоззрения // Доклад на I Европейском Конгрессе по экзистенциальной терапии, Вена, апрель 2019. URL: <https://www.miekspace.ru/ru/institut/vedushhie-intensivov-miek/semes-eselson/principy-ekzistencialnogo-mirovozzreniya.html> (Дата обращения 10.03.2023).
3. Толстой Л.Н. Исследование догматического богословия. Полн. собр. соч.: в 90 т. Т. 23. – М.: Терра, 1992. – 573 с.
4. Франкль В.Э. Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная психотерапия. – Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2011. – 105 с.

THE MEANING OF SERVICE IN EXISTENTIAL COUNSELING

Krasnova Alina, PhD in Philosophy, Associate Professor of the Department of New Technologies in Humanitarian Education of the Institute of Distance Education, St. Tikhon's Orthodox University. ya@alinakrasnova.ru

Annotation. The article considers service as one of the meanings of the activity of an existential consultant. The definition of the concept of service is given and the peculiarities of consultants' understanding of their own practice in an existential modality are revealed. The article proposes the criteria by which the consultant's activity can be evaluated as a service and identifies the dangers that can lead to his professional burnout.

Keywords: existential counseling, service, professional burnout.

References

1. Egorov G.V. Edinstvo i protivorechiya professional'nogo i lichnostnogo razvitiya (postanovka problemy) [Unity and contradictions of professional and personal development (problem statement)] // Psihologiya obucheniya [Psychology of learning]. 2010. No. 11. pp. 48-60.
2. Esel'son S.B. Principy ekzistencial'nogo mirovozzreniya [Principles of the existential worldview] // Doklad na I Evropejskom Kongresse po ekzistencial'noj terapii [Report at the First European Congress on Existential Therapy], Vienna, April 2019. URL: <https://www.miekspace.ru/ru/institut/vedushhie-intensivov-miek/semes-eselson/principy-ekzistencialnogo-mirovozzreniya.html> (Date 10.03.2023).

3. Tolstoj L.N. Issledovanie dogmaticheskogo bogosloviya [The study of dogmatic theology]. Complete collection of works: in 90 vol. Vol. 23. – Moscow: Terra, 1992. 573 p.
4. Frankl' V.E. Stradaniya ot bessmyslennosti zhizni. Aktual'naya psihoterapiya [Suffering from the meaninglessness of life. Current psychotherapy]. – Novosibirsk: Sib. univ. publishing house, 2011. 105 p.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ В ОНЛАЙН-ПРОСТРАНСТВЕ В УСЛОВИЯХ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Кочина Ольга Валерьевна, психолог-консультант, ЭОТ-терапевт. Частная практика. Автор психологических блогов в ведущих социальных сетях. Консультативный член Профессиональной психотерапевтической лиги (ОППЛ), Москва, Россия. Olgakochina.ru, olga.v.kochina@gmail.com

Аннотация: В статье рассматриваются причины роста популярности психологических услуг в онлайн-пространстве. Обозначены основные каналы взаимодействия с потенциальными клиентами. Отмечена роль и влияние социальных сетей на формирование экспертности современного психолога. Обсуждаются ключевые навыки, которыми должен обладать эксперт для встраивания доверительных отношений с клиентами посредством взаимодействия в онлайн-пространстве.

Ключевые слова: онлайн-консультирование, онлайн-психология, социальные сети

Сегодня наблюдается активный рост популярности услуг психолога среди населения. По данным ВЦИОМ, с 2009 года доля россиян, которые обращались за профессиональной психологической помощью, выросла вдвое. Опрос, проведенный в 2022 году, показал, что к психологам обращались 12% россиян. Для сравнения – в 2009 году этот показатель составлял лишь 6%. [1]

Безусловно, многие люди продолжают справляться со своими проблемами и переживаниями в одиночку, что может быть обусловлено самыми разными причинами: от недоверия к психологам до отсутствия материальной возможности оплачивать данные услуги. Стоит отметить, что справляются с проблемами самостоятельно люди старшего возраста (по данным опроса ВЦИОМ, 45-59 лет – 73%, 60 лет и старше – 77%), жители сельской местности – 75%, а также активные пользователи телевизора – 75%. [2]

Напротив, услуги психолога особенно востребованы в мегаполисах. Так, 24% жителей Москвы и Санкт-Петербурга в прошлом году решали свои проблемы на профессиональном уровне. Интересен тот факт, что выросла доля молодежи в возрасте 18-24 лет, обращающаяся за психологической помощью (35%). Среди активных потребителей услуг психолога те, кто чаще всего взаимодействует с Интернетом – 23%.

Именно онлайн-пространство сегодня активно заполняется экспертами в области психологии. Причины тому очевидны:

- Доступность услуг 24/7
- Удобство взаимодействия из любой точки мира
- Пропаганда психологических услуг через создание личного бренда
- Высокий охват аудитории
- Более широкий спектр психологических услуг, которые можно предлагать

Адаптируя свое расписание под гибкие характеристики онлайн-пространства, психолог способен увеличить охват аудитории, повышать свою востребованность и помогать большему количеству людей при сокращении трудозатрат. Сегодня нам не надо тратить время на дорогу, увеличивать расходы на аренду и содержание рабочего кабинета, нести убытки по причине внезапно отмененных сессий. При этом мы можем быть полезны не только тем, кто находится в непосредственной близости от нас. Каждый эксперт может стать «мировым» психологом, проводя консультации для клиентов из самых разных городов и даже стран мира.

Во многом, мы должны быть благодарны пандемии 2020 года, которая дала толчок к бурному росту спроса на онлайн-услуги в самых разных областях. Ограниченные в пространстве и передвижениях люди, попавшие под мощное давление стрессовых факторов, стали искать способы помочь себе понять и принять ситуацию. По данным исследования сервиса Profi.ru, только за 1-ый квартал 2020 года спрос на услуги психологов вырос в четыре раза. С конца марта по середину мая число обращений к онлайн-психологам выросло на 69% по сравнению с аналогичным периодом в 2019 году! [3]

Возможности онлайн-пространства для экспертов в области психологии довольно обширны. Если раньше психолог работал при каком-либо психологическом центре, ему было достаточно иметь анкету на сайте своего работодателя. Однако, для тех, кто готов был развивать частную практику, этого канала взаимодействия с аудиторией было не достаточно.

Частная практика подразумевает активное продвижение услуг на постоянно основе, создание личного бренда, выход на более широкую аудиторию, использование современных способов взаимодействия с конечным потребителем психологических услуг. И в этом помогает развитие так называемой омниканальности.

Оmnikanальность представляет собой взаимную интеграцию разрозненных каналов коммуникации в единую систему, что позволяет обеспечивать непрерывную коммуникацию с клиентом.

Сегодня частному психологу не достаточно иметь только свой сайт и зарегистрироваться в популярных онлайн-базах психологов. Omnikanальный подход включает в себя:

- регистрация на психологических агрегаторах
- ведение каналов в мессенджерах
- публикации в ЯндексДзен
- PR в ведущих онлайн-изданиях
- создание видео-каналов
- ведение социальных сетей

Особенно хочется выделить последний пункт. В наше время социальные сети имеют колоссальное влияние на массовое сознание. Они становятся не просто местом общения людей. Сегодня социальные сети похожи на гигантские торговые центры с десятками и сотнями витрин. Каждый эксперт может создать для себя свою собственную витрину, демонстрируя все самое лучшее, что он может предложить.

Именно поэтому современному психологу, который хочет быть на гребне волны, так важно обладать новыми навыками и компетенциями. Просто разбираться в психологии теперь недостаточно. Необходимо научиться разговаривать с аудиторией на ее языке, используя те инструменты, которые предоставляет нам онлайн-пространство.

Современный психолог должен хотя бы немного разбираться в маркетинге и в продажах. Его не должны пугать такие термины, как «воронка продаж», «шапка профиля», «съемка рилсов», «чат-бот» и пр. Сегодня психолог помимо классических консультаций может предлагать своим клиентам психологические марафоны и сообщества по интересам, экспресс-тренинги и длительные курсы. Современный потребитель психологических услуг ждет от нас самых разнообразных инфопродуктов, способных решать озвученный запрос удобным для него способом!

На передний план выходит контент. Причем в самых разных форматах. И будущее за теми психологами, что способны проявлять креативность и инициативу в данном вопросе, экспериментировать и рисковать. Ведь именно контент – от текстовых постов до видео на YouTube, от сторис до чек-листов по подписке – создает уникальный образ каждого конкретного психолога. Клиент идет в онлайн-пространство, чтобы найти своего эксперта, наставника, которому можно доверять. Он уже не готов просто стучать в двери кабинетов. Он хочет в одном месте получить полное представление о психологе здесь и сейчас. Онлайн-пространство дает такую уникальную возможность.

Через посты клиент знакомится с вашими ценностями. На прямых эфирах он слышит ваш голос. В общении в чатах он чувствует вашу энергетику. В закрепленных историях он читает ваши кейсы и отзывы других клиентов, создавая комплексное представление о вас как об эксперте в психологии. На основании собранной информации он способен быстро принять решение – готов ли прийти к вам на сессию.

Условия новой реальности таковы, что онлайн-консультирование становится неотъемлемой частью работы современного психолога. И мы как специалисты должны видеть в этом плюсы, а не фокусироваться на минусах, которые, безусловно, имеются. Нивелировать их поможет осознание того, что с помощью разных способов взаимодействия с клиентами мы в итоге формируем психологическую культуру населения.

Список литературы

1. Кирилл Хломов «Анализируй это: почему россияне стали чаще обращаться к психологам?» <https://wciom.ru/expertise/analizirui-eto-pochemu-rossijane-stali-chashche-obrashchatsja-k-psikhologam> дата 20 декабря 2022
2. «В поисках психологической помощи», исследование ВЦИОМ <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> дата: 22 ноября 2022
3. Екатерина Ясакова «Стресс карантинирован: спрос на услуги психологов во время пандемии вырос на 69%» <https://iz.ru/1012584/ekaterina-iasakova/stress-karantirovan-spros-na-psikhologov-vo-vremia-pandemii-vyros-na-69> дата 18 мая 2020

THE KEY FEATURES OF ONLINE PSYCHOLOGY CONSULTING FOR THE NEW REALITY

Kochina Olga, Psychologist, EOT-therapist, private practice, influencer of leading social media. Consultative Member of the Russian League of Professional Psychotherapists (PPL), Moscow, Russia. olgakochina.ru, olga.v.kochina@gmail.com

Abstract. This article discusses the reasons for demand increase of online psychological consulting. The main options for interaction with potential customers are highlighted. It focuses on increasing influence of psychologists by social media. The article summarizes the list of key skills which are needed to establish reliable online relationship between expert and customer.

Key words: online-consulting, online-psychology, social media

References

1. Khlomov K. «Analizirui eto: pochemu rossijane stali chashche obraschatsya k psihologam?» [Analyse this: why Russian people have begun to contact psychologists more often?] <https://wciom.ru/expertise/analizirui-eto-pochemu-rossijane-stali-chashche-obrashchatsja-k-psikhologam> date: 20/12/2022
2. «V poiskah psikologicheskoi pomoshchi» [Looking for the psychologists's help], the survey of VCIOM <https://wciom.ru/analytical-reviews/analiticheskii-obzor/v-poiskakh-psikhologicheskoi-pomoshchi> date: 22/11/2022

3. Yasakova E. «Stress karantirovan: spros na uslugi psihologov vo vremya pandemii vyros na 69%» [The stress has been «karantirovan»: the demand for the psychologist's services increased by 69% during the pandemic] <https://iz.ru/1012584/ekaterina-iasakova/stress-karantirovan-spros-na-psikhologov-vo-vremia-pandemii-vyros-na-69> date: 18/05/2020

ОТНОШЕНИЯ В СУПЕРВИЗИИ В КОНТЕКСТЕ ПСИХОЛОГИИ ПРИВЯЗАННОСТИ

Куфтяк Елена Владимировна, elena.kuftyak@inbox.ru, клинический психолог, системный семейный терапевт, профессор МИП, МВШСЭН, действительный член ОППЛ, аккредитованный обучающий личный терапевт ОППЛ, супервизор, Россия, Москва.

Аннотация. В статье анализируются отношения супервизанта и супервизора через призму системы привязанности. Рассматривается роль привязанности в терапевтических и супервизорских отношениях. Обсуждается влияние привязанности на супервизорские отношения и удовлетворенность супервизией.

Ключевые слова: супервизия, отношения, привязанность.

Супервизия как особый метод обучения и форма консилиума для обсуждения сложных случаев, обеспечивает тесную связь теории и практики и основывается на взаимоотношениях, ориентированных на конкретные кейсы и поддерживает, управляет и направляет работу коллег [1; 8]. Супервизия повышает профессиональное функционирование более младшего коллеги, интенсивно улучшает качество профессиональных услуг, трансформирует отношения в паре «клиент – супервизант». Супервизия благодаря своему вкладу в психологическое и профессиональное развитие специалистов в настоящее время переживает активное распространение в психотерапевтической среде.

Фокусируясь на терапевтических отношениях «клиент – супервизант» супервизионный процесс затрагивает отношения супервизанта и супервизора, в которых проявляется уязвимость. Теория привязанности как одна из наиболее известных теорий психического развития человека объясняет отношения с другими людьми, супружеских пар и между более крупными социальными группами и обществами [7]. Сформированная ранним окружением, система привязанности активна на протяжении всей жизни, адаптивно регулируя психологическое и физиологическое развитие. Система привязанности обеспечивает, во-первых, «надежную базу», которая позволяет себя чувствовать себя уверенно при исследовании окружающей среды, во-вторых, «безопасное убежище», которое дает обществу другого человека в ситуации опасности и угрозы (Bowlby, 1982). Исследователи различают два базовых аспекта привязанности: тревожная привязанность (АХ) и избегающая привязанность (АВ). Хотя люди с надежной привязанностью справляются с угрожающими ситуациями либо активно осуществляя поиск поддержки, либо используя ментальные представления о ранее полученной поддержке, стратегии гиперактивации (АХ) включают требование заботы, беспокойство и размышления [7]. И наоборот, стратегии деактивации (АВ) предполагают сильную потребность в уверенности в себе и высокий уровень бессознательного дистресса. Известно, что привязанность влияет на взаимодействие между специалистами (психотерапевтами, медицинскими работниками) и их клиентами, либо улучшая терапевтические отношения и способствуя лечению, либо ослабляя эмпатию к клиенту и прогресс лечения [4]. В своей работе А. Kurtz обратил внимание на важность супервизора в качестве надежной базы и убежища, чтобы фасилитировать исследование, обучение и рост супервизанта: ощущение поддержки и силы супервизантом, позволяет ему обратиться на свою привязанность и быть более доступным в качестве надежной базы для клиентов [6].

Научный обзор исследований, посвященных изучению роли супервизии в обучении врачей общей практики подчеркнул важность связи, доверия, согласия и ясности в супервизорских отношениях для достижения целей супервизии, а также указал на равноправные, неиерархические отношения в супервизорской системе, что может опосредовать риск дисбаланса власти [5].

Супервизорские отношения описываются как сотрудничество в целях изменений, включающее эмоциональную связь и взаимопонимание относительно задач и целей супервизии. С точки зрения теории привязанности, при супервизии будет активироваться динамика привязанности, поскольку супервизия – это отношения, в которых уязвимость играет определенную роль. Поэтому рассмотрение системы привязанности супервизантов может улучшить понимание супервизорами различий в отношениях в процессе супервизии, то есть того, почему в одних ситуациях это способствует изменениям, в то время как других провоцируют конфликт. Хотя некоторые исследователи указывают, что теория привязанности помогает раскрыть межличностную динамику в контексте клинического наблюдения [2], исследование влияния привязанности на супервизорскую систему все еще относительно редко встречается. По данным исследователей, супервизанты демонстрируют схожую динамику привязанности в своих близких отношениях и в отношениях с супервизором [3]. Так, компульсивная уверенность в себе, связанная с ненадежной привязанностью у супервизантов негативно влияет на отношения с супервизором. Общая тревога привязанности у супервизируемых связана с использованием когнитивных искажений, что определяет трудности принятия обратной связи в процессе супервизии. Вероятно, некоторые компоненты супервизии (обратная связь) и сопротивление супервизанта могут снизить удовлетворенность супервизанта супервизией. И наоборот, надежная привязанность супервизанта связана с профессиональным развитием во время супервизии, а также с более высоким уровнем взаимопонимания в рабочем союзе с супервизором [3].

В целом, результаты подчеркивают взаимосвязь привязанности супервизанта с отношениями с супервизором, а также удовлетворенность супервизией. В соответствии с этим утверждается, что отношения в процессе супервизии могут рассматриваться показателем удовлетворенности супервизией со стороны специалистов и способствуют самораскрытию супервизанта [8; 9]. Итак, качество супервизорских отношений влияет на то, обращаются ли супервизанты к самокритике и смягчают ли ее резкость. Другие исследователи указывают, что мнение супервизируемых об супервизорских отношениях положительно связано с отношениями с клиентом [9].

Таким образом, теория привязанности выступая полезной основой для обучения и супервизии консультантов, может дать ценную информацию для поддержки профессионального и личностного развития супервизируемых.

Список литературы

1. Кулаков С.А. Супервизия в психотерапии. – [б. м.] : Издательские решения, 2022. – 240 с.
2. Dickson J.M., Moberly N.J., Marshall Y. et al. Attachment style and its relationship to working alliance in the supervision of British clinical psychology trainees // *Clinical Psychology & Psychotherapy* 2011; 18(4): 322–330. DOI:10.1002/cpp.715
3. Foster J.T., Lichtenberg J.W., Peyton V. The supervisory attachment relationship as a predictor of the professional development of the supervisee // *Psychotherapy Research* 2007; 17(3): 353–361. DOI:10.1080/10503300600823202
4. Fuertes J.N., Moore M., Ganley J. Therapists' and clients' ratings of real relationship, attachment, therapist self-disclosure, and treatment progress // *Psychotherapy Research* 2019; 29(5): 594–606. DOI:10.1080/10503307.2018.1425929
5. Jackson D., Davison I., Adams R. et al. A systematic review of supervisory relationships in general practitioner training // *Medical Education* 2019; 53(9): 874–885. DOI:10.1111/medu.13897
6. Kurtz A. The needs of staff who care for people with a diagnosis of personality disorder who are considered a risk to others // *Journal of Forensic Psychiatry and Psychology* 2005; 16(2): 399–422. DOI:10.1080/14789940500098475
8. Mikulincer M., Shaver P.R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. N.Y.: Guilford Publications Inc.; 2007.
9. Milne D. An empirical definition of clinical supervision // *British Journal of Clinical Psychology* 2007; 46(4): 437–447. DOI:10.1348/014466507X197415
10. Park E.H., Ha G., Lee S. et al. Relationship between the supervisory working alliance and outcomes: A meta-analysis // *Journal of Counseling and Development* 2019; 97(4): 437–446. DOI:10.1002/jcad.12292

RELATIONSHIPS IN SUPERVISION IN THE CONTEXT OF ATTACHMENT PSYCHOLOGY

Kuftyak Elena Vladimirovna, elena.kuftyak@inbox.ru, clinical psychologist, systemic family therapist, Professor of MIP, MVSHSEN, full member of the OPPL, accredited training personal therapist of the OPPL, supervisor, Russia, Moscow.

Annotation. The article analyzes the relationship between the supervisor and the supervisee through the prism of the attachment system. The role of attachment in therapeutic and supervisory relationships is considered. The influence of attachment on supervisory relationships and satisfaction with supervision is discussed.

Key words: supervision, relationships, attachment.

References (transliterated)

1. Kulakov S.A. Superviziia v psikhoterapii [Supervision in psychotherapy]. [b. m.] Publ. Izdatel'skie resheniia, 2022. 240 p.
2. Dickson J.M., Moberly N.J., Marshall Y. et al. Attachment style and its relationship to working alliance in the supervision of British clinical psychology trainees // *Clinical Psychology & Psychotherapy* 2011; 18(4): 322–330. DOI:10.1002/cpp.715
3. Foster J.T., Lichtenberg J.W., Peyton V. The supervisory attachment relationship as a predictor of the professional development of the supervisee // *Psychotherapy Research* 2007; 17(3): 353–361. DOI:10.1080/10503300600823202
4. Fuertes J.N., Moore M., Ganley J. Therapists' and clients' ratings of real relationship, attachment, therapist self-disclosure, and treatment progress // *Psychotherapy Research* 2019; 29(5): 594–606. DOI:10.1080/10503307.2018.1425929
5. Jackson D., Davison I., Adams R. et al. A systematic review of supervisory relationships in general practitioner training // *Medical Education* 2019; 53(9): 874–885. DOI:10.1111/medu.13897
6. Kurtz A. The needs of staff who care for people with a diagnosis of personality disorder who are considered a risk to others // *Journal of Forensic Psychiatry and Psychology* 2005; 16(2): 399–422. DOI:10.1080/14789940500098475
7. Mikulincer M., Shaver P.R. Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change. N.Y.: Guilford Publications Inc.; 2007.
8. Milne D. An empirical definition of clinical supervision // *British Journal of Clinical Psychology* 2007; 46(4): 437–447. DOI:10.1348/014466507X197415
9. Park E.H., Ha G., Lee S. et al. Relationship between the supervisory working alliance and outcomes: A meta-analysis // *Journal of Counseling and Development* 2019; 97(4): 437–446. DOI:10.1002/jcad.12292

РАБОТА С ПЕРИНАТАЛЬНЫМИ ТРАВМАМИ МЕТОДОМ ЭОТ

Милованова Лариса Анатольевна, larisa_kms@mail.ru, арт-терапевт, специалист ЭОТ, травмотерапевт, специалист нейрографии.

Аннотация. В данной статье изложены базовые теоретические знания о внутриутробном развитии чувств эмбриона. Есть перечень основных запросов, с которыми приходят клиенты, имеющие перинатальные травмы, виды стрессов, приводящих к этому и примеры из личной практики с успешным результатом. Перечислены работающие техники и приемы, с помощью которых можно освобождать людей от последствий перинатальных травм. Есть упражнение.

Ключевые слова: перинатальная травма, эмбрион, психотерапия, внутриутробное развитие, матка, материнство, психотравма, стресс, помощь, психолог.

Все мы родом из матки, и тема перинатальных травм является животрепещущей. Эти травмы имеют свои маркеры, и отличить их от других можно с помощью образов. Это позволяет более точно построить гипотезу и быстрее решить проблему клиента.

Психика помнит все моменты от зачатия до рождения, и эта информация может быть извлечена с помощью образов. Даже если эмбрион еще совсем «крошечка», он на самых ранних стадиях и проходит по фаллопиевым трубам до проникновения в матку, даже на этом этапе испытывает трудности, например, трубы узкие и есть препятствия. И нельзя прикрепляться, чтобы не погибнуть вне матки. Психика может «вспомнить» об этом зажатом состоянии, и может возникнуть страх прикрепляться к чему-то или к кому-то. Потому что плоду нужно быть в движении, чтобы не погибнуть. А может быть наоборот – состояние замирания: «Я боюсь идти вперед. Там в матке страшно». И это травматичный опыт. Мы помогаем клиенту разобраться с такой фиксацией.

Спасибо Николаю Дмитриевичу Линде за его метод ЭОТ – метод эмоционально-образной терапии.

Все, что я собираюсь сообщить – это научные исследования и факты, использованные на практике.

Итак, что мы знаем о жизни человека до рождения.

Во-первых, внутри матки плод может испытывать радость, удивление, блаженство, гнев, страх. Раньше считалось, что плод не может еще испытывать социальное чувство стыда. Но практика это опровергает. Даже до рождения ребенок уже может испытывать стыд.

Один из ученых, которые изучали перинатальный опыт – Станислав Гроф.

Согласно Грофу, мы сохраняем в своем подсознании четыре основных периода своего развития.

Гроф их назвал матрицами.

1. Матрица 1 – Беременность
2. Матрица 2 – Схватки
3. Матрица 3 – Прохождение через родовый канал
4. Матрица 4 – Первый контакт с матерью

Зачем нам это нужно знать? Потому что образы могут говорить про разные периоды, когда происходит травма. И нам нужно выбрать нужный инструмент. В разные периоды могут быть актуальны разные потребности ребенка. Терапия заключается в защите и удовлетворении конкретных потребностей плода.

Матрица 1

При здоровой беременности, для желанных детей, первая матрица – это «*Матрица Рай*».

По мнению С.Грофа, если люди не могут расслабляться, скорее всего, были проблемы в первой матрице.

Матрица 2

Во второй матрице ребенок испытывает первый физический и психический дискомфорт.

По Грофу этот период назван «*Матрица жертвы*». Мир плода коварно нарушен. Состояние неопределенности и угроза жизни. Если боится мать, между ребенком и матерью возникает конфликт. Сила сжатия матки составляет около 50 кг. Такое жуткое давление испытывает тело ребенка весом 3 кг.

В этой матрице формируется пассивная сила. «Я сильный, настойчивый, я умею выжить». Человек умеет ждать, терпеть, переносить неудобства жизни.

Матрица 3

Это период от полного раскрытия матки до выхода ребенка на свет.

«*Матрица борьбы*». При здоровом течении родов – это *путь Героя*.

Здесь вырабатывается целеустремленность, храбрость, смелость.

Здесь важный момент – сначала человек принимает решение искать выход или нет, затем действует. Гроф считает, что именно в этот момент закладываются основы поведенческих проблем человека.

Матрица 4 – это «*Матрица свободы*».

Начинается с момента рождения и завершается в период семи дней после рождения. Но если эта матрица не прошла экологично, то проходить ее человек может всю жизнь.

В идеале мама должна взять ребенка на руки, дать грудь, чтобы ребенок почувствовал любовь и заботу мамы и облегчение от полученной свободы.

Но у большинства из нас свобода подсознательно связано с холодом, голодом, страхом, болью и одиночеством.

Соответственно, неблагоприятный сценарий каждой матрицы ведет к травматизации.

Тему «До рождения» изучали ученый Франк Лейк и его ученики Алисон Хантер и Шерли Уорд.

Франк Лейк говорит, что чувства матери ребенок «впитывает» через пуповину.

У клиентов во время терапии обнаруживаются интроекты чувств беременной матери, когда она вынашивала его. Мы начинаем выяснять какие это чувства, ищем образы. И когда предлагаем клиенту стать этим образом и задаем вопрос кто это чувствует? Выясняется, что это не чувства ребенка, а чувства взрослого человека. Это тревога и страх матери, которая носит ребенка.

По Франку Лейку ребенок питается гормонами, которые вырабатываются у матери. Если для матери мир опасный, для ребенка он тоже будет опасный. И наоборот.

Если мама не принимает ребенка, у эмбриона возникает ощущение нежеланности и отвержения. Если мать испытывает ужас от той мысли, что у нее ребенок, то плод испытывает запороговый стресс – это уже травма. У таких детей может сформироваться установка, что ребенок – это ужасно, это горе.

Алисон Хантер и Шерли Уорд, ученики Франка Лейка утверждают, что плод находясь в утробе матери, испытывающей травматическую ситуацию, как бы пропитывается атмосферой этой травматической ситуации.

Томас Верни написал книгу «Тайная жизнь ребенка до рождения». В ней очень интересные факты о предрасположенности детей к музыке и языкам, после того, как в момент созревания в матке они находились в определенных условиях и могли слышать музыку и общение на разных языках.

Пример привела мой преподаватель по психотравме Татьяна Александровна Григорьева из своей жизни. Она во время беременности на сроке шесть месяцев пошла учиться игре на гитаре. Ее сын потребовал учиться играть на гитаре в шесть лет. И, впоследствии, стал лауреатом международных конкурсов. Причем виртуозно подбирал на слух любые мелодии, что удивляло его преподавателей из Академии им.Гнесиных.

Ребенок, который подвергается угрозе абортирования, буквально переживает все эти ужасы. Об этом говорят ученые, и я выявила это в работе с клиентами.

Случай «Воскрешение»

Женщина 51 год. Изначальный запрос – самореализация, поиск себя.

Клиентка обратила внимание на психосоматические спазмы в кишечнике. Мы решили выяснить их природу.

В детстве у нее были сильные приступы резкой боли с неукротимой рвотой.

Образ – кинжалы, которые режут младенца. Оказалось, что это эмбрион, который хочет от этих кинжалов укрыться, стать как можно незаметнее. Кстати, когда такие образы обнаруживаются в терапии, не нужно идентифицироваться с образом, чтобы не произошла ретравматизация. Здесь я применила прием «детализация поля травмы» сверху. Клиент из здоровой части видит происходящее. Есть угроза жизни и здоровью ребенка. Мать хотела сделать аборт. Но «промухала срок». Так она рассказывала про это дочери.

Родители постоянно ругались когда младенец был в утробе и впоследствии разошлись.

Мы приняли решение, что такая матка опасна для плода. Я предложила женщине создать образ искусственной матки и перенести туда плод. Прием «Психологическая матка».

Работа была многоступенчатой. Сначала женщина захотела перенести младенца в природную матку в гамаке. Но по мере исследования этого образа он превратился в качающийся стеклянный гробик.

И тогда я применила прием «на что меняешь» и женщина сказала, что это будет дом, где все друг друга знают и любят. Там весело и хорошо. Клиентке там понравилась атмосфера.

Но сначала надо было воскресить младенца, чтобы поместить ее туда. И я применила прием «Жизнь дает жизнь». В образе жизни сама клиентка должна прийти и сказать: «Я выбираю тебя» У нас все получилось. Жизнь пришла в образе красивой женщины. Она дает дыхание жизни. Ребенок ожил и соединился с новой маткой.

Так как мать клиентки всю жизнь унижала, обзывала дочь, говорила ей, что лучше бы сделала аборт, я решила предложить женщине из своей здоровой части выдать документ, дающий ребенку право быть девочкой и иметь имя, право жить и быть счастливой. Это она написала. Мы сделали вручение документа из двух образов. Сначала она вручила право сама, затем из образа младенца приняла это право. Я как терапевт помогала ей, выполняя роли в этом действии. Когда я вручала документ, клиентка была настолько наполнена счастливыми чувствами, что стала прыгать по комнате и кричать от радости.

Рези в кишечнике прошли. Человек получил свободу выбора жить как хочет и делать то, что хочет сама.

Перечень основных запросов с которыми приходят клиенты, перенесшие травму в перинатальном периоде. Но скажу, что список можно продолжать.

Меня никто не любит

Я никому не нужен

Я всем мешаю

Бесплодие

Страх беременности и родов

Психосоматика

Страх смерти

Суицидальные мысли

Прокрастинация

Страхи, связанные с переездами, сменой работы

Финансовые трудности

Пищевые расстройства

Коррекция веса

Проблемы с неуправляемым гневом

Контрзависимость

Созависимость

Потеря смысла жизни

Какие стрессы могут вызывать травму у плода до рождения.

1. Развод
2. Травмы потери
3. Информационные травмы. Исследования плода показывают, предположим, что с ребенком что-то не так. И мать находится в тревоге за ребенка всю беременность.
4. Насилие – рождение от насильника
5. Болезни женщины
6. Катастрофы. Например, я работала с клиентом по диагнозу: Депрессия, суицидальные мысли, нет смысла жизни. Мать во время беременности жила в районе с сильной задымленностью. Ребенок родился здоровым. Но когда он уехал учиться в другой город, проявилась его перинатальная травма.
7. Ссоры и скандалы
8. Недостаток финансов
9. Нежеланный ребенок
10. Замещающий ребенок (когда ребенка рожают вместо того, кто умер)
11. Угроза выкидыша
12. Многодетные семьи
13. Алкоголизм и наркотики
14. Муж бросил когда узнал про беременность

Как мы можем помогать нашим клиентам, пережившим подобные стрессы?

Дальше расскажу техники и приемы, которые сама применяла в работе с такими травмами.

1. Консультирование. Так как тема внутриутробного развития у некоторых клиентов связана со страхами и суевериями, мистическими представлениями. Мне важно объяснить, что то, что мы делаем не мистика и эзотерика. Это научный метод. Я объясняю, что негативное событие из прошлого зафиксировалось в психике. Мы работаем не с самим событием, а с тем следом, которое оно оставило в психике клиента. Для некоторых клиентов есть сопротивление становится образами родителей. И чтобы обойти сопротивление, я консультирую клиентов.

2. Прием «дополнительный образ», когда заходим в перинатальную травму, есть эмбрион. Чтобы понять его состояние, нужно узнать состояние беременной. Этот прием используем для прояснения ситуации. Предлагаем клиенту создать дополнительный образ беременной и работать из этого образа. Например, сказать из образа мамы плоду слова, которые он ждет, удовлетворить его потребности. Это могут быть образы мамы, папы, пуповины, матки, которые смогут удовлетворять потребности плода.

3. Буду себе мамой. Этот прием мы применяем в тех случаях, если нет другого способа помочь эмбриону расти и развиваться. Мать-агрессор, не хочет ребенка, травит ребенка. Живет с мужчиной агрессором, который ее бьет. Дома пьянки, скандалы. Тогда можно мать лишить материнских прав и предложить клиенту самой стать матерью для себя. Представить как вынашивает плод внутри себя. Причем это можно предложить сделать как женщине так и мужчине. Так, как в мужчине есть женская часть – Анима. А у нее есть матка. Мужчины тоже могут проходить психологические роды.

4. Психологическая матка. В тех случаях, когда предыдущий вариант клиенту не подходит, предлагаем плоду самому выбрать какую хочет матку. В моей практике это были полянки, среди капусты, цветок похожий на лотос, волна морская, гамак на природе. Образ матки исследуется и если все хорошо, переносится туда плод.

5. Психологическая сурогатная мама. Это может быть образ женщины, даже может быть животное. Тот образ, который подходит для эмбриона и может восполнить его потребности. Образ сурогатной матери тестируется путем идентификации. И если все соответствует ожиданиям эмбриона, перемещаем туда его на том сроке, когда произошла травма и даем развиваться.

6. Психологические роды – это техника помогает пережить травматичный опыт в родах и логически завершить работу в перинатальном периоде. Перед рождением ребенку дать поддержку, сказать, что ты не один, я с тобой и возвращаем ребенку право ребенку родиться максимально благоприятно, независимо от того, как складывались обстоятельства по факту.

7. Работа с проблемой плода через решение проблемы беременной с помощью приема простое разрешение. После выяснения ситуации, разрешаем удовлетворение нужд беременной. Если есть угроза жизни беременной, используем прием «Дать отпор агрессору». И из здорового образа беременной решаем проблемы плода.

8. Если мать не хочет своего ребенка, причиняет ему вред, разрешаем ребенку выразить негативные чувства. Возвращается вред. Ребенку возвращаем то, от чего отказался.

9. Возвращение вреда в случаях ятрогении (врачебный вред) или эмоционального и физического насилия со стороны агрессора в адрес беременной возвращается вред со стороны двух - матери и плода.

Образы в работе с перинатальными травмами.

1. Мешочек с водой – плод до внедрения в матку
2. Лабиринты – образ фаллопиевых труб
3. Пещера, мешок, комната, шкаф – матка
4. Чернота, пустота – внутри матки
5. Тормоз – остановка родовой деятельности
6. Скольжение с горки – быстрые роды

7. Труба – родовые пути
8. Искорки – сперматозоиды
9. Жемчужина – яйцеклетка.
10. Шпагат скрученный – пуповина
11. Лента красная – пуповина

Клиентский случай 2

«Новая матка для младенца».

Ко мне обратилась девушка. Она рассказала, что последнее время ее мучает раздражение. Ей кажется, что вокруг очень шумно и слишком сильное движение. Она хочет избавиться от этого неприятного чувства.

Ей 23 года, и у девушки какое-то время наблюдался сильный страх воды. Но совсем недавно, чтобы доказать себе и своему мужчине, что она не трусиха, преодолев страх, она встала на водные лыжи. Казалось бы она победила. Но девушка не получила ожидаемой радости, а, наоборот, у нее возникло чувство, что вокруг все «выносят мозг».

Дети орут, люди слишком громко разговаривают. И вообще, все звуки стали восприниматься как общий шум, который вызывал сильную злость.

Я спросила ее:

- На что похож этот шум?

- На звук сирены, которая пробуждает тревогу, панику. Хочется кричать в ответ. Страшно.

- Где этот звук ощущается в теле? – спросила я.

- В голове, – ответила девушка, и добавила, – Это похоже на серый туман.

- А что же скрывает туман?

- Ребенка. Он еще не рожденный. Это эмбрион.

И тут девушка вспомнила, что мама рассказывала о том, как во время беременности папа напился и пнул ее в живот. Я поняла, что речь идет о перинатальной травме.

Я предложила клиентке мысленно подняться над этой ситуацией и посмотреть что происходит внизу. Нельзя было резко вводить клиента в поле травмы, чтобы не произошла ретравматизация. Когда девушка посмотрела сверху на ситуацию, она смогла рассказать, как пьяный папа озлобленно говорит про малышку, что это не его дочь. Ребенку страшно, все вокруг качается. Она ощущает себя в опасности.

Дальше свою работу я построила таким образом. Первоначально нужно спасти ребенка. Так как мама не могла ее защитить. После этого случая мать продолжала жить с мужчиной, который угрожал ее жизни и ребенку. Поэтому я предложила клиентке самой защитить эмбриончик. Женщина согласилась. Я объяснила клиентке, что в своем внутреннем мире она может управлять состоянием. И сейчас она сама решает как там все должно быть.

Светлана вошла в травматичную ситуацию из здоровой части личности и защитила плод. Как взрослая она дала отпор агрессору. Сказала папе все, что думает о нем. Выразила гнев.

Далее, я предложила девушке создать в своем воображении образ такой матки, где ребенку было бы безопасно. А затем мысленно перенести туда малышку, чтобы она спокойно смогла пройти этап развития и родов. Самое важное для эмбриона было, чтобы в матке было спокойно и тихо. И в этот момент девушка вспомнила сон, который видела недавно. Она сидит с любимой бабушкой на берегу моря. И вдруг волна поднимается и закручивается перед ними, создавая небольшую нишу. Девушка во сне ложится под волну и ощущает себя безопасно и спокойно. Вот так бессознательное заранее подготовило тихое место, куда можно поместить ребенка для созревания. Девушка так и сделала. Мысленно она перенесла плод из неудобной и опасной маминой утробы, в уютную морскую волну.

Когда девушка идентифицировалась с эмбрионом в волне, она ощутила забытый покой и тишину. Она сказала, что так давно не испытывала этого состояния. Ей здесь хорошо, безопасно, а главное, тихо.

После этого мы сделали проверку состояния клиента в тех ситуациях, где она чувствовала сильное раздражение. Девушка удивилась тому, как спокойно сейчас она может реагировать на все то, что так сильно злило ее раньше.

Упражнение

Во время выполнения упражнения отнеситесь к себе бережно. Можете его делать в том случае, если есть желание.

Если чувствуете, что не готовы сейчас, сделайте его когда захотите.

Оно диагностическое, но в то же время имеет терапевтический эффект.

Возьмите три листа бумаги.

На первом нарисуйте схематично быстро младенца в животе у мамы. Не идентифицируйтесь с ним. Просто почувствуйте как он себя ощущает. Ему хорошо? Чего ему не хватает?

На другом листке нарисуйте то, чего ему не хватает. Что это? Какие чувства вызывает то, что вы нарисовали для младенца? Если ему это нравится, дайте ему это. Как чувствует себя младенец? Если не нравится, спросите, что не нравится в том, что вы предлагаете. И перерисуйте.

На третьем листке нарисуйте младенца когда у него есть то, что вы ему дали. Как изменилось его состояние?

Как вы себя чувствуете, выполняя это упражнение?

Проанализируйте свое состояние.

Это упражнение можно перерисовывать до максимально лучшего результата.

Список литературы

1. Бурбо Л. Исцеление пяти травм. Пер. с франц.- М.: ООО Книжное изд. "София", 2017.- 192 с.
2. Вернигорова И. Когда я был эмбрионом. Внутриутробные путешествия с психологом.: Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero.- 2020.
3. Гроф С. За пределами мозга. Пер. с англ. А. Андриянова, Л. Земской, Е. Смирновой под общ. ред. А. Дегтярева. Третье изд.- М.: Институт Трансперсональной Психологии, Изд. Института Психотерапии, 2000,- 504 с., илл.
4. Линде Н. Психологическое консультирование: Теория и практика: Учеб пособие для студентов вузов.- М.: Аспект Пресс
5. Линде Н. Психологические сутры -2. Психология для реальной жизни.- Издательские решения, 2019.- 330с.
6. Линде Н. Эмоционально-образная (аналитически-действенная) терапия. - 3 изд.- М.: Генезис, 2020.- 376 с.
7. Рупперт Ф. Симбиоз и автономность. Расстановка при травме. Симбиотическая травма и любовь по ту сторону семейных переплетений. - М.: Институт консультирования и системных решений.- 2016. - 280 с.

WORKING WITH PERINATAL TRAUMA USING THE EIT METHOD

Milovanova Larisa Anatolyevna, larisa_kms@mail.ru, Art therapist, EOT specialist, trauma therapist, neurographics specialist. Private practice.

Annotation. This article outlines the basic theoretical knowledge about the intrauterine development of the feelings of the embryo. There is a list of the main requests that clients with perinatal injuries come with, the types of stress that lead to this and examples from personal practice with a successful result. The working techniques and techniques are listed, with the help of which people can be freed from the consequences of perinatal injuries. There is an exercise.

Keywords: perinatal trauma, embryo, psychotherapy, intrauterine development, uterus, motherhood, psychotrauma, stress, help, psychologist.

References

1. Burbo L. Healing five traumas. Per. from French - M.: ООО Knizhnoe izd. "Sofia", 2017.- 192 p.
2. Vernigorova I. When I was an embryo. Intrauterine Journeys with a Psychologist.
3. Grof S. Outside the brain. Per. from English. A. Andriyanova, L. Zemskoy, E. Smirnova under the general. ed. A. Degtyareva. Third ed. - M.: Institute of Transpersonal Psychology, Ed. Institute of Psychotherapy, 2000, - 504 p., ill.
4. Linde N. Psychological counseling: Theory and practice: Textbook for university students.- M.: Aspect Press
5. Linde N. Psychological Sutras -2. Psychology for real life.- Publishing solutions, 2019.- 330p.
6. Linde N. Emotionally-shaped (analytical-effective) therapy. - 3rd ed.- M.: Genesis, 2020.- 376 p.
7. Ruppert F. Symbiosis and autonomy. Breakdown in trauma. Symbiotic trauma and love on the other side of family weaves. - M.: Institute of Consulting and System Solutions. - 2016. - 280 p.

СПЕЦИФИКА ТРУДОУСТРОЙСТВА МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Николаенко Галина Леонидовна, Nglory19922@mail.ru, клинический психолог, студент Московского городского педагогического университета (МГПУ) Россия, г. Москва

Аннотация. Статья посвящена актуальной теме – трудностям, возникающим у молодых специалистов – выпускников психологических направлений подготовки при трудоустройстве по специальности. Поведен анализ литературы по данной проблематике. Выявлены основные трудности, возникающие при поиске работы. Намечены основные пути решения данной проблемы.

Ключевые слова: молодой специалист-психолог, выпускник, сферы деятельности, профессия, специалист, рынок труда, трудоустройство.

В современном мире за последние несколько лет, особенно за ближайшие 2 года произошла масса потрясений и негативных происшествий, которые усугубляют проявление отрицательных эмоций у человека, способствуют появлению стрессов, росту уровня тревоги и страхов, отсутствию состояния стабильности, а также могут ограничивать некоторые аспекты жизнедеятельности человека.

В работе психолога клиентами все более актуализируются приведенные выше запросы, человек может испытывать усталость или чувство безысходности из-за происходящих последнее время событий: остаточных явлений после пандемии и специальной военной операции. Специалисту важно уметь адаптироваться к происходящим актуальным событиям и запросам, важно разбираться и грамотно компетентно применять нужные механизмы в работе. Помимо того, что в психологическом сообществе актуализировались эти не простые вопросы, существует еще одна не менее значимая проблема в развитии современной науки – трудоустройство молодых специалистов-психологов и получение ими профессионального опыта.

Данная проблема стоит остро, поскольку все больше выпускников российских ВУЗов после окончания учебы не имеют возможности работать по профессии. Мы не рассматриваем те ситуации, когда человек, отучившись, понимает, что выбранная им профессия ему не интересна, когда он не понимает, чего хочет в дальнейшем от жизни и предпочитает другие сферы профессиональной деятельности [5]. Мы рассматриваем ту категорию выпускников, которые стремятся развиваться и двигаться по психологическому пути.

Существует большое количество сфер деятельности психолога и огромное количество молодых и заинтересованных специалистов. Есть ряд проблем, с которыми может столкнуться выпускник при поиске работы:

1. Отсутствие опыта работы.
2. Нежелание работодателей трудоустраивать специалистов без опыта; сокращение спроса на молодых специалистов.
3. Повышение требований к молодым кандидатам при трудоустройстве.
4. Снижение связи между учебными учреждениями и работодателями (потребителями рабочей силы).
5. Своя специфика в каждой отрасли работы (педагогическая психология, клиническая психология, нейропсихология, психология кризисных состояний, психология раннего развития, юридическая и проч.).
6. Начинающему специалисту практически невозможно пробовать себя в разных отраслях для понимания, что ему ближе, и где его деятельность будет эффективнее.
7. Отсутствие рабочих мест, их количество значительно меньше, чем количество выпускающихся специалистов.
8. Несоразмерно низкая оплата труда наряду с достаточно большим перечнем профессиональных задач и требований, которые стоят перед работником.
9. К концу учебы отсутствует сформированное видение себя как специалиста наряду со всеми вышеперечисленными факторами.

На сегодняшний день, ситуация складывается таким образом, что уже в школьные годы, выпускник должен быть просвещен в вопросах востребованности выбираемой профессиональной деятельности на рынке труда, конкурентоспособности выбранной сферы, должен иметь высокую мотивацию к освоению профессии, должен понимать реальные шансы и возможности работы по выбранной специальности, что трудно реализовать в столь юном возрасте, практически без сформированного жизненного опыта в данных вопросах [2, с. 108].

Выпускники ВУЗов (психологических, психолого-педагогических, в том числе), к концу обучения, должны иметь представление о реальной ситуации возможности трудоустройства по специальности, уметь грамотно составлять резюме, взаимодействовать с молодежными организациями и работодателями, понимать, как правильно вести себя на собеседовании, чтоб результат был успешным (а специалист – трудоустроенным), не считая того, что у выпускников должен быть высокий уровень знаний, профессиональных компетенций и способностей [1, с. 110, 3, с. 79].

Данная проблема должна решаться на уровне государства, поскольку, трудности при трудоустройстве по специализации среди молодежи актуальны для многих сфер профессиональной деятельности, не говоря только о психологии [4, с. 161]. Необходимо обеспечить, как минимум, возможность получения профессионального опыта студентам последних курсов и уже получившим диплом, начинающим специалистам. Проводить беседы с работодателями, выявлять заинтересованность в кадрах. Осуществлять поиск работодателей, готовых принимать на практики и, в дальнейшем, трудоустраивать студентов.

Необходимо предоставлять выпускникам рабочие места, уравнивать количество специалистов и рабочих мест, а также контролировать востребованность выпускающихся специалистов на рынке труда. Лица, получающие высшее образование должны быть уверены в своем будущем, что, выходя из ВУЗов они смогут обеспечивать себя. Таким образом будет поддерживаться ценность и значимость получения высшего образования среди молодежи.

Список литературы

1. Белова Н.Ю., Белоконов О.В. Психологические проблемы трудоустройства выпускников организаций среднего профессионального образования / Н.Ю. Белова, О.В. Белоконов // Мир науки, культуры, образования. – 2017. - №4. – С. 65.
2. Жигadlo А. Качество подготовки и трудоустройство молодых специалистов: социологический аспект. Высшее образование в России. - 2007. – С. 108-112.
3. Иванов В. Безопасное трудоустройство. На что обратить внимание при просмотре вакансий. Системный администратор. - 2013. – С. 78-82.
4. Прокопьева А.П. Толмачева В.В. проблемы организации и трудоустройства молодежи. Теоретические и прикладные аспекты социальной педагогики и социальной работы: сборник студенческих и школьных проектов. Редакторы: Ю.О. Галушинская, О.А. Некрасова. Шадринск: ШГПИ. - 2009. – С. 160-163.
5. Слепцова Е.В., Ишханян А.Г. Современные проблемы трудоустройства молодежи: региональный и профессиональные аспекты /Е.В. Слепцова, А.Г. Ишханян // Экономика и бизнес. – 2019.

SPECIFICS OF EMPLOYMENT OF YOUNG PSYCHOLOGISTS

Nikolaenko Galina Leonidovna, nglory19922@mail.ru, Moscow City Pedagogical University, Russia

Abstract. The article is devoted to an urgent topic – the difficulties encountered by young specialists – graduates of psychological training areas when finding employment in the specialty. The analysis of the literature on this issue is carried out. The main difficulties encountered in finding a job are identified. The main ways of solving this problem are outlined.

Key words: young specialist of psychology, graduate, areas of activity, profession, specialist, labor market, employment.

References

1. Belova N.Iu., Belokon' O.V. Psikhologicheskie problemy trudoustroistva vypusknikov organizatsii srednego professional'nogo obrazovaniia / N.Iu. Belova, O.V. Belokon' // Mir nauki, kul'tury, obrazovaniia. – 2017. - №4. – S. 65.

2. Zhigadlo A. Kachestvo podgotovki i trudoustroistvo molodykh spetsialistov: sotsiologicheskii aspekt. Vyshee obrazovanie v Rossii. - 2007. – S. 108-112.
3. Ivanov V. Bezopasnoe trudoustroistvo. Na chto obratit' vnimanie pi prosmotre vakansii. Sistemnyi administrator. - 2013. – S. 78-82.
4. Prokop'eva A.P. Tolmacheva V.V. problemy organizatsii i trudoustroistva molodezhi. Teoreticheskie i prikladnye aspekty sotsial'noi pedagogiki i sotsial'noi raboty: sbornik studencheskikh i shkol'nykh proektov. Redaktory: lu.O. Galushchinskaia, O.A. Nekrasova. Shadrinsk: ShGPI. - 2009. – S. 160-163.
5. Sleptsova E.V., Ishkhanian A.G. Sovremennye problemy trudoustroistva molodezhi: regional'nyi i professional'nye aspekty /E.V. Sleptsova, A.G. Ishkhanian // Ekonomika i biznes. – 2019.

ГЕНДЕРНАЯ СПЕЦИФИКА ОБРАЩЕНИЯ ЗА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ

Перфильева Надежда Владимировна, nadia.perfiliva@gmail.com, студентка «Московского института психоанализа». Москва, Россия.

Аннотация: В данной работе рассматривается гендерная специфика обращения за профессиональной психологической помощью среди современной молодежи, а также изучается наличие взаимосвязи между психологическим благополучием и удовлетворенностью социальной поддержкой. Выборку составили 168 человек, 39 мужчин и 129 женщин, в возрасте от 18 до 35 лет ($M=22,9$; $Sd=4,1$). В ходе исследования измерялись удовлетворенность социальной поддержкой, регулярность посещений психолога и психологическое благополучие. Результаты исследования показали, что мужчины реже обращаются за профессиональной психологической помощью.

Ключевые слова: психологическая помощь, психологическое консультирование, гендерные различия, психологическое благополучие, удовлетворенность социальной поддержкой.

Введение

Актуальность темы исследования. В современном мире с каждым днем увеличивается уровень стресса, который оказывает огромное влияние на психическое здоровье и психологическое благополучие людей. Трудности, с которыми ежедневно сталкивается человек, часто превышают объем имеющихся у него ресурсов для решения данной задачи. В связи с этим может снижаться уровень психологического благополучия. И как показывают международные исследования, молодые люди редко обращаются за помощью в связи с проблемами психического здоровья [8].

В соответствии с когнитивными теориями психологического благополучия Н. Бредберн определил психологическое благополучие как баланс между двумя комплексами эмоций, накапливаемых в течении жизни – позитивным и негативным [5]. Повышение уровня психологического благополучия связано с процессом раскрытия личности в работе с психологом, на что указывал К. Юнг: «процесс индивидуации личности, в ходе которого субъект, работая с образами архетипов и расширяя область сознания, приходит к своей самости, которая становится центром личности, достигает психологического благополучия».

Под термином «обращение за профессиональной психологической помощью» (ППП) в широком смысле понимают «адаптивный копинг-механизм, представляющий собой попытку получить внешнее содействие по совладанию с проблемой, связанной с психическим здоровьем [9]. По мнению многих авторов обращение за ППП включает в себя 4 основных компонента: дистресс как контекст поиска помощи; обращение за помощью как форма коммуникации; психологическая проблема, которая определяет содержание этой коммуникации; результат как цель коммуникации. Некоторые авторы также отмечают, что обращение за ППП включает в себя такие конструкты как: намерение обращения и готовность к обращению за психологической помощью. Однако, в современном мире уровень обращений за профессиональной психологической помощью остается крайне низким [4].

Отмечается, что отечественная психологическая культура имеет «закрытый» характер: то есть большая часть граждан «носит» свои психологические проблемы в себе, не обращаясь к кому-либо за помощью и поддержкой. Также в России пока не сформировалась характерная для Запада культура обращения к профессиональным психологам и психотерапевтам [7].

Немаловажную роль в установлении высокого уровня психологического благополучия человека играет его удовлетворенность социальной поддержкой. Социальная поддержка – это любые формы поддержки, которую оказывают другие люди для преодоления трудной ситуации. Социальная поддержка является одним из ресурсов совладания со стрессом. Если запрашиваемая поддержка соответствует предоставленным ресурсам, субъект испытывает удовлетворенность социальной поддержкой [2].

Согласно «модели артефакта», которая была разработана А. Фейнгольдом, гендерные установки и стереотипы, существующие в обществе, подчиняют себе поведение индивида, а также заставляют человека рассматривать свои личностные характеристики как более или менее социально желательные и стремиться показать свою личность наиболее социально-желательным способом [6]. По данным последних исследований, мужчины гораздо реже могут правильно обнаружить и распознать различные проявления и симптомы психических расстройств, а также с меньшей вероятностью относят их к психическим расстройствам, чаще игнорируя их, или принимая за медицинские проблемы со здоровьем. Также

у мужчин обнаружена более низкая способность распознавать эмоциональные симптомы, так как симптомы психических заболеваний у мужчин чаще носят экстернализированный характер [1].

Из-за таких факторов как:

1. Трудности в определении симптомов психического расстройства;
2. Отрицание наличия проблем психологического спектра;
3. Страх порицания со стороны общества, мужчины, начиная с подросткового возраста, гораздо реже склонны обращаться за ППП.

Целью данного исследования является выявление гендерной специфики обращения к профессиональному психологу.

Основные гипотезы:

1. Психологическое благополучие (ПБ) и удовлетворённость социальной поддержкой (УСП) положительно связаны;
2. Регулярность посещения психолога предсказывается удовлетворенностью работы с психологом и социальной поддержкой, которую этот специалист оказывает;
3. Женщины имеют более высокие ПБ и УСП, чем мужчины;
4. Для женщин более характерно ходить к психологу, чем для мужчин;
5. Люди с низким психологическим благополучием склонны к более регулярной работе с психологом.
6. Высокая удовлетворённость работы с психологом (УРП) приводит к большей регулярности работы с психологом (РРП);
7. Женщины ходят к психологу более регулярно, чем мужчины.

Методы исследования:

1) Психодиагностические тесты:

а. Опросник социальной поддержки «F-SOZU-22» [в адапт. А.Б. Холмогоровой, Н.Г. Гаранян, Г.А. Петровой, 2003];

Методика позволяет выявить степень выраженности в жизни обследуемого той или иной формы социальной поддержки, а также удовлетворенность социальной поддержкой. В роли социальных сетей, оказывающих социальную поддержку, выступают семья, друзья, значимые другие люди. В дальнейшем исследовании учитывается обобщающая шкала «удовлетворённость социальной поддержкой».

б. Шкала психологического благополучия Рифф [в адапт. Н.Н. Лепешинского, 2007].

2) Авторская анкета для определения опыта психотерапии.

Анкета содержит в себе 4 вопроса:

- Посещаете ли вы психолога?
- Как давно вы посещаете психолога? (меньше месяца, от месяца до года, 1-3 года, более 3 лет)
- Как часто вы посещаете психолога? (Раз в неделю и чаще, несколько раз в месяц, нерегулярно по мере возникновения потребности)
- Насколько вы удовлетворены работой с психологом? (полностью удовлетворен, частично удовлетворен, совсем не удовлетворен).

Выборка исследования: в исследовании участвовал 168 человек в возрасте от 18 до 35 лет (M=22,9; Sd=4,1).

Метод:

Для анализа данных, полученных в ходе исследования, использовались следующие математико-статистические методы обработки данных:

1. Непараметрический U-критерий Манна-Уитни;
2. Корреляционный анализ.

Проверка гипотез проводилась с помощью программы для статистической обработки данных SPSS version 23.

Таблица 1

Описательные статистики

	ПБ	УСП	Посещение психолога	РРП	УРС
Минимум	184,00	2,00	1,00	1,00	1,00
Максимум	460,00	10,00	2,00	3,00	3,00
Среднее	335,31	5,24	1,57	1,82	1,68

Среднекв. отклонение	59,57	2,48	0,50	0,82	0,64
Дисперсия	3548,93	6,15	0,25	0,68	0,40
Асимметрия	-0,31	0,27	0,29	0,35	0,40

Критерий Колмогорова-Смирнова показал отличное от нормального распределение данных, поэтому для определения связи между ПБ и УСП применяется критерий корреляции Спирмена (см. табл. 2).

Таблица 2

		УСП	
R _о Спирмена	ПБ	Коэффициент корреляции	0,43
		Знач. (двухсторонняя)	0,00
		N	168

*ПБ- психологическое благополучие;

*УСП- удовлетворенность социальной поддержкой;

Вывод: между УСП и ПБ есть значимая положительная корреляция.

Для выявления различий между ПБ и УСП, характерных для мужчин и женщин, используется критерий Манна-Уитни.

Вывод: различия между показателями ПБ и УСП для мужчин и женщин нет. И мужчины, и женщины в равной степени склонны быть неудовлетворены социальной поддержкой. Разности между РРП для мужчин и женщин нет. Мужчины и женщины, посещающие психологов, делают это с одинаковой регулярностью.

Для проверки гипотезы о том, что регулярность посещения психолога является предиктором удовлетворенностью работы с психологом и социальной поддержкой, которую этот специалист оказывает, проведен регрессионный анализ (См. табл. 3).

Таблица 3

РРП как предиктор удовлетворенности работы с психологом и уровня социальной поддержки

Модель 1	Коэффициент В	Стандартная ошибка	Бета	T	Значимость
1. Константа	2,87	0,65		4,37	0,00
ПБ	-7,35	0,00	-0,00	-0,04	0,96
УСП	-0,08	0,03	-0,24	-2,15	0,03
УРП	-0,36	0,15	-0,26	-2,38	0,01

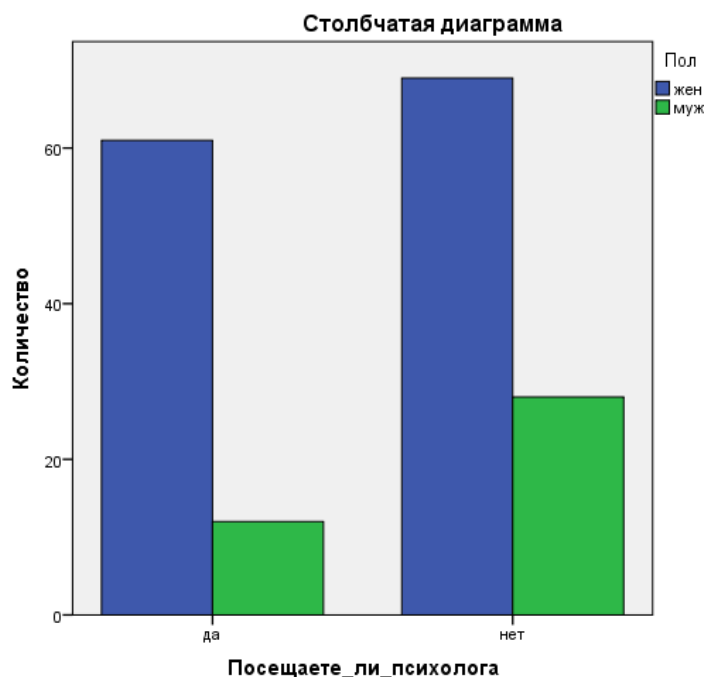
А. Зависимая переменная: РРП

Вывод: низкая удовлетворенность социальной поддержкой и низкая удовлетворенность работы с психологом объясняют 12% дисперсии зависимой переменной регулярность посещения психолога.

Для определения для определения различия в факте обращения к психологу мужчин и женщин использовались таблицы сопряженности (рис. 1).

Рис. 1

Разница обращения за ППП между мужчинами и женщинами



Вывод: на уровне статистической тенденции можно говорить о том, что женщины чаще обращаются к психологу, чем мужчины ($\chi^2= 3,57$; $p=0,07$).

С помощью критерия Спирмена определяется связь между ПБ и РРП.

Вывод: Связь между психологическим благополучием и регулярностью похода к психологу не выявлена. Люди, удовлетворённые работой психолога, чаще посещают его.

Обсуждение полученных результатов. В результате исследования мы принимаем *гипотезу 1*, что существует прямая связь между психологическим благополучием и удовлетворенностью социальной поддержкой. Мы не принимаем *гипотезу 2*, что регулярность посещения психолога предсказывается удовлетворенностью работы с психологом и социальной поддержкой, которую этот специалист оказывает. Также мы не принимаем *гипотезу 3* о том, что женщины имеют более высокий уровень психологического благополучия и удовлетворенность социальной поддержкой, чем мужчины;

Гипотеза 4 о том, что для женщин более характерно посещать психолога, нежели мужчинам тоже принимается по результатам статистического анализа, и данные результаты схожи с результатами Р. А. Шаповалова в том, что процент женщин, обращающихся за ППП, гораздо выше, чем процент мужчин, обращающихся за ППП [3]. Мы не принимаем *гипотезу 5* о том, что люди с низким психологическим благополучием склонны к более регулярной работе с психологом. Мы принимаем *гипотезу 6* о том, что высокая удовлетворенность социальной поддержкой и удовлетворенность работы с психологом приводит к большей регулярности посещения психолога. Мужчины и женщины, удовлетворённые работой с психологом, посещают его одинаково регулярно. Мужчины и женщины в равной степени испытывают неудовлетворённость социальной поддержкой и психическим благополучием. И мы не принимаем *гипотезу 7* о том, что женщины посещают психолога более регулярно, чем мужчины.

Выводы:

1. Психологическое благополучие и удовлетворенность социальной поддержкой положительно взаимосвязаны;
2. Женщинам более свойственно посещать психолога;
3. Низкая удовлетворенность социальной поддержкой и неудовлетворенность работы с психологом приводят к большей регулярности работы с психологом.

Заключение. Исследование показало, что мужчины реже обращаются за профессиональной психологической помощью, что связано с низкой возможностью правильно распознать признаки психических расстройств, а также с различными социокультурными и гендерными установками в обществе[1].

Список литературы

1. Аникина В.О., Попова А.Г., Васильева Н.Л. – субъективные факторы обращения за психологической помощью мужчин. Мир науки. Педагогика и психология. – 2020. – №5. – С. 1-18.
2. Силантьева Т. А., — Социальная поддержка как фактор психологической устойчивости личности и безопасности инклюзивного образовательного пространства - Психологическая наука и образование - № 6. – 2013.

3. Шаповалов Р.А. – психологические факторы обращения мужчин за профессиональной психологической помощью. Психологические исследования. – 2022. – Т. 15. – № 81. – С. 2-27.
4. Юревич А. В. - психология в современном обществе. - Психологический журнал. – 2008. – Т. 29. – № 6. – С. 5-14.
5. Bradburn, N. M. The Structure of Psychological Well-Being. Oxford Aldine; 1969.
6. Feingold A. Cognitive gender differences are disappearing. Am. Psychol. 1988. Vol. 43. P. 95–103.
7. Lynch L., Long M., Moorhead A. Young Men. – help-Seeking and Mental Health Services: Exploring Barriers and Solutions. – American journal of men's health. – 2018. – P. 138–149.
8. Rice, S.M., Aucote, H.M., Parker, (et all). – men's perceived barriers to help seeking for depression: Longitudinal findings relative to symptom onset and duration. – Journal of Health Psychology. – 2017. – P. 529–536.
9. Rickwood D., Thomas K., – Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems – Psychology Research and Behavior Management. – 2012. – P. 173-183.

GENDER SPECIFICITY OF APPLYING FOR PROFESSIONAL PSYCHOLOGICAL HELP

Perfilieva N.V. nadia.perfiliva@gmail.com, student of Moscow Institute of Psychoanalysis. Moscow, Russia

Annotation. This article examines the gender specificity of seeking professional psychological help among modern youth, and also examines the relationship between the satisfaction of working with a psychologist and the regularity of his visits. The sample consisted of 168 people, 39 men and 129 women, aged 18 to 35 years ($M=22.9$; $Sd=4.1$). The study measured the levels of satisfaction with social support, the regularity of visits to a psychologist and the level of psychological well-being. The results of the study showed that men are less likely to seek professional psychological help, and a correlation was also found between the regularity of requests for psychological help and satisfaction with working with a psychologist.

Keywords: psychological help, seeking help, psychological counseling, gender differences, psychological well-being, satisfaction with social support.

References

1. Anikina V.O., Popova A.G., Vasil'eva N.L. – sub"ektivnye fакторы obrashcheniia za psikhologicheskoi pomoshch'iu muzhchin. Mir nauki. Pedagogika i psikhologiya. – 2020. – №5. – С. 1-18.
2. Silant'eva T. A., - Sotsial'naiа podderzhka kak faktor psikhologicheskoi ustoichivosti lichnosti i bezopasnosti inkluzivnogo obrazovatel'nogo prostranstva - Psikhologicheskaiа nauka i obrazovanie - № 6 – 2013.
3. Shapovalov R.A. – psikhologicheskie fакторы obrashcheniia muzhchin za professional'noi psikhologicheskoi pomoshch'iu. Psikhologicheskie issledovaniia. – 2022. – Т. 15. – № 81. – С. 2-27.
4. Iurevich A. V. - psikhologiya v sovremennom obshchestve. - Psikhologicheskii zhurnal. – 2008. – Т. 29. – № 6. – С. 5-14.
5. Bradburn, N. M. The Structure of Psychological Well-Being. Oxford Aldine; 1969.
6. Feingold A. Cognitive gender differences are disappearing. Am. Psychol. 1988. Vol. 43. R. 95–103
7. Lynch L., Long M., & Moorhead A. Young Men. – help-Seeking and Mental Health Services: Exploring Barriers and Solutions. – American journal of men's health. – 2018. – R. 138–149.
8. 8. Rice, S.M., Aucote, H.M., Parker, (et all). – men's perceived barriers to help seeking for depression: Longitudinal findings relative to symptom onset and duration. – Journal of Health Psychology. – 2017. – P. 529–536.
9. Rickwood D., Thomas K., – Conceptual measurement framework for help-seeking for mental health problems – Psychology Research and Behavior Management. – 2012. – P. 173-183.

ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СУМЕЕШЬ ИЛИ ПОНЯТЬ НЕПОНЯТНОЕ ЧЕРЕЗ НЕПОНЯТНОЕ

Савкина Светлана Борисовна, аналитический психолог, юнгианский аналитик, действительный член ОППЛ, аккредитованный член в «Союз психотерапевтов и психологов», sbsavkina@yandex.ru, частнопрактикующий специалист, Санкт-Петербург.

Аннотация. В статье отражен опыт исследования феномена игры и сознания неудачи, толчком которому послужила реальная терапевтическая работа, где соблазнение, зачарованность, страдание, борьба за власть, символическая смерть и воскрешение в паре «клиент-психолог» осмысляются через понимание подходов аналитической психологии, запутанной психодинамики архетипического трикстера, игровых стремлений людей к агональности и ускользанию, нахождению родовых связей и сходств между игрой и мифом.

Ключевые слова: игра, миф, трикстер, Эго, Самость, защитный механизм, аналитическая психотерапия, символ паука, агональность, дионисизм, творчество, сознание неудачи, комплекс успешности.

*Слишком много работы и отсутствие игры делают человека серьезным и грустным.
Из открытой лекции по философии.*

Введение

Толчком к исследованию феномена игры и сознанию проигравшего или, точнее, сознанию неудачи послужила реальная психотерапевтическая работа, в которой психолог, что называется, рухнула на бегу, подсеченная подножкой, упала и расшибла лоб. После этого психолог задалась поиском ответов на вопросы сущностного свойства: что такое игра? Почему игра? Что значит выигрыш? Самое интересное, что означает проигрыш – безвозвратную потерю, а может быть исполнение партии без солиста или повторяющуюся вставку, соединяющую запев и припев?

Психолог сформулировала для себя вполне понятную задачу: раскрыть потаённую сторону игрового процесса через анализ очевидных моментов. Однако при попытке разобраться в сущности игры, определить четкие дефиниции и критерии, возникли трудности – игра не поддается рационализации, при ее описании используются взаимоисключающие понятия. На деле выходило: узнать непонятное через более непонятное, без стопроцентных проясняющих гарантий. Тем не менее, важные моменты игровой динамики удалось подсветить аналитическим «фонариком».

1. Психотерапевтический случай.

Старт был обещающим, но формально дело оказалось невыигрышным. За психологической помощью обратилась молодая замужняя женщина. Выглядела она как современный подросток, обаятельная, озорная, с потрясающим чувством юмора, свободно говорящая на нескольких языках, интеллектуальный гурман, смакующая сложные литературные тексты; благородная родословная, элитарное образование, связи. Она умела мастерить эксклюзивные вещи, совершать неординарные поступки, увлекаться рискованными хобби по меркам, превышающих параметры в системе координат обычных обывателей. Психолога она как будто пригласила на пир изысканных, утонченных, пряных и острых яств. А на пиру, как заповедал Платон, принято воздавать хвалу богам и вести беседы, поднимающие человека над бытом и временем. «Как будто» – выражение чего-то предположительного или кажущегося окажется ключевым употреблением в раскрытии анонсированной темы.

Запрос клиентки виделся достаточно типичным – прокрастинация, но озвучивался как в хорошей театральной драме, где в финале зрителей ждет катарсис. Она говорила об изматывающем душу погребавшем хаосе, о времени, деньгах, энергии, утекающих сквозь пальцы, о нереализованных планах, отсроченной жизни, изнурительном страхе, неизбывной вине. Надеялась на понимание и сострадание и активно демонстрировала желание сотрудничать. У психолога с первого взгляда по отношению к услышанному возникли симпатия, восхищение, очарование, чувство собственной причастности к чему-то превосходному. Со второго и с третьего, и с десятого – то же самое.

Сейчас и далее мы будем говорить, полагая, что базовые понятия аналитической теории – «перенос», «контрперенос», «проекция», «проективная идентификация», «отыгрывание» известны и не требуют пояснений.

Что было не так? Самые очевидные вещи – неизменный саботаж договора, нарушение терапевтической рамки. Ни разу клиентка не пришла в назначенное время и ни разу не оплатила сессию как положено. «Ни разу» не фигура речи.

Естественное возмущение и фрустрацию психолога клиентка одним махом и весьма творчески «запрещала»: сыпала поговорками, прибаутками, шутила, заразительно смеялась, чистосердечно каялась, непритворно плакала, обещала, обличала свою «неорганизованность», заглядывала в глаза. Выглядела эдакой очаровашкой.

Таким образом клиентка установила собственные негласные и незыблительные правила: с ней категорически нельзя полемизировать, бесполезно отзеркаливать, выражать поддержку подложно, контейнировать невыносимо. Любые замечания психолога или взгляды (*желающих углубить знания по вопросу влияния взгляда Другого на личность индивида адресую к психоаналитической концепции Лакана Ж. – С.С.*), которые воспринимались клиенткой как «какие-то не такие», погружали её в глубины фантомного беспросветного поражения, что не выглядело наигранно. В контрпереносе психолог испытывала чувства ужаса совершенной фатальной ошибки. Эти наблюдения важно зафиксировать для дальнейшего осмысления.

Имплицитный запрос клиентки всё больше напоминал желание жесткого отыгрывания брошенного ребенка, ставшего шутом: «Меня бросили, я выжила, но как жить, не знаю». Семейный анамнез молодой женщины показал, в силу обстоятельств сразу после рождения и далее на длительное время она осталась без попечения родителей.

В течение недолгой по аналитическим меркам, тридцати семичасовой терапии удалось связать по контуру некоторые аспекты психики клиентки: комплекс брошенности – комплекс неполноценности – самоустранение из важных жизненных коммуникаций как самонаказание – внутренняя зависимость от мощной силы, блокирующей движение вперед и продуктивную творческую деятельность – проецирование образа «Я-идеальная» на других. В подобной «обводке» избегание реальных действий – отличный способ для отыгрывания собственной фрустрации: можно забыть, отложить, устроить демонстративную обструкцию.

Разумеется, первая же супервизия сразу бы расставила всё по своим местам. Но психолог, опять же ни разу, не супервизировала данный кейс. Как будто боялась, что «моя прелесть» будет украдена другим, берегла «сокровище», отрицая собственный гнев и «чувств обманутых дольщиков»: «У нас всё хорошо, нам так интересно друг с другом». В итоге, обзор трезвого наблюдения был сужен до размера слепого пятна. В русском языке до сих пор сохранился древнеславянский синоним, «слепой» значит «темный».

Метафора, точно описывающая ситуацию: один человек (психолог) основательно влип в медовую паутину, его движения, взгляды и намерения зорко предвосхищаются и контролируются другим, блестящим пауком (клиенткой), обладающим суперпозиционным зрением. У пауков, как известно, не одна, а 4-6 пар глаз, обеспечивающих обзор видения 360 градусов и картинку одновременно объёмную и детализированную. Вероятно, быть человеком-пауком – как минимум способ психического функционирования клиентки. «Коварство» и «липучесть» данной психической стратегии можно рассмотреть через этот образ.

2. Архетип Паука

Символический образ паука невероятно древний, есть основания полагать, что сформирован он в эпоху матриархата. Паук фигурирует абсолютно у всех народов в мифах, фольклоре, культурных традициях, приметах, суевериях. В символике паука можно найти все важные мотивы, связанные с космогонией, философией, психологией или магией [16]. Логично предположить, мы имеем дело с архетипом Паука, о котором К.Г. Юнг упоминал в работе «Психология и алхимия» [21]. Как любой архетип Паук – это символическая двойственность между добром и злом, мужским-женским, рождением-смертью, понимаемая через призму его характерных особенностей: 1) особенность поимки добычи – выделение паутины и плетение тенет в форме ловчей сети, которая губительна для живых существ, попавших в неё; 2) особенность питания паука (высасывание «крови»); 3) свобода передвижений по всем направлениям и связь с воздушной средой.

Благодаря радиальной форме создаваемой им паутины, паук – наглядный символ космического центра, символ колеса вращения Вселенной, соединяющий временное с вечным [3]. Порождение «из самого себя» нитей новой субстанции и формирование из неё упорядоченной структуры определяет паука символическим творцом, космическим божеством, неустанно создающего ткань мира и вплетающего в узор бытия всё живое, соединённое с ним нитью-пуповиной [3]. Способность паука к передвижению во всех направлениях позволяет рассматривать его как посредника между мирами, советчиком героя при поиске пути на небо или в потусторонний мир [10]. Паук может быть спасением героя, когда тот прячется в убежище (пещера, дупло, подземный водоём – аналоги материнского контейнера), а паук закрывает вход своими сетями. Способность и постоянная готовность к убийству делает паука символом гибели, разрушения, конечности всех феноменов мира, сил, властвующих в мире, и всепожирающего времени [10]. Агрессивность, жестокость, коварство, ядовитость паука стали международной эмблемой яда, отравленного питья.

В целом, даря и отнимая жизнь, паук выступает символом Великой Матери в её ужасной ипостаси [15]. В психоаналитических кейсах описаны интерпретации паука как символа мужского детородного органа, помещенного внутрь материнского полового органа или же паук – гневная мать, сложенная в форме мужчины, вызывающая тревогу, описываемую как чувство сверхъестественного [1]. Фрейд упоминал случай, когда паук был репрезентацией злой матери, которую боится ребенок [1]. Арахнофоби – одна из распространенных человеческих фобий [2].

Мариус Шнайдер, немецкий мифолог, музыковед, этнограф говорит, что «символика паука указывает на «непрерывную жертву», которая является формой непрерывной трансмутации человека на всём протяжении его жизненного пути. Даже сама смерть просто сматывает нить прежней жизни для того, чтобы начать прясть новую» [18].

Совокупность таких характеристик, как творец, мастер, плут, обманщик, посредник между мирами, причастник тайнам жизни и смерти, также дают основание рассматривать паука как трикстера: татуировка «паук без паутины» – символ карманного вора («щипач»), наносится между большим и указательным пальцами [14].

Отношения психолога и клиентки стали похожи на утомительную игру в догонялки, в основе которой не результат, а процесс, причем бессознательный, а значит беспощадный, где игроки безотчетно обманывают друг друга, игнорируя условия реальной жизни, имитируя главное небытие – воображаемые отношения в паре.

Ролевая игра «догонялки» древнейшая, уходит корнями в природную охотничью сущность человека [5], [11]. Гарантирует и удовольствие, и азарт, и результат. Однако, чтобы получать должное наслаждение, нужно соблюдать обязательные правила – нельзя убежать слишком далеко, нельзя прятаться слишком близко, нельзя стоять за спиной ведущего. Свобода игроков ограничена и реализуется только внутри правил.

В описываемой ситуации правила не соблюдались, точнее, клиентка сама играла и белыми и черными фишками. Но игра оборвалась сразу же, как только психолог, очнувшись от ядовитого опьянения, твердо напомнила о правилах. Молодая женщина без слов и объяснений моментально скрылась с глаз долой, как будто испарилась, оставив психолога, что называется, с «вдребезги разбитым сердцем» и странным ощущением полного крушения всех надежд, фатального поражения, вероятно, похожего на то, которое испытывала клиентка во время психотерапевтической работы. После этого психолог стала разбираться с феноменом и алхимией игры, психологией игроков и сознанием неудачи. «Сознание неудачи» – термин юнгианского аналитика, профессора психологии из Венесуэлы Лопез-Педраса Р. [12].

3. Игра, как творческое пространство

Игра – один из уникальных феноменов культуры, который проходит через всю историю всего человечества, проникая в жизнь каждого человека от рождения до смерти.

По Выготскому Л.С., для ребенка игра – особая форма познания мира, освоения действительности, путем ее воспроизведения и моделирования и творческой переработки пережитых впечатлений, построение из них новой действительности, отвечающей запросам и влечениям ребенка [7]. Ребенок берет на себя функции другого, более значимого и моделирует «взрослые» отношения, где он старше, умнее, лучше, сильнее. Главная отличительная особенность игры – воображаемая ситуация «понарошку», «не взаправду», «как бы». Расхождение реального и воображаемого – лакуна, в которой развиваются творческие способности.

Берн Э., основатель транзактного анализа, считает, люди (их внутренние субличности, называемые Родитель и Ребенок) играют в игры, чтобы обманым путем добиться психологического «выигрыша», не всегда осознаваемого, но вожделенного негативного реванша, при этом избежать ответственности Взрослого, следуя усвоенному в раннем детстве специфичному сценарию взаимоотношений [4].

Винникотт Д., детский психиатр и психоаналитик говорит: «В игре, а возможно, только лишь в игре, ребенок или взрослый обладает свободой творчества» [6]. «В соответствии с опытом и развитием разных людей, детей и взрослых, мы должны признать чрезвычайную ценность этого «потенциального пространства» для личности и ее развития» [6].

Однако согласно общим психоаналитическим воззрениям, в игре все же проявляется неполноценность субъекта, бегущего от жизни, не сумевшего с ней совладать. Психоаналитики, помня о нуждах ребенка, понимая игру как символическое отражение конфликтов и тревог, признавая игровое пространство изначально как развивающее, замечают, что оно же может превратиться в свалку вытесненных негативных переживаний, и вместо зрелых плодов роста будет выражать фактор недостаточности и ущербности. Из подготовки к жизни игра превращается в бегство от неё – своеобразный кувырок назад.

В юнгианской аналитической психологии игроком, нарушающим правила злонамеренно или из желания подурочиться, выступает архетипический трикстер, изворотливый бог юмора, обмана и беззакония, «первобытное «космическое» существо, обладающее божественно-животной природой» [20].

4. *Архетипический защитник*

Согласно логике представлений аналитической Школы развития Фордхама, архетипический трикстер может укорениться в психике человека на самом раннем этапе вследствие недостаточной переработки де-интеграционной травмы развития, когда «внутренний мир человека оказывается во власти тиранических сил, переживая сильнейший внутренний хаос» [9].

Младенческое Эго в состоянии переработать де-интеграционную травму развития, если рядом находится надежная, поддерживающая, отзеркаливающая, контейнирующая мать ребенка. Если подобной психической опоры нет, новорожденному Эго грозит опасность от мощных архетипических содержаний пришедшей в движение Самости. Чтобы избежать «затопления» слабого Эго бессознательной Самостью, в психике младенца «включается» примитивный защитный механизм, своеобразный «предохранитель», отщепляющийся в активный комплекс и содержащий ядро архетипического трикстера. Этот комплекс захватывает несформированное Эго, *как бы* закрывая его собой, накрепко слипаясь с ним, *как бы* подменяя его собой. Трикстер становится «*как бы* Эго», «вместо Эго», на долгие годы, а то и навсегда патологически искажая диалог между Эго и Самостью, удерживая движение душевных процессов в тисках психопатической и/или нарциссической динамики. Психический поток энергии между Эго и Самостью оказывается заблокированным: требования Эго могут восприниматься Самостью как объекты нападения, и, наоборот, любые подлинные Самостные послылы могут тестироваться Эго(м) как опасные для жизни. Психическая энергия канализируется на «фиктивной» оси: ложная Самость – Эго, находящееся в слиянии с трикстером, фактически также ложное (*с точки зрения юнгианского анализа, Эго – часть личности, осознаваемая как «Я»; Самость –глубинный центр, упорядочивающий сознательную и бессознательную психику, выражающий психологическую целостность индивида*).

В итоге, скрытый трикстер, а не реальная мать закладывает основы бытия детской психики, в которой сохраняется слияние с комплексом, отсутствует возможность развивающей дифференциации и сепарации и формируется иллюзия независимости и свободы, отшлифовывающая «бегство» в игру и уход от реальности.

5. *Запутанная энергия трикстера*

Динамика энергии трикстера запутана и сложна – это динамика темной власти. Если мы не имеем в виду духовные практики исцеления или посвящения, где энергия трикстера используется целенаправленно, то надо признать, в обычной жизни власть «темной» силы довольно опасна на всех уровнях функционирования. Эта власть утверждает себя на зыбкой психической платформе, под которой бьются волны нарастающего хаоса и сверх-естественной тревоги. Смутное предчувствие сумасшествия побуждает человека совершать авантюрные непоправимо-необдуманные поступки, даже бессмысленный суицид. Трикстер легко провоцирует разнообразные напасти, доводя мастерство самовредительства до совершенства.

Клиентка упоминала о парализующем страхе ожидания наказания и мучительной непереносимости переживания своей вины из-за причинения боли другим. Однако размышлять на эту тему не хотела, не было сил и готовности. Молодой женщине снились сны, где она встречалась со своим двойником-антиподом, совершающим ужасные насильственные действия, или суд, на котором присяжные заседатели жаждали наказать ее самым жестоким образом, а она выживала, вертеться как уж на сковородке. Поэтому натренированное увливание и мастерское афиширование себя растеряхой – хороший способ уклонения от намерения лишиться себя жизни. Парадоксальный кувырок архетипического защитника: клоун может стать убийцей.

Догерти Дж. Н и Дж. Вест Дж. Ж. описывают подобную динамику как пассивно-агрессивную структуру характера, лежащую в антагонистическом паттерне [9]. Диагностический термин «пассивно-агрессивное личностное расстройство» «пришел в специальную литературу из среды американских военных в годы Второй Мировой войны, когда офицеры заметили, что некоторые солдаты уклоняются от исполнения обязанностей, демонстрируя пассивно- агрессивную манеру поведения. Впоследствии термин включили в первую версию DSM 1952 г.» [9, с.344].

6. *Ловушка – двойной капкан*

Отождествляясь с трикстером, душа ребенка начинает борьбу за власть с грозной архетипической материнской фигурой, с Великой Матерью. Эго ребенка закрепляется там, где у «матери» нет власти, в том месте, которое «матерью не является». Бессознательно защищаясь, ребенок-трикстер (а затем подросток и взрослый) использует тайные приемы: саботирует, раздражает, обвиняет, проявляя агрессию столь изворотливо, что практически его невозможно «прищучить». В подобных игровых маневрах море удовольствия, ключевого элемента динамики. Однако забава, как правило, бессознательна, поэтому наслаждение краткосрочно и еле уловимо.

Плут считает, что обводит вокруг пальца того, кто символизирует власть или зло, но в проигрыше, по факту, оказывается сам человек, так как трикстер защищает своего подопечного от самого себя (Себя). Такова плата. Таково «коварство» и «липучесть» трикстера.

Это ловушка, вырваться из которой можно, лишь полностью перестроив структуру психологических защит Эго, упрочить сознательную часть новыми психологическими установками, где правила, регулятор поведения, выделяются в сознании не механистически, а усваивается посредством интериоризации и приобретают собственную привлекательность. Впоследствии добровольное подчинение внешним запретам позволяет осуществлять рефлексии, важную функцию Эго-сознания. В динамике аналитического процесса походная работа может означать решение глубокой регрессии в архетипические владения Великой Матери для перезапуска нового процесса самоорганизации.

7. *Связь игры и мифа*

Игра трикстера превращает пассивно-агрессивную борьбу в модель устойчивого взаимодействия. Исследуя «борьбу» как принцип функционирования, логично рассмотреть концепт «борьбы», понять причины и задачи.

В античности древние греки, а затем и римляне называли борьбу агоним. Агональность – тяга к соревнованиям, к борьбе, к противостоянию во имя стяжания славы. Агональный дух пронизывал практически все стороны жизни древних греков. Наиболее яркий пример, Олимпийские игры или состязания риториков и ораторов.

Древние греки (вообще все древние люди) заметили, для агрессивной психической энергии, копящейся внутри, нужно найти обязательный выход, разрядку, форму, которая бы не приводила человека к расчеловечиванию [11]. Такой формой служит миф – древнейшая форма освоения мира. По мысли Юнга К.Г. и его последователей, миф – это средство, предлагаемое культурой, для освоения бессознательных архетипов через сознательно постигаемые символы и образы. Мифы могут переживаться по-разному: через психодинамический образ – так, как оформили его наши предки. Как индивидуальный сценарий, бессознательно заимствованный из семьи. Как национальная идея, зашитая в культурный код народа и лежащая в ядре культурного комплекса.

В данной работе уместно сфокусировать внимание на мифе как истории, повествующей разрешению возникшего конфликта через установление нового порядка. В этом смысле «боги» давно все сделали, и в Греции действительно всё есть. Человеку нужно научиться входить в мифологический хронотоп, чтобы найти там известное решение проблемы накопившейся агрессии.

Но как войти в миф и воспользоваться имеющимся опытом, понимая из настоящего, что мифологический образ, предельно понятный и довольно жестокий, дан нам для символического переживания?

Элиаде М., всемирно известный исследователь мифов, говорит о мифе как о истории, события которой происходят в те неисторические, нулевые времена, когда истории как линейного времени не существовало [18]. Согласно Элиаде М., «миф – освобождение от времени», а юнгианский аналитик и математик Шварц-Салант Н. говорит о мифе, как движение «сакрального» времени, уменьшающее энтропию, увеличивающее информационный порядок [17].

Соответственно, для вхождения в миф человеку нужно обнулить свое время через припоминание нулевых структур. Меж тем, наше сознание движется во времени. Тем не менее, в общемировой культуре довольно много особенных коллективных практик обнуления времени, попадания в нелинейное неисторическое пространство, где миф восстанавливается в собственной полноте. Игры – одни из самых распространенных и проверенных подобных практик [5]. В качестве важной ремарки нужно отметить, чтобы войти в целостное пространство мифа, нужно быть готовым встретиться уметь с темой смерти.

7.1 *Между игрой и мифом можно найти много родовых сходств.*

- ✓ Бытие игры и мифа вездесуще и многогранно, это древнейшие формы познания мира.
- ✓ У них нет официальной редакции; главная особенность – в пересказывании, повторении, воспроизведении.
- ✓ Есть отстраненность от обыденности, помещение индивида или индивидов в некое выделенное пространство и время, где создана компактная картина мира.
- ✓ Нет линейного времени, но есть существование вне времени: «мы так заигрались, что забыли о времени».
- ✓ Миф и игра не могут устареть, так как не имеют отношения к истории, но могут быть забыты, так как имеют отношение к свойствам памяти, психики.
- ✓ Есть обязательное наличие правил или структуры.
- ✓ Творческая активность, предполагающая бесконечное количество комбинаций, реализуется строго внутри правил или структуры.
- ✓ Наличие конфликта или магии преображения.
- ✓ Игра и миф – пространство, где одновременно смерти нет и смерть есть; смерть – один из обязательных элементов правил, некий символический акт.
- ✓ Игра и миф находятся между правдой и ложью, они не то и не другое, но одновременно и то, и другое, одновременно «не вправду» и «по-настоящему».

8. *Типология игр*

Обращаясь к опыту древних греков, можно взять на себя смелость типологизировать античные игры как аполлонические, реализующие принцип агональности и противодействия, и дионисийские, реализующие принцип

превращения и интеграции. «Аполлон» и «Дионис» – разные типы игр. Разумеется, типология условная, не претендующая на полноту.

Агон призван выявить сильнейшего в честной конкурентной борьбе, вынуждает соперников искать новую, более успешную форму взаимодействия и стать победителем. [8], [13]. Культ славы, желание сохранить свое имя в памяти поколений – высший способ жизни, неподвластный закону смерти. Победа в Олимпиаде – слава навсегда. Победители причисляются к небожителям, героям, им ставят памятники и бесплатно кормят до конца жизни. В аполлонических играх соперники на виду, максимально выпуклые и открытые взору. Участники античных Олимпийских игр выступали обнаженными.

Дионисийские игры – это театр, мистерии, симпозиумы, часто начинавшиеся с распития вина, преобразуя обычное время в мифологическое, где игроки как таковые теряются, растворяются в чем-то большем, чем их собственное Эго-сознание [13].

Дионисийские мифы, соответственно, дионисийские игры ломают принцип агональности. Дионис – бог, который ускользает, отказывается соревноваться, превращаясь то в дельфина, то в виноградную лозу [13]. Дионис неуловимый. Если вызвать его на бой, он подставляется, *как бы* говоря: «Ты победил, ты молодец, а я пошел по своим делам». Когда Диониса все-таки принуждают к битве – он гибнет в этих схватках; за ним гонятся титаны, он убегает, его загоняют в угол и убивают, разрывают на части и пожирают. Но после этого Дионис воскресает из сердца, которое остается целым и невредимым [13]. Дионис – воскресающий бог. В дионисийских играх реализуется иное качество свободы: я не играю в ваши игры, я создаю собственную игровую среду.

Дионис, если рассматривать его не в жертвенном аспекте, а во властвующем, бог со своей игровой свитой. Когда он приходит в город, приглашает всех жителей в игру, в прятки-карнавал, он навязывает игру как сверх-игровой бог. Тот, кто отказывается, гибнет от безумия, для тех, кто согласился, впереди серия трансформационных превращений.

Древнегреческий Космос амбивалентен: не сводится к идее прямого агонального Аполлона, требуется сложный Дионис.

9. Сознание неудачи

Психотерапия, по мысли Винникотта Д., работает на стыке двух областей – пациента и психотерапевта. Терапевт, не способный играть, не годен для этой работы [6]. Если пациент креативен, у психотерапевта есть возможности быть ребенком, подростком или взрослым [6]. Встреча с неуловимым творческим трикстером дает почувствовать дух авантюризма, который действительно восхищает, раскрепощает и позволяет почувствовать иное качество бытия. Трикстер принуждает нас отказаться от уютных миражей собственной неуязвимости, от привычных форм адаптации, переступить границы и двинуться, следуя божественному посланию. При этом раздвижение границ не отрицает их принципиальное значение. Мы помним бога Гермеса (Меркурия) как бога дорог, перекрестков и границ. Чувствование границ становится архиважной задачей для психотерапевта. Важно, чтобы интериоризированное уважение к границам не мешало, но помогало осуществлять рефлексии и укреплять осознанность собственных действий.

Трикстер позволяет увидеть современное могущественное стремление к успеху, которое в наше время стало тотальным девизом, долгом, идентификацией, превратилось в по сути в автономный констеллированный коллективный комплекс успешного Аполлона. Тогда Дионис играет в Тени и становится более опасным и непредсказуемым. (*Тень — относительно автономная часть психики, содержащая бессознательные представления, зачастую негативного свойства, несовместимые с сознательным представлением о себе*).

После встречи с трикстером приходит понимание смирения и примирения с сознанием неудачи, которое оказывается равноправным сознанию успеха. В примирении с сознанием неудачи мы непроизвольно оказываемся в пространстве образа, который, является возможностью [12]. «Когда мы говорим о сознании неудачи, мы говорим об этих медленных срединных состояниях души, *Anima media natura*, так как в этих состояниях нет места безумному стремлению к успеху, попросту потому что там есть только сознательная психика, которая не чувствует необходимости ни в ригидном ускорении, ни в истерической театральности, ни в психопатическом подражании. Эта душа не страдает от попыток ориентированной на успех жизни, а также от противоположной позиции такой жизни, неудачи ставшей реальностью» [12].

Список литературы

1. Абрахам К. Паук как символ в сновидениях - <https://psychoanalysis.by/2018/01/22/spider/>
2. Арахнофобия - psy-beholder.livejournal.com/62960.html
3. Бауэр В., Дюмоц И., Головин С. Энциклопедия символов – М.: АО "КРОН-пресс", 1995 - 502 с.
4. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры – М.: Эксмо, 2012 – 349 с.
5. Богданов К.А. Повседневность и мифология: Исследования по семиотике фольклорной действительности. - СПб.: «Искусство-СПб», 2001- 437 с.
6. Винникотт Д. Игра и реальность. - М.: Институт общегуманитарных исследований, (тип. АО Мол. гвардия), 2002 – 265с.
7. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. — М: Смысл, Эксмо, 2005 – 507 с.
8. Гамильтон Э. Мифы и легенды. Боги и герои Древней Греции и Древнего Рима – М.: Просвещение, 2005 – 460 с.
9. Догерти Дж. Н., Вест Дж. Ж. Матрица и потенциал характера: с позиций архетипического подхода, в поисках неиссякаемого источника духа. - М., Когито-Центр, 2014 – 400 с.
10. Керлот Х.Е. Словарь символов: [Мифология. Магия. Психиатрия] – М.: REFL-book, 1994. – 601 с.
11. Леви-Строс К. Первобытное мышление - М., Республика, 1994 – 382 с.
12. Лопес-Педраза Р. Психология успеха как ошибка - <https://monocler.ru/soznanie-neudachi/>

13. Немировский А. И. Мифы Древней Эллады – М.: Просвещение, 1992 – 319 с.
14. Пирожков В.Ф. Законы преступного мира молодежи - https://bookap.info/vozrast/pirozhkov_zakony_prestupnogo_mira_molodezhi/gl36.shtml
15. Франц Ф. М.-Л. Феминность в волшебных сказках [bookap.info>book...femininnost_v_volshebnyh_skazkah...](https://bookap.info/book...femininnost_v_volshebnyh_skazkah...)
16. Черданцев А. Ю. Паук как символ. Исторический и мифологический аспект. - ЮФ НГУ (2010) <https://gigabaza.ru/doc/78595.html>
17. Шварц-Салант Н. Парадокс порядка-беспорядка: Понимание скрытой стороны изменений самости и общества – М.: Академический проект, 2022 – 228 с.
18. Шнайдер М. Музыкальное происхождение животных-символов в античной мифологии и скульптуре. – Барс.: Inner Traditions, 1989. с. 53-85.
19. Элиаде М. Аспекты мифа. – М.: Инвест-ППП, 1995 - 238 с.
20. Юнг К.Г. Дух Меркурий. – М., Канон+, 1996 – 381 с.
21. Юнг К.Г. Психология и алхимия (сборник работ одного автора). – М.: АСТ, 2008 - 603 с.

CATCH ME IF YOU CAN OR UNDERSTAND THE INCOMPREHENSIBLE THROUGH THE INCOMPREHENSIBLE

Savkina Svetlana Borisovna, analytical psychologist, Jungian analyst, full member of the OPPL, accredited member of the "Union of Psychotherapists and Psychologists", sbsavkina@yandex.ru, Private practitioner, St. Petersburg.

Annotation. The article reflects the experience of studying the phenomenon of play and the consciousness of failure, which was triggered by real therapeutic work, where seduction, enchantment, suffering, power struggle, symbolic death and resurrection in a pair of "client-psychologist" are comprehended through understanding the approaches of analytical psychology, the intricate psychodynamics of the archetypal trickster, people's gaming aspirations to agonality and escape, finding ancestral connections and similarities between the game and the myth.

Keywords: game, myth, trickster, Ego, Self, defense mechanism, analytical psychotherapy, spider symbol, agonality, Dionysianism, creativity, consciousness of failure, success complex.

References

1. Abraham K. The spider as a symbol in dreams - <https://psychoanalysis.by/2018/01/22/spider/>
2. Arachnophobia - [psy-beholder.livejournal.com "62960.html](https://psy-beholder.livejournal.com/62960.html)
3. Bauer V., Dumots I., Golovin S. Encyclopedia of symbols – М.: JSC "KRON-press", 1995 - 502 p.
4. Bern E. Games that people play. People who play games – Moscow: Eksmo, 2012 – 349 p
5. Bogdanov K.A. Everyday life and mythology: Studies on the semiotics of folklore reality. - St. Petersburg: "Art-St. Petersburg", 2001 - 437 p.
6. Winnicott D. Game and reality. - М.: Institute of General Humanitarian Research, (type. JSC Mol. guardia), 2002 – 265s.
7. Vygotsky L.S. Psychology of child development. - М: Sense, Eksmo, 2005 – 507 p—
8. Hamilton E. Myths and legends. Gods and heroes of Ancient Greece and Ancient Rome – Moscow: Enlightenment, 2005 – 460 p.
9. Doherty J. N., West J. J. The matrix and the potential of character: from the standpoint of the archetypal approach, in search of an inexhaustible source of spirit. - М., Kogito Center, 2014 - 400 p.
10. Kerlot H.E. Dictionary of symbols: [Mythology. Magic. Psychoanalysis] – М.: REFL-book, 1994. – 601 p.
11. Levi-Strauss K. Primitive thinking - М., Republic, 1994 – 382 p.
12. Lopez-Pedraza R. Psychology of Success as a mistake - <https://monocler.ru/soznanie-neudachi/>
13. Nemirovsky A. I. Myths of Ancient Greece – М.: Enlightenment, 1992 – 319 p.
14. Pirozhkov V.F. The laws of the criminal world of youth - https://bookap.info/vozrast/pirozhkov_zakony_prestupnogo_mira_molodezhi/gl36.shtml
15. Franz F. M.-L. Femininity in fairy tales [bookap.info"book...femininnost_v_volshebnyh_skazkah...](https://bookap.info/book...femininnost_v_volshebnyh_skazkah...)
16. Cherdantsev A. Y. Spider as a symbol. Historical and mythological aspect. - NSU Law School (2010) <https://gigabaza.ru/doc/78595.html>
17. Schwartz-Salant N. The paradox of order-disorder: Understanding the hidden side of changes in self and society – М.: Academic Project, 2022 – 228 p.
18. Schneider M. Musical origin of animal symbols in ancient mythology and sculpture. – Bars.: Inner Traditions, 1989. pp. 53-85.
19. Eliade M. Aspects of myth. – М.: Invest-PPP, 1995 - 238 p
20. Jung K.G. Spirit of Mercury. – М., Canon+, 1996 – 381 p.
21. Jung K.G. Psychology and alchemy (collection of works by one author). – М.: AST, 2008 - 603 p.

ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПРАКТИКУЮЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА

Садовников Е.В., психолог-педагог, аккредитованный супервизор ОППЛ, действительный член ОППЛ, национальный преподаватель ОППЛ, национальный тренер ОППЛ, телесно-ориентированный терапевт, ведущий преподаватель института «Интеграция».

Аннотация. В статье рассматривается ценность терапевтического альянса между клиентом и терапевтом. Акцент ставится на значимость супервизии и личной терапии для практикующего психолога/психотерапевта. Предлагается создание пространства для эмоционального отреагирования и поддержки в профессиональном сообществе для профилактики выгорания. Статья будет интересна для практикующих психологов, психотерапевтов, социальных работников и специалистов помогающих профессий.

Ключевые слова: супервизия, практика психотерапии, почему клиенты уходят, запрос на супервизию, клиент, специалист, личная терапия, чувства специалиста.

Работа в контексте психотерапевтического взаимодействия на сегодняшний день происходит по-разному, с использованием разных модальностей и применением различных схем лечения того или иного состояния в рамках био-психо-социо-духовной модели. В статье я хочу затронуть главный, на мой взгляд, вопрос эффективности терапии, которая в сегодняшних реалиях страдает в большей степени в связи с отсутствием субъективного контакта специалиста с самим собой.

Степень вовлеченности в работу с клиентом практикующего специалиста очень высока. Все это опосредуется желанием терапевта помочь клиенту. Но если посмотреть на эти терапевтические отношения с другой стороны, то желание – это лишь верхушка айсберга. В первую очередь, такое видение ситуации связано с тем, каким уровнем образования обладает специалист. Современное образование включает в себя использование теоретических, методологических и парадигмальных оснований для работы с клиентом, а также использование различных инструментов, предлагаемых современной системой обучения психологической практики. Но в меньшей мере современная система обучения затрагивает раскрытие эмоционального реагирования и разделения собственных эмоций от реакции контрпереноса на перенос клиента. Как следствие, в связи с отсутствием ценности или непонимания важности собственных переживаний для терапевтического альянса, происходит вытеснение чувств и переживаний самого психолога/психотерапевта.

Специалист же, оказывающий помощь своим клиентам, может, а, в данном случае, даже имеет право, испытывать чувство обиды, злости или раздражения и др. Игнорируя эти процессы, не обращая на них внимание или же умалчивая об этом, он фактически поддерживает такую же некачественную коммуникацию, которую выстраивает клиент в жизни. Как следствие, клиент не получает нового опыта взаимодействия, который может сформироваться в процессе терапии. Результатом такого взаимодействия специалиста и клиента будет снижение качества работы и деформация терапевтического пространства. Ситуация усугубляется еще и тем, что игнорирование своих эмоций и чувств приводит к глубинному вытеснению и накоплению огромной массы внутреннего напряжения. Теряется интерес, уплощается получение удовольствия от выполняемой работы. Это в итоге приводит к эмоциональному/профессиональному выгоранию психолога/психотерапевта.

Для таких случаев предусмотрена супервизионная практика. Ведь, действительно, может быть очень трудно вовремя включать собственную рефлексию и признавать то, с чем сложно справиться. Признавать собственную неуспешность или даже поражение.

Как мы можем понимать, что перед нами именно такой специалист? Такие специалисты не высказывают запроса или трудно его формулируют на сессиях с другими коллегами. Более того, такие специалисты не нуждаются в запросе. Им достаточно одной жалобы клиента, чтобы с ним работать. В долгосрочной работе клиент предсказуемо будет вызывать раздражение, тем самым затруднит возможности изменения отношения к самому себе. Специалист, сам того не осознавая, проявляет к клиенту пассивную агрессию. При этом, теряется заинтересованность и живой контакт между терапевтом и клиентом. Теряется тот контакт, который в перспективе мог бы развивать и поддерживать терапевтический процесс. Часто такие взаимоотношения вызывают непонимание у специалиста или сожаление о том, что клиент уходит/прекращает терапевтические отношения.

Таким образом, в описанных выше клиент-терапевтических отношениях клиент не может получить полноценную обратную связь от специалиста. Если это экстраполировать на специалиста, то и последний, без участия в супервизии, не может получить качественную обратную связь от своих коллег, от своего профессионального сообщества. Тем самым мы можем подчеркивать то, что полноценно развивающийся специалист в области практического применения своих терапевтических навыков всегда прибегает к личной терапии и супервизионной практике. Это, в целом, помогает ему оставаться профессионалом высокого качества, не теряя при этом собственной индивидуальности.

CHARACTERISTICS OF A PRACTICING SPECIALIST'S PROFESSIONAL DEVELOPMENT

Sadovnikov E. V., educational psychologist, full member and accredited supervisor of PPL (Russian Professional Psychotherapeutic League), PPL official teacher and trainer of national level, body-oriented psychotherapist, lead teacher in the International Institute of Practical Psychology and Psychotherapy «Integraciya».

Annotation: The article considers the value of the therapeutic alliance between client and therapist. Emphasis is placed on the importance of supervision and personal therapy for the practicing psychologist/psychotherapist. It is proposed to create a space for emotional release and support in the professional community for the prevention of burnout. The article will be of interest to practicing

psychologists, psychotherapists, social workers and specialists in helping professions

Key words: Supervision, psychotherapy practice, why clients leave, request for supervision, client, specialist, personal therapy, specialist's feelings

ОБСУЖДЕНИЕ ПРОЦЕССОВ РАЗВИТИЯ ДЕТСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Семенова Алла Ивановна, педиатр, психотерапевт, иммунолог, действительный член ОППЛ РФ, автор метода и руководитель модальности Целебная творческая психолингвистика в ОППЛ, доктор наук в области «Регуляция в биологических системах» Международной академии МАИСУ.

Аннотация. В статье обсуждается вопрос о необходимости создания Единого центра развития детской психотерапии, объединяющего специалистов разного профиля, занимающихся изучением тела, духа, души ребенка. Детская психотерапия в информационном сообществе все больше смещается в систему образования. Метод Целебной творческой психолингвистики рассматривается как интегративный в оценке психо-эмоциональных проблем ребенка, в формировании и развитии сферы душевной самоорганизации.

Детская психотерапия находится в стадии постановки задач и формулировки проблем. Всем очевидна важность семейной психотерапии. Но в чем заключается работа психотерапевта непосредственно с ребенком? Нет четкой постановки задач и четкой терминологии. Как сопоставить пограничные расстройства и болезни роста, становления личности здоровых людей? Это касается формирования душевной организации, развития человеческого сознания, системы эмоционального волеизъявления, адекватной адаптации и ее специфических реакций. В этом – широкая сфера работы психотерапевта. Детский психотерапевт, условно говоря – педагог, просветитель, обладающий знанием психолога и врача. Он имеет базовое медицинское образование, а значит, разбирается в тонкостях адаптации. Необходимо понимать уровень поражения, степень нарушения, стадию патологического процесса. Сделать это может врач. И особенно это касается детей. Есть ли его болезнь – результат генетического расстройства, родовых преморбидных нарушений, семейных неурядиц и неблагополучия, врожденных нелегких особенностей, скрыто протекающего заболевания или аномалии развития, врожденного иммунного нарушения, перенесенного острого или хронического стресса, психологического внутреннего конфликта с окружающей ближайшей средой, в результате непонимания его окружающими? Велик один только перечень вопросов.

Дети часто тянут на себе тяжкий груз души взрослых людей. Они живут в нашем напряженном мире. У детей повышенная нагрузка на психо-эмоциональную сферу, потому что все они решают очень важную задачу: построения себя на основе врожденной душевной организации и приобретенных качеств адаптации. Мы живем в реальном мире, в период социальных катаклизмов. Самое веское возражение: кто будет заниматься всеми тонкостями социального приспособления, адаптации, если педиатров не хватает на лечение болезней? Педиатры до такой степени развивают свою интуицию, чтобы за считанные минуты понять, почувствовать многое, оказать необходимую помощь, успокоить мать, помочь психологически ребенку, согреть его взглядом, и прочее. Но кто определил, что лечение болезни, результата дизадаптации, важнее профилактики ее первоначальных причин? Почему педиатры должны быть не сведущими в сфере, касающейся психической душевной организации и эмоций детей? К чьей ведомственной принадлежности относится детская психотерапия? Где ей искать союзников? В каких институтах должны быть созданы кафедры детской психотерапии? Можно ли область медицины, связанную со сферой эмоций, воли, душевной организации, отнести к чистой психологии? Зададимся вопросом о базовых лечебных средствах в педиатрии. Не секрет, что основными являются противомикробные, противомикробные, десенсибилизирующие, симптоматические средства. Рассмотрим вопрос всесторонне. Человек живет в биологической, социальной, информационной среде. Человек живет в мире людей, в мире высоких тонких энергий Вселенной, в мире микробов и вирусов (микромире). Действие каких факторов более опасно для его здоровья? Неужели действие биологического микромира самое несносное и вызывает большее нарушение равновесия, чем действие социальной среды, равных по силе живых субъектов, несущих разную энергию и вызывающих эмоциональное напряжение при встрече с ними? Если вопрос парадоксален, то еще более парадоксальны действия профессионалов. Все средства и силы интеллекта в педиатрии направлены на борьбу с микробами и лечение последствий этого процесса. Педиатры новой формации пытаются отказываться от засилья лекарств, но все же фармакотерапия в медицине тела стоит на первом месте. На личностное оберегание, становление душевной организации, коррекцию психо-эмоциональных расстройств сил нет. Какой трагический исторический фарс, со смещением акцентов и пропорций. Педиатры как бы заранее отрицают факт наличия у детей психо-эмоциональной сферы и лечат только тело. Психоневрологи не исследуют глубоко душу ребенка, назначая средства из арсенала психо-подавляющих или психо-активирующих. Психотерапия, как адаптирующая и оберегающая наука, имеет свою специфику. Она лечит одновременно тело и душу, воспитывая гармоническое психическое развитие. Эта задача не под силу обучающим педагогам, не все из которых хорошо знакомы с психологией детства, а тем более с медицинскими основами адаптации. Вокруг детей создан некий экзистенциальный вакуум. Их целостное существование, проблемы приспособления не изучает никто. К детям относятся по-разному. Часто их либо балуют, либо бьют. Ими умиляются, дают профессиональное образование. Но они остаются безграмотными в душевной, психо-эмоциональной сфере, не умеют построить отношения без психологического насилия и позднее не умеют обратиться за помощью.

Работа психотерапевта-педиатра незаметна. Когда родители говорят «с вами так приятно беседовать», а потом удивляются, что «после беседы все изменилось», они, конечно не осознают того, что врач-психотерапевт, работая, зорко сторожит каждое душевное и физическое движение, делает много мельчайших наблюдений и приходит для себя к определенным выводам, незаметно направляя беседу в русло осознания пациентом его болевых вопросов и проблем. Психологу на прием дано 1,5-2 часа, психотерапевту отводится меньшее время. И это тогда, когда психотерапевт проводит психологическое тестирование, оценивает болезненную почву пациента, его ситуацию, окружающую среду, приспособительные основы, намечает план и проводит комплекс приспособительных мероприятий. Психотерапия, с ее психологическими средствами адаптивной коррекции, является здесь светлым лучом. На чем строит она свою работу? В чем – субстрат профессии психотерапевта? Все ли понимают, что строительство души, как и строительство тела, имеет свои четкие и строгие закономерности. По определенным каналам строится восприятие, определенные формы приобретает психологическая защита. В детском возрасте формируется базальная система эмоциональной регуляции. Устанавливаются определенные зависимости в отношениях тела и психики.

В современном обществе много экстремальных ситуаций. Страх, тревожность стали спутником детей уже с 5-7 лет. Действует ли на них какой-то фактор сам по себе, отдельно от их формирующейся личности и способности воспринимать себя и окружающее? Ребенок – более цельная личность, чем принято обычно считать. Переживают они очень глубоко. Все, что они видят, чувствуют, переживают, встраивается в структуру их личности естественным, органичным способом. Дети более, чем взрослые чувствительны и более поддаются влиянию. Самая распространенная ошибка взрослых – считать детей не понимающими, не смысленными. Детские слезы быстро высыхают? Может быть и да, потому что быстро переключаются интересы в процессе познания мира. Дети быстро забывают пережитое? Нет и нет. Все прожитое и прочувственное застревает в тайниках души человека и в дальнейшем терзает и мучает ее, как когтистый зверь. Душа нуждается в очищении еще более, чем тело. Большой изначальный энергетический потенциал ребенка долго помогает «держаться на плаву», делая проблемы невидимыми для посторонних глаз.

Было бы разумно провести эпидемиологическое изучение психо-эмоциональных нарушений у детей, причин и путей искажения душевной организации и форм ее проявления. Какой язык использовать при этом? Психоанализа, имагогики, экзистенциализма, герменевтики? В международной статистической классификации органических, психических заболеваний и психоэмоциональных расстройств – широкий перечень рубрик, симптомов, синдромов, признаков (в сумме 242 названия), которые трудно дифференцировать. Врач часто наблюдает сложную диагностическую мозаику из органических, врожденных, конституционально обусловленных, приобретенных психологических и личностных характеристик, воспитуемых особенностей коммуникации и социального реагирования. Уже в детстве наблюдается дефицитарное или невротическое формирование личности (психоэмоциональные блоки с мозаикой проявлений или питания внутреннего конфликта, со смысловыми и психогенными причинами). Можно перечислять особенности нарушения эмоций и поведения, познавательной сферы, обусловленные минимальной мозговой дисфункцией (ММД), психосоматическими болезнями, реакцией на стрессы, ошибками (дефектами) воспитания, семейным и социальным неблагополучием. Чаще у детей наблюдается сочетанное нарушение, полисиндромы с богатейшей симптоматикой: рассеянность внимания, двигательная расторможенность, эмоциональная нестабильность, повышенная чувствительность, нарушение процесса засыпания, страхи и запинание в речи, неуверенность вперемешку со вспышками раздражения, плаксивость и постоянные вздохи, произвольные тики, рассеянное внимание, нарушение дыхательного автоматизма, элективный мутизм как следствие стресса.

Более половины детей совершенно определенно нуждаются в психотерапевтической и психологической помощи. Вторая половина нуждается в обучении эффективному жизнеобеспечению, грамотному социальному общению. Психотерапевтами осознано, что интеллект человека, ментальный и эмоциональный, нуждается в росте и пестовании. Врожденное нарушение интеллекта, олигофрения – не частое явление. Чаще наблюдаются функциональные нарушения как последствия родовой травмы. Еще чаще мы сталкиваемся с воспитуемыми невротическими заболеваниями. Психотерапевт изучает психическую и эмоциональную сферу ребенка, особенности его конституции, структуру адаптации и структуру сознания. Наиболее важно умение дифференцировать все человеческие проявления, уровни поражения, особенности течения патологического процесса. Растущая душа должны изучаться, направляться, оберегаться профессионалами высокого класса. Ребенок находится в процессе развития. Он знакомится с временем и пространством, овладевает красотой и ритмами жизни, строит образы мира и людей, раздумывает над вечными проблемами свободы и ответственности, думает или помнит о смерти. Все, присущее взрослому, живому существу, присуще и детям.

Врач-психотерапевт рассматривает стратегию адаптивного реагирования. Существует еще одна социальная проблема, усложняющая отношения общества и психотерапевтов. Люди боятся разглашения своей тайны. Они боятся агрессии, насмешки, недоверчиво относятся к проявлению душевного внимания. Люди не привыкли к личностно-ориентированной, индивидуальной, адаптивной медицине здоровья, частью которой является психотерапия. Как можно требовать быстрой перестройки сознания врача, если ученые-педиатры не определились в данном круге проблем. И социальный аспект проблемы – не только в материальной недостаточности, но и в авторитарности общественного устройства. Взрослые воспитатели не видят пользы от свободного развития и, подчиняя, связывают активный растущий потенциал, еще не успевший дать плоды. Родители подменяют жизнь ребенка своей жизнью, ввиду неразвитости собственного сознания и недостатка знания. Чтобы принять факт того, что дети несут потенциал обновления, взрослые должны мысленно пережить и осмыслить свое детство и простить своих бывших воспитателей. Связанное сознание порождает себе подобное. Психологическое и энергетическое насилие дает волну в новых поколениях.

Важен и практический вопрос, где *быть* психотерапевтам: при поликлиниках, медико-социальных центрах, в специальных психолого-педагогических центрах? Или нужно начать с создания специального центра по изучению проблем

детской психотерапии? Люди чувствительны к престижу, к эпатажу. Поликлиники с трудом находят средства на элементарное оборудование кабинета психотерапевта. Встают и организационно-методические вопросы. Проводить ли врачу длительные сессии с пациентом, по заграничному примеру? Принимать ли меньшее число пациентов, работая до получения результата с одними и теми же семьями? Это не престижно и не привычно в медицине. Что ни говори, психотерапия является роскошью нашего времени. Состоится ли детская психотерапия в ближайшее время? Вниманию к детям я приглашаю еще и потому, что дети в период перестроек социально и психологически не защищены, ранимы, со всеми последствиями. Детская психотерапия не родилась как отдельная специальность. Ее проблема не четко поставлена, понята и обозначена. Из кого готовить детских психотерапевтов? Позвольте выразить мнение, что детским психотерапевтом должен быть врач-педиатр, имеющий опыт работы с детьми, любовь к детям, способность к исследованиям, получивший специальную подготовку по психотерапии и владеющий способами психологического тестирования. «Психотерапевт, д-р Пиаже, всю свою профессиональную жизнь работающий с детьми, считал, что психологическое тестирование, каким бы изощренным оно ни было, часто дает неполные или обманчивые сведения и что наиболее удовлетворительным методом является общее исследование, «клиническое исследовательское интервью», с чем, вероятно, согласится большинство клиницистов». Данный вывод вполне согласуется с мнением автора этой книги. Нужен центр подготовки специалистов такого профиля и класса.

Существует еще один щепетильный вопрос. Нужна ли более ранняя зрелость личности ребенка? Что выгодно взрослым и что позволено ребенку? Каков смысл психотерапевтической работы с ним? Трудно восстановить душевное равновесие человека, достоинство которого постоянно угнетаемо в семье. Однако, развитый ребенок, с хорошим уровнем самосознания, может быть более продуктивен в контакте со взрослыми членами семьи. Его гибкость при вовлечении взрослого в эмоциональный контакт может принести пользу обеим сторонам. В сложных условиях современного мира лучше быть зрячим как можно ранее. Это не отменяет детства.

Психотерапевт – ключевая фигура для ребенка, если контакт состоялся. Врач-психотерапевт – не маг и волшебник. Он творит добро именем Творца, понимая высшие фундаментальные природные принципы. Он проходит путь собственной трансформации вместе с каждым пациентом. Родители обновляют свою жизнь с рождением каждого ребенка. Дети – это богатство и потенциал страны, сообщества. Их надо любить и беречь. Этому и учат детские психотерапевты: вниманию к особенностям и нюансам детской души. Вся наука построена на полутонах, внимании к тонким сигналам. Методология детской психотерапии мало разработана. Наука колеблется между педагогической, психологической, медицинской ее составными частями. Нужно знать особенности детской психики и сомы, законы развития души и тела. Для этого нужна мудрость и профессиональные знания. Одним предметом, но по-разному, занимаются невропатологи, психоневрологи, психологи, психиатры, педагоги-психологи. Психотерапия – это метод лечения души, опирающийся на профессиональные знания многофункционального специалиста. Нельзя лечить душу отдельно от тела. Врач-психотерапевт обладает навыками и знаниями врача восстановительного лечения и наставника. Знание приходит постепенно. Условием профессионального совершенства является любовь к истине и к детям, носителям ее. В детской психотерапии невозможен грубо подавляющий авторитарный подход. Психотерапевт высоко ценит личность человека и всем существом и своими действиями передает эту веру. В детской практике недопустимо злоупотребление гипнозом, равно как и транквилизаторами и нейролептиками. Эти средства загружают, затуманивают сознание. Дух живет в биологическом теле и руководит материальной жизнью. Укрепить дух каждого человека, подвигнуть его к работе над своей душой призвана психотерапия. Она прекрасна выполнением заповеди о продолжающемся творении.

Детство – драматичный возраст ввиду значимости активной, целенаправленной работы по строительству душевной организации. Ребенок подчинен доминантам взрослых и обусловлен существующим в социуме способом восприятия мира. Ребёнок наследует адаптивные программы предков (и их комплексы) и перерабатывает их заново, апробируя в новых условиях бытия. Выполняя огромную работу различения, сопоставления, выбора, идентификации он строит собственную мотивационную программу, закрепленную на эмоционально-энергетическом и телесном уровне. Самоидентификация – это большой труд души. Дети не рождаются чистой доской, объектом для воспитания. Они продолжают эволюционный ряд предков. Это означает, что в их бессознательном сохраняется память о нерешенных их предками психоэмоциональных проблемах. Жизненные программы требуют завершения. Ребёнок перерабатывает полученную по наследству программу и адаптирует её к новым условиям. Их нелегкий труд заслуживает уважения и сочувствия. Обратимся к «вечным вопросам»: можно ли путем наставничества изменить жизненный сценарий, адаптивную стратегию, черты характера, способ поведения, бессознательно переданный по наследству одним из родителей? Может ли ребенок при мудром наставнике не продолжать, информационно прервать нежелательную эволюционную ветвь? Иными словами, может ли Человек с его разумом постепенно менять менталитет, национальное самосознание, опираясь на гибкий генетический потенциал каждого ребенка? Общество часто нивелирует личность, настойчиво предлагая принятый способ восприятия мира. В мире взрослых меняется мода на способ восприятия мира: чувственный, мыслительный, абстрактный, интуитивный. В обществе существует запрос то на светлую голову, на тонкое восприятие мира, то на низкую, примитивную самоорганизацию, на почти сознательный уход в поле бессознательного (водка, наркотики, сексуализм). Вспомним смену социальной моды в веках. Поддерживались то рыцарство, стоицизм, романтизм, аскетизм, гедонизм, соборность, товарищество, то волчий индивидуализм. Не просто найти однозначную связь между сменой общественно-экономического строя и соразмерностью развития культурного процесса. Играют роль глубокие процессы национального самосознания. Ребёнок обусловлен существующим в социуме способом восприятия мира.

В человеческом обществе принята психо-энергетическая эксплуатация друг друга. Человек подчиняет себе жизненную программу другого человека, чтобы направить его генетическую энергию на службу себе. В семье особенно сильно искушение сильно эксплуатировать и подстраивать под свои интересы жизненную программу ребёнка. Формы

такой эксплуатации многолики, а выдумки неисчерпаемы. Взрослый, играя роль ключевой фигуры, может авторитарно внушить ребенку свои комплексы или воспитать в нём его собственную внимательность и сосредоточенность. Лишь великодушный человек позволит младшему перспективно и опережающее развиваться рядом с ним. Ребёнку необходим ранний опыт в интерпретации и понимании отношений.

В новом, информационном обществе глобального мира, в связи с пресыщением абстрактной информацией, противоречие между логической формой познания и чувственной проникновенностью является для ребёнка неразрешимым противоречием, источником блоков и комплексов. Собственный опыт ребёнка и арсенал освоенных им эмоций ещё не велик. Как мыслят окружающие? Совпадают ли испытываемые чувства его и других людей? Он может испытывать вину, стыд, сомнения в праве самостоятельно мыслить, чувствовать, ощущать. Самопознание и идентификация являются необходимыми процессами. Сложная задача каждого человека – осознать себя, свои особенности и раскрыть разум, спокойно принять мир и свое окружение. Должен быть обученный специалист, который хочет и может разбираться в душе взрослого или ребенка. Ребенок осваивает азбуку человеческого существования и открывает для себя биологические, социальные и духовные каналы связи со внешним миром. Детская психотерапия, психология, лечебная педагогика должна сформировать общее понятие о тонкости работы с детьми. Не допустимы методы подавления и принуждения. Нужна помощь в самосознании, само-осмыслении. Как найти кратчайший путь к детской психотерапии? Предложить адекватные возрасту и его проблемам методы самоорганизации. Наиболее важным в регуляции и наиболее сложным в понимании является мир духовный. Психотерапевт – это врач, клиницист, психолог. Он работает с тонким душевным миром человека, тонкими энергиями сознания. Страна детства близка нам, но она – за семью замками, в зазеркалье. Дети страдают от непонимания взрослыми тех больших задач, которые им предстоит решить за период детства. Есть настоятельная потребность в воспитании специалистов. Нужен Центр развития детской психотерапии.

Современны гуманитарные технологии возникли на базе философии антропологии, герменевтики, семиотики, психологии, психолингвистики, теории коммуникации, социальных наук, антропо-социо-культурных-техник. Это – технологии мягкого влияния на человека, поиска его дополнительных ресурсов в условиях меняющегося общества и природной среды. Детская психотерапия постепенно смещается в сферу образования. Родной язык соединяет тело, мозг и сердце, дух, душу и социум, вызывает состояние осознанности, мобилизации, релаксации, соединяет сознание и бессознательное, чувственное и абстрактное, кодирует и дешифрует состояния при коммуникации. Психотерапевтическая психолингвистика – суть работа со знаково-символической системой, опосредующей воздействие на самосознание, самоорганизацию, самоидентификацию человеческой личности. Функционально она проводится в смысловом, информационно-энергетическом поле человека, на уровне глубинной семантики. Она содействует созреванию личности, изменению ценностной ориентации, развитию ноосферного мышления. С точки зрения С.Л. Рубинштейна, созревание связано с освоением знакового содержания человеческой культуры, в процессе постижения которого происходит качественное изменение свойств личности. Современная психолингвистика тесно увязывает проблему языка с психической деятельностью человека и его биологическим функционированием, а также с социально-экологическими факторами, культурным фоном, национальной ментальностью.

Одним из самых эффективных методов, направленных на понимание человеческой сущности, развитие и воспитание творческих качеств души, развитие сознания, воспитание навыков саморегуляции, является психолингвистический метод психотерапии и педагогики. Он представлен нами как метод Целебной творческой психолингвистики и проводится в форме языковых, звуко-образно-символических, интерактивных, языковых игр. Метод включает информационно-коммуникативную технологию и опирается на экологическую, герменевтическую, онтологическую, феноменологическую, языковую, синергетическую философию. В работе с детьми нужны природосообразные методы, к которым относится и психолингвистика. «В начале было Слово». Психолингвистика объявила язык психическим феноменом и соединила знание об языке, мышлении и сознании. Она стала базой для исследования информационно-энергетических процессов жизнедеятельности и познавательных процессов. Целебная творческая психолингвистика изучает процессы самосознания, самоорганизации, самоидентификации. Ее задачей является углубление сознания, упорядоченность жизненных программ в раннем онтогенезе, системно организованные эмоции и энергии, сотворение стабильного внутреннего образа мира, формирование языковой системы. Доступ к жизненным ресурсам возможен, если энергия изначально правильно структурирована, если каждое чувство, каждая эмоция понята полно и зрело, нашли своё место в жизненной личностной программе. Человек может понять то, что он пережил, прочувствовал, ассимилировал собственной логикой, принял как часть жизненной программы. Деятельное знакомство с цельными психоэмоциональными и дыхательно-энергетическими состояниями расцениваются как необходимый минимум при построении многоуровневой базальной системы эмоциональной регуляции. И это первый модельный этап личностного строительства. Метод был разработан вместе с детьми, в первую очередь для детей и имеет свой рабочий алгоритм, основанный на работе со звукообразами, сформированными из звуков азбуки родной речи.

Целебная эко-психолингвистика – метод структурно-функционального анализа личности, психосемантического исследования системы значений индивида, при знакомстве с его информационно-эмоциональной языковой системой. Брендом метода является Живая азбука, представляющая звуки алфавита как звукообразы и функционально-деятельные, звуко-образно-символические языковые игры. Чтобы осмыслить понятие о звукообразах, надо понять, что звук – не просто абстрактный символ. Он отражает сложившиеся вековые связи. В звуке закодирована азбука природной гармонии. В предложенной методике звукообразы на основе азбуки родной речи определяют структуру и функцию упражнений по обучению детей самоорганизации и саморегуляции. В языковых интерактивных играх одновременно проводится работа со звуком, информацией, энергетикой, дыханием, движением, эмоциями, чувствами, ощущениями, состояниями в сквозном действии. Появляется согласованность всех сопрягаемых при саморегуляции процессов. Методика способствует раскрытию

сознания детей, учит взаимодействию с энергиями разного качества, воспитывает жизнелюбие, хороший спокойный нрав. Психический образ среды формируется на основе живого, активного восприятия мира. Кому чужда философия метода, могут позаимствовать в ней метод обучения дыхательной гимнастике. Это – объединяющая игра для взрослых и детей, желающих развить сильное, интуитивное живое начало в человеке. Звуки должны осваиваться в эквиваленте живого действия. Поэтому они типированы по иницируемому ими внутреннему состоянию и действию, возникающему при произнесении звуков и прослеживании иницируемого ими процесса, приводящего к созданию атмосферы, позволяющей живое воспроизведение одноименных звукообразов. Эмпирически проработано действие каждого звука, проведение его по естественным каналам физиологического восприятия. Изучая характер отдельных звуков, мы воображаем ситуацию, породившую его в природных условиях. Обращаясь к ассоциативной памяти, выражаем наше отношение к той или иной ситуации. Сознание человека информационно и эмоционально-энергетически структурировано. Ассимилированный, принятый душой, освоенный структурами саморегуляции знак – звук алфавита языка родной речи несёт концентрированную информацию и противостоит в генетической памяти принятию чуждой, навязанной, непроработанной информации. Суть целебной детской психолингвистики – в осторожном и разумном структурировании сознания при ассимиляции концентрированной информации, которую несут генетически выдержанные звуки алфавита.

Простой и естественной кажется мысль при обучении алфавиту осваивать одновременно другую азбучную истину: навыки свободного владения физическим телом, энергией, эмоциями, сознанием, дыхательным процессом. Звуки алфавита, преобразованные в звукообразы, включают описание 30 разных состояний. Звуки должны осваиваться в эквиваленте живого действия. Поэтому они типированы по иницируемому ими внутреннему состоянию и действию, возникающему при произнесении звуков и прослеживании иницируемого ими процесса, приводящего к созданию атмосферы, позволяющей живое воспроизведение одноименных звукообразов. Эмпирически проработано действие каждого звука, проведение его по естественным каналам физиологического восприятия. Изучая характер отдельных звуков, мы воображаем ситуацию, породившую его в природных условиях. Обращаясь к ассоциативной памяти, выражаем наше отношение к той или иной ситуации. «ЦТП – психотерапевтический метод, построенный как творческая, лично окрашенная, языковая игра на психолингвистической основе, где главным организационным элементом является эмоциональная, структурно-функциональная, художественная проработка дыхательно-энергетических звукообразов в семантическом пространстве алфавита, с особым вниманием к произношению звуков, атмосфере образов, комплиментарному дыхательному процессу, сквозному действию и психотерапевтическому дискурсу. Предложена модель ментального и эмоционально-образного восприятия звуков и их воспроизведения в ощущениях, тонких особенностях и нюансах дыхания, способе движения, звукообразования (артикуляции), звукоизвлечения, способе насыщения звука, энергетическом внутреннем действии. Предложенная система психобиотипирования звуков опирается на способы психического и физиологического восприятия и воспроизведения звуков и производных из них звукообразов.

Созданы таблицы двух типов. Первые – классифицируют звуки алфавита по их восприятию и действию: ощущение состояния, психоэмоциональное чувство, цветовое восприятие, особенности дыхания, тип движения, энергетическое действие, эффект. Вторые таблицы классифицируют звуки по способу, месту образования, их качеству (мягкий, твердый, тональный, сонорный; звонкий, глухой, шумный, длительный и мгновенный). Оценивается также место насыщения и интенсификации звука, потенциал исполнительского качества (скользящий, жужжащий, звенящий, раскатистый, летящий). Метод построен по принципу языковых игр, с активным моделированием жизненного процесса в специально организованном семантическом пространстве алфавита. Психолингвистика даёт возможность посредством выявления смысловой, психической, физической характеристик звука и построения субъективного семантического пространства на основе звукообразов исследовать категории и структуру индивидуального сознания, моделировать систему восприятия, представления и значения, овладеть способами организации эмоциональной сферы. Работа со звукообразами предоставляет его душевной организации богатый и разнообразный строительный материал. Она даёт ему уверенность в праве по-своему воспринимать мир. Человеку присуще феноменологическое разнообразие: не просто принадлежность к психотипу, но психическая и эмоциональная специфичность в восприятии сигналов и реакции на тончайшие нюансы бытия. Звукообразы, соответствующие всем звукам алфавита, помогают рассмотреть широкий спектр эмоций в чувственном, телесном, сенсорном, психологическом, нравственном восприятии, освоить в игровой форме разнообразные способы поведения и мышления. Они помогают раскрыть наиболее жизненно важные, глубинные состояния, с их архетипической, мифологической, сказочной природой. Звукообразы – визитная карточка состояний. Звукообразы помогают структурировать психологическое пространство при психотренинге. Предложен игровой, психотерапевтический метод, который уходит корнями в психолингвистику, семантику, семиотику и терапию творчеством. Сосредотачивая внимание на переживании образа, состояния и атмосферы звука, мы усиливаем отчетливость восприятия и переживания этого состояния, обучаем физическому действию, как эквиваленту этого психического переживания. Мы работаем с градацией переживаний, предоставляем материал для самопознания. При помощи языковых игр мы лингвистически конструируем реальность, осваиваем программу саморегуляции, формируем базальную систему эмоциональной регуляции. Ребенок качественно осваивает тонкие сигналы и реакции окружающих. В семантическом пространстве алфавита он знакомится как с неясными ощущениями, так и с основными цельными, эмоционально завершенными состояниями. Осваивает физиологические пути и психологические приемы достижения аффективно зрелых состояний. Это – этапы формирования знаково-символической системы. При этом чувственно-энергетическому моделированию придается смысл, равный ментальному. Владение знаковой и символической системой в качестве живого явления – важнейшее условие формирования механизма произвольной регуляции психических процессов. Метод предоставляет свободу перемещений внутри интрапсихических процессов. Целебная психолингвистика, опирающаяся на дыхательные психотехнологии, имеет целью структурирование сознания: создание собственной избирательной программы самоорганизации после детального ознакомления с

принципами создания таких программ. Ребенок учится понимать роль неосознаваемых компонентов внутреннего опыта и доверять глубинной логике бессознательного.

Человек живет не только в мире микро- и макро-существ, но и в мире великих энергий. Если человек заболел – его энергии искажены и подправить их, снять блок, восстановить подвижность можно предоставлением субстанции, близкой по качеству к его энергии. Это энергия любви, энергия света, природных субстанций. Детей надо учить работать со своей энергией и структурировать ее, развивая сознание и светлое мироощущение. Духовные энергии, свет, звук, природные субстанции – естественные методы для адаптивных жизненных тренировок. Если мы хотим реализовать природный потенциал, надо научиться творчески его использовать. По завершении периода детства можно продолжать совершенствовать рассудок. Но способность к творческому восприятию жизни формируется единожды, только в детстве. Если мы хотим известного совершенства, то должны вернуть нашим детям и внукам утерянное, рассеянное нами тепло человеческой души. Детей следует обучать саморегуляции, потому что в этом возрасте они открыты красоте мира. Общение с психологически и энергетически грамотными и здоровыми детьми принесет тепло во взрослую жизнь. Детям нужны интеллект и умение структурировать мышление, эффективность эмоционально-энергетических связей, интуитивное умение создавать в душе тишину. Им нужно сформировать психический образ среды. Не рефлекс, а психический и энергетический образ мира – центральная регуляторная инстанция человека разумного.

Детская модель психотерапии это психосемантическая модель языковой игры, проводимой наставником. Психосемантическое моделирование – это уровень работы с духовной реальностью, с глубинным уровнем сознания, с тонкими нюансами душевной организации. Правила работы с детьми: мы работаем с живой, развивающейся системой, соблюдаем принцип экологичности, родственного, комплиментарного воздействия, многоцветности действия, процессуального наблюдения; работаем с субъектом действия на основе диалога, обратной связи; работаем с наследственной адаптивной программой (со структурой идентификации); с эволюционным потенциалом нации; сами получаем удовольствие как участники игры.

В информационном обществе человека с младенчества обучают абстрактным, обезличенным знакам, которые приглашают его в компьютерный мир. Языковые игры призваны показать ему иную модель восприятия. Между абстрактными знаками виртуального мира и их внутренним смыслом стоит живая действительность, проработанная творческим восприятием, принятая душой и телом человека. Модель самообеспечения характеризует избирательность и цельность реагирования. Сознание человека информационно и эмоционально-энергетически структурировано. Ассимилированный, принятый душой, освоенный структурами саморегуляции знак – звук алфавита языка родной речи несёт концентрированную информацию и противостоит в генетической памяти принятию чуждой, навязанной, непроработанной информации. Суть целебной детской психолингвистики – в осторожном и разумном структурировании сознания при ассимиляции концентрированной информации, которую несут генетически выдержанные звуки алфавита. Человек получает при рождении генетическую программу жизнеобеспечения с матрицей саморазвития и, прижизненно проверяя эффективность, её структурирует.

Мы принимаем невроз за ОРЗ, не желая верить в психо- эмоциональные проблемы ребенка. Мы ищем образ враждебного внешнего агента в микромире и терроризируем ребенка искусственными лекарствами, несущими плохо усвояемую химическую энергию. Должна поступать энергия, которую организм может ассимилировать: увидеть, почувствовать, изучить, признать полезной и отреагировать на нее цельной живой системой. Человек живет не только в мире микро- и макро-существ, но и в мире великих энергий. Если человек заболел – его энергии искажены и подправить их, снять блок, восстановить подвижность можно предоставлением субстанции, близкой по качеству к его энергии. Это энергия любви, энергия света, природных субстанций. Детей надо учить работать со своей энергией и структурировать ее, развивая сознание и светлое мироощущение. Духовные энергии, свет, звук, природные субстанции – естественные методы для адаптивных жизненных тренировок. Если мы хотим реализовать природный потенциал, надо научиться творчески его использовать. По завершении периода детства можно продолжать совершенствовать рассудок. Но способность к творческому восприятию жизни формируется единожды, только в детстве. Если мы хотим известного совершенства, то должны вернуть нашим детям и внукам утерянное, рассеянное нами тепло человеческой души. Детей следует обучать саморегуляции, потому что в этом возрасте они открыты красоте мира. Общение с психологически и энергетически грамотными и здоровыми детьми принесет тепло во взрослую жизнь. Детям нужны интеллект и умение структурировать мышление, эффективность эмоционально-энергетических связей, интуитивное умение создавать в душе тишину. Им нужно сформировать психический образ среды. Не рефлекс, а психический и энергетический образ мира – центральная регуляторная инстанция человека разумного.

Существуют методы, проверенные временем: техника психо-физической релаксации, медитация, методики кататимного переживания образов, символдрама, арт-терапия, музыкотерапия, китайская цигун-гимнастика, асаны йоги, пранаяма. Работа с разными уровнями сознания требует специального обучения и душевной самоподготовки специалиста. Известно достаточно много полезных психотехник, обращенных к внебодрствующему состоянию сознания. Наиболее известные: техника психо-физической релаксации, медитация (постижение состояния спокойной сосредоточенности путем мысленного создания нужных образов). Методики кататимного переживания образов основаны на их символизме и работе с образом. Китайская цигун-гимнастика – медитация в движениях и особый способ работы с энергией. Есть разные школы цигун, с большим акцентом на работе с сознанием или работе с телом. В системе йоги тело закаляют при помощи асан, определенных поз, способствующих наиболее свободному движению жизненной энергии. В пранаяме медитативный компонент успокаивает сознание, подготавливая к работе над собой. Эти методы проверены временем. Как найти кратчайший путь к детской психотерапии? Предложить адекватные возрасту и его проблемам методы саморегуляции. Детская психотерапия, психология, лечебная педагогика должна сформировать общее понятие о тонкости работы с детьми.

Недопустимы методы подавления и принуждения. Нужна помощь в самосознании, самоидентификации. Ребенок осваивает азбуку человеческого существования и открывает для себя биологические, социальные и духовные каналы связи со внешним миром. Наиболее важным в регуляции и наиболее сложным в понимании является мир духовный. На понимание человеческой сущности, развитие и воспитание творческих качеств души, развитие сознания, воспитание навыков саморегуляции направлено внимание в психолингвистических языковых играх. В работе с детьми нужны природосообразные методы, к каким относится и психолингвистика. «В начале было Слово».

REFLECTIONS ON PROCESSES OF CHILD PSYCHOTHERAPY DEVELOPMENT

Semenova A. I., pediatrician, psychotherapist, immunologist, full member of All-Russian Professional Psychotherapeutic League (ARPPL), author of the method and supervisor of modality "Curative creative psycholinguistics" at ARPPL, Doctor of Science in the field "Regulation in biological systems" at International Academy «MAISU – Information, communication, control in engineering, nature and society».

Annotation. The paper dwells upon the necessity of founding the United Center of Child Psychotherapy Development uniting a team of specialists treating body, spirit and soul of a child. Child psychotherapy in information society is increasingly shifting towards the system of education. The method of curative creative psycholinguistics is considered as integrative one as it estimates psycho-emotional problems of a child, forms and develops the sphere of mental self-organization.

АРХАИЧЕСКИЕ ТРАНСЫ И ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЕ АСПЕКТЫ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург. slabinsky@yandex.ru

Аннотация. Позитивная динамическая психотерапия – это российский психодинамический метод с экзистенциальными аспектами, обогащенный транскультуральным подходом и поведенческими техниками. Наибольшее влияние на экзистенциальную психотерапию в XX веке оказала философия М. Хайдеггера и С. Л. Франка. Взгляды этих философов во многом были противоположны и образовали два смысловых полюса экзистенциализма. И. И. Мечников сформулировал базовое понимание роли оптимизма и счастья как важного условия долголетия, а вслед за ним – А. И. Яроцкий, В. Ф. Чиж, С. Л. Франк, В. Н. Мясичев, И. А. Ефремов и др. рассматривали «счастливую жизнь» как явление, прежде всего, психологическое, определяемое факторами физической, психической и социальной активности, наличием творческой деятельности и альтруистической направленности личности. В данном контексте важна проактивность: 1) наличие «жизненной доминанты» – главного дела в жизни, которым пронизана вся жизнь человека; 2) глубокой перспективы – долгосрочного горизонта планирования; 3) достижение большой альтруистической цели, имеющей общественное значение. В русле психотерапевтической антропологии изучение традиционных мистериальных психотехнологий является перспективным в плане разработки прикладных психотерапевтических методик. Традиционные культуры содержат мистериальную традицию, в рамках которой экзистенциальные переживания способствуют взрослению, личностному росту и долголетию. Нейрофизиологи В. Б. Слэзин и Г. Гуттманн доказали, что уникальные трансовые состояния возникают после использования различных «архаических техник экстаза»: молитв и ритуальных поз. Профессор Слэзин открыл феномен четвертого состояния человека – «молитвенное бодрствование» – полное отключение электрической активности коры головного мозга при полном сознании. Проведенный профессором Г. Гуттманн анализ «потенциала DC» испытуемых лиц доказал, что транс, вызванный по методу антрополога Ф. Гудман, вызывает специфическое измененное состояние сознания – «paradoxical arousal». С 2010 года, авторы, в рамках развития метода позитивной динамической психотерапии в русле концепции психотерапевтической антропологии проводят культуральную адаптацию методики Ф. Гудман. Накопленный к настоящему моменту клинический опыт использования ритуальных архаических трансов в психотерапевтической практике свидетельствует о перспективности данного подхода.

Ключевые слова: архаические транссы, позитивная динамическая психотерапия, психология отношений, экзистенциальный анализ, психотерапевтическая антропология.

Введение

Позитивная динамическая психотерапия – это российский психодинамический метод с экзистенциальными аспектами, обогащенный транскультуральным подходом и поведенческими техниками [3; 4].

По нашему мнению, наибольшее влияние на экзистенциальную психотерапию в XX веке оказала философия Мартина Хайдеггера и Семёна Франка. Взгляды этих философов во многом были противоположны и образовали два смысловых полюса экзистенциализма [3].

Хайдеггер самым главным для развития человека считал опыт негативного переживания: одиночества, заброшенности, бессмысленности существования. Именно поэтому западные экзистенциальные психотерапевты часто ставят знак равенства между негативным пиковым эмоциональным переживанием и экзистенцией.

Однако, в рамках русской философской школы наряду с негативным рассматривается и положительный опыт личности.

Еще в начале прошлого века наш великий соотечественник, физиолог, лауреат Нобелевской премии Илья Ильич Мечников сформулировал базовое понимание роли оптимизма и счастья как важного условия долголетия. Илья Ильич Мечников, а вслед за ним – Александр Иванович Яроцкий, Владимир Фёдорович Чиж, Семён Людвигович Франк, Владимир Николаевич Мясичев, Иван Антонович Ефремов и др. рассматривали «счастливую жизнь» как явление, прежде всего, психологическое, определяемое факторами физической, психической и социальной активности, наличием творческой деятельности и альтруистической направленности личности.

Важна проактивность: 1) наличие «жизненной доминанты» – главного дела в жизни, которым пронизана вся жизнь человека; 2) глубокой перспективы – долгосрочного горизонта планирования; 3) достижение большой альтруистической цели, имеющей общественное значение [3; 10].

При этом, если для Чижа личностный рост определялся постепенным изменением пропорции негативных и позитивных чувств – от мотивации поиска удовольствия к мотивации долга; то для Франка на первый план выходит опыт пиковых нуменозных переживаний. Семён Людвигович Франк считал, что подлинные экзистенциальные переживания – это чувство счастья, радости, гармонии с окружающим миром [10].

В течение 30 лет между Франком и Хайдеггером происходил заочный диалог, в рамках которого формулировался ответ на вопрос: «Что такое экзистенциализм?» [2; 3].

Идеи Хайдеггера реализуются в Dasein-анализе Медарда Бооса, экзистенциальной динамической психотерапии Ирвина Ялома и др.

Идеи Франка реализуются в экзистенциальном анализе Людвиг Бинсвангера, аретотерапии Александра Яроцкого, глубокой психотерапии Владимира Николаевича Мясичева.

Метод позитивной динамической психотерапии ориентирован на идею, что экзистенциализм – это пиковые эмоциональные переживания, и что требуется баланс между «негативным» и «положительным» эмоциями.

Однако сами по себе, эмоции не являются самоценностью, важнее другое, – связь пиковых эмоциональных переживаний с феноменом личностной трансформации. Изучение традиционных мистериальных психотехнологий является перспективным в плане разработки прикладных психотерапевтических методик [1; 3; 4; 5; 8].

Традиционные культуры содержат мистериальную традицию, в рамках которой экзистенциальные переживания способствуют взрослению, личностному росту и долголетию [2; 3; 5].

Профессор Чикагского университета Мирча Элиаде, описывая мистериальные обряды, выделил «архаические техники экстаза».

Важные результаты были получены профессором Санкт-Петербургского научно-исследовательского психоневрологического университета им. В. М. Бехтерева Валерием Борисовичем Слёзиным, изучавшим психоэмоциональное воздействие различных религиозных практик – молитвы, медитации, транса. В обычной жизни в моменты бодрствования кора головного мозга взрослого человека генерирует альфа – и бета-ритмы биотоков с частотой от восьми до тридцати Герц. Когда же обследуемые погружались в молитвенный экстаз при помощи чтения молитвы, то происходило замедление ритма биотоков до частоты трех Герц. Сохранившиеся биопотенциалы имели столь малую амплитуду, что практически приближались к прямой линии. Эти медленные ритмы носят название дельта-ритмов и наблюдаются только у младенцев до трех-четырех месяцев. После окончания молитвы, волонтеры возвращались к прежнему ритму электрических импульсов коры их головного мозга. Было доказано, что эти нейрофизиологические процессы происходят одинаково вне зависимости от того, какую молитву читает человек – православную, католическую или мусульманскую [7].

Раньше наука знала три состояния сознания человека: бодрствование, медленный и быстрый сон, которые отличаются друг от друга характеристиками электрических импульсов в коре. Профессор Слёзин открыл феномен четвертого состояния человека – «молитвенное бодрствование» – полное отключение электрической активности коры головного мозга при полном сознании.

Последние данные археологов свидетельствуют, что жизнь древних людей была значительно богаче, чем представлялось раньше. Так, при изучении культуры неандертальцев были найдены костяные флейты, на которых можно было исполнять достаточно сложные музыкальные произведения. Таким образом, можно предполагать, что опыт «экстатических трансов» был приобретен человечеством еще на заре своей истории.

Доктор антропологии Колумбийского университета Фелиситас Гудман экспериментально доказала, что состояние сознания участника ритуала изменяется, если принять одну из поз, изображенных на древних рисунках и скульптурах, и сочетать это с ритмической стимуляцией звуками бубна, барабана, трещётки и других древних инструментов [1; 7].

Ритуал «перехода» при этом имеет целью преднамеренное снятие фильтров восприятия, позволяющее переживать экзистенциальные состояния переживания – состояния полноты, целостности, здоровья, счастья. Работа с ритуальными позами – это способ, позволяющий по желанию переходить в «состояние принятия» или по выражению Семёна Франка чувства «позитивного Всеединства» [5; 6; 7; 10]. Восстановление контакта с архаическими слоями коллективного бессознательного, позволяет активизировать собственный творческий потенциал и повысить качество жизни.

В 1990 году профессор психологии Венского университета Гизельхер Гуттманн провел сравнительное исследование трех состояний: гипноза, медитации и транса. Он не стал снимать обычную электроэнцефалограмму, а измерил электрическую активность мозга. При этом он исходил из того, что мозг не только имеет колебания напряжения, но и «потенциал DC» (direct current). Анализ «потенциала DC» испытуемых лиц указывает на то, что транс, вызванный по методу доктора Фелиситас Гудман, действительно может вызывать специфическое измененное состояние сознания – «paradoxical arousal» [1; 7].

Таким образом, исследования Валерий Слёзин и Гизельхер Гуттманн доказали, что можно достигать схожие трансовые состояния через использования различных «архаических техник экстаза»: молитв и ритуальных поз.

Организация исследования

Начиная с 2010 года, авторы, в рамках развития метода позитивной динамической психотерапии в русле концепции психотерапевтической антропологии проводят культуральную адаптацию и исследуют возможности применения ритуальных поз в психотерапевтической практике, в частности для лечения психосоматических заболеваний.

На первом этапе из описанных Фелиситас Гудман восьмидесяти ритуальных поз были отобраны и исследованы, те, что относятся к культурам индоевропейского круга. На втором – из имеющегося списка были выделены ритуальные позы, характерные для славянской культуры, а также добавлены новые зафиксированные на археологических артефактах, найденных при раскопках на Русской равнине.

Нами были впервые исследованы и используются в психотерапевтической практике целый ряд ритуальных поз, среди которых необходимо выделить:

1. Ритуальная поза «Четырехликий человек» – реконструирована на основе барельефа на Збруичском идоле (возраст 1 тыс. лет) найден в Тернопольской области, Украина.
2. Ритуальная поза – «человек, смотрящий в небо» – реконструирована на основе скульптуры (возраст 4 тыс. лет), найденной при раскопках города Аркаим на Южном Урале, Россия.
3. Ритуальная поза «палеолитическая Венера» – реконструирована на основе многочисленных статуэток (возраст 23 тыс. лет), найденных при раскопках в Костенках, Воронежская область, Россия.

Отзыв участницы: «Архаические трансы – очень сильный инструмент работы с внутренним миром человека. Что важно, он не требует использования каких-либо дополнительных психоактивных веществ для достижения измененного состояния сознания. При всем при этом, часто использовать подобные техники нельзя, потому что вскрытые пласты бессознательно должны быть акцептированы на сознательном уровне. А на это нужно время.»

Обсуждение и выводы

По мнению Семёна Людвиговича Франка, экзистенциализм – это пиковые эмоциональные переживания, приводящие к личностной трансформации и личностному росту. В традиционных культурах существовали мистериальные обряды, включающие в себя песнопения, музыку, танцы, надевание масок и работу с определенными ритуальными позами, способствующими определенным трансовым переживаниям с целью взросления и перехода в новый социальный статус.

Для вхождения в архаический транс использовались необычные положения тела, которые на протяжении тысячелетий изображаются в искусстве древних народов.

Социально одобренный, интегрированный в обычную жизнь опыт трансового экстаза может стать благодатной почвой для формирования гармоничной личности.

Ритуальный архаический транс воздействует на тело и чувства, способствует долговременным изменениям на физическом уровне и трансформирует все существо человека.

Накопленный нами к настоящему моменту клинический опыт использования ритуальных архаических трансов в психотерапевтической практике свидетельствует о перспективности данного подхода.

Список литературы

1. Наувальд Н., Гудмэн Ф. Экстатический транс. – М.: Рипол Классик, 2008. – 240 с.
2. Переписка С. Л. Франка и Л. Бинсвангера (1934-1950) / Ред. колл.: К. М. Антонов, Г. Е. Аляев, Ф. Буббайер и др. – М.: ПСТГУ, 2021 – 960 с.
3. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
4. Слабинский В. Ю. Семейная позитивная динамическая психотерапия. Практическое руководство. – СПб.: Наука и Техник, 2009. – С.294-322.
5. Слабинский В. Ю. Характер ребенка. Диагностика, формирование, методы коррекции. – СПб.: Наука и Техника, 2012. – С.301-311.
6. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. Концепция «живой красоты» И. А. Ефремова как базис психологии отношений // Ефремовские чтения: шестнадцатые (2013) и семнадцатые (2014), вторые малые (2014): сборник материалов межрегиональных научно-исследовательских конференций. – СПб.: Лема, 2014. – С. 70-76.
7. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. О роли ритуальных экстатически трансов в позитивной экзистенциальной психотерапии // Актуальные проблемы практической психологии / Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Тверь: ТФ МГЭИ, 2014. – С. 81-85
8. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. Арт-терапевтическая методика «Позитивная куклотерапия»: методическое руководство. – СПб.: ИМАТОН, 2015. – 136 с.
9. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. К вопросу концепции проактивности // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2016. – N 1(36) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 20.03.2023).
10. Франк С. Л. Реальность и человек: Метафизика человеческого бытия. – М.: АСТ, 2007. – 382 с.

ARCHAIC TRANCES AND EXISTENTIAL ASPECTS OF POSITIVE DYNAMIC PSYCHOTHERAPY

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg

Abstract. Positive dynamic psychotherapy is a Russian psychodynamic method with existential aspects, enriched with a transcultural approach and behavioral techniques. The greatest influence on existential psychotherapy in the twentieth century was the philosophy of M. Heidegger and S. L. Frank. The views of these philosophers were largely opposite and formed two semantic poles of existentialism. I. I. Mechnikov formulated a basic understanding of the role of optimism and happiness as an important condition for longevity, and after him – A. I. Yarotsky, V. F. Chizh, S. L. Frank, V. N. Myasishchev, I. A. Efremov and others considered "happy life" as a phenomenon, primarily psychological, determined by factors of physical, mental and social activity, the presence of creative activity and altruistic personality orientation. In this context, proactive activity is important: 1) the presence of a "life dominant" – the main thing in life, which permeates the whole life of a person; 2) deep perspective – long-term planning horizon; 3) achieving a large altruistic goal of public importance. In line with psychotherapeutic anthropology, the study of traditional mystery psychotechnology is promising in terms of the development of applied psychotherapeutic methods. Traditional cultures contain a mystery tradition in which existential experiences promote adulthood, personal growth, and longevity. Neurophysiologists V. B. Slezin and G. Guttman proved that unique trance states arise after the use of various "archaic ecstasy techniques": prayers and ritual poses. Professor Slezin discovered the phenomenon of the fourth state of man – "prayer wakefulness" – a complete shutdown of the electrical activity of the cerebral cortex with complete consciousness. The analysis of the "DC potential" of the subjects conducted by Professor G. Guttman proved that trans caused by the method of anthropologist F. Goodman causes a specific altered state of consciousness – "paradoxical arousal". Since 2010, the authors, as part of the development of the method of positive dynamic psychotherapy in line with the concept of psychotherapeutic anthropology, have been conducting cultural adaptation of the F. Goodman method. To date, the clinical experience gained using ritual archaic trances in psychotherapeutic practice indicates the promise of this approach.

Key words: archaic trances, positive dynamic psychotherapy, attitude psychology, existential analysis, psychotherapeutic anthropology.

References

1. Nauval'd N., Gudmen F. Ekstatcheskii trans [Ecstatic trance]. M.: Ripol Klassik, 2008. 240 p.
2. Peregiska S. L. Franka i L. Binsvanger (1934-1950) [Correspondence between S. L. Frank and L. Binswanger (1934-1950)] / Red. koll.: K. M. Antonov, G. E. Aliaev, F. Bubbaier I dr. M.: PSTGU, 2021. 960 p.
3. Slabinskii V. Iu. Psikhoterapiia [Psychotherapy]. Uchebnik dlia vuzov. Standart tret'ego pokoleniia. SPb.: Piter, 2020. 608 p.
4. Slabinskii V. Iu. Semeinaia pozitivnaia dinamicheskaia psikhoterapiia [Family positive dynamic psychotherapy]. Prakticheskoe rukovodstvo. SPb.: Nauka i Tekhnik, 2009. pp.294-322.
5. Slabinskii V. Iu. Kharakter rebenka. Diagnostika, formirovanie, metody korrektsii [The character of the child. Diagnostics, formation, correction methods]. SPb.: Nauka i Tekhnika, 2012. pp.301-311.
6. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M. Kontseptsiiia «zhivoi krasoty» I. A. Efremova kak bazis psikhologii otnoshenii [I. A. Efremov's concept of "living beauty" as the basis of attitude psychology]. Efremovskie chteniia: shestnadsatye (2013) i semnadsatye (2014), vtorye malye (2014): sbornik materialov mezhregional'nykh nauchno-issledovatel'skikh konferentsii [Ivan Efremov's readings: the sixteenth (2013) and seventeenth (2014), the second small (2014): a collection of materials of interregional research conferences]. SPb.: Lema, 2014. pp. 70-76.
7. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M. O roli ritual'nykh ekstatcheski transov v pozitivnoi ekzistentsial'noi psikhoterapii [On the role of ritual ecstatic trances in positive existential psychotherapy]. Aktual'nye problemy prakticheskoi psikhologii [Actual problems of practical psychology]. Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem. Tver': TF MGEI, 2014. pp. 81-85
8. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M. Art-terapevticheskaiia metodika «Pozitivnaia kukloterapiia»: metodicheskoe rukovodstvo [Art therapy technique "Positive folk doll therapy": methodological guidance]. SPb.: IMATON, 2015. 136 p.
9. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M. K voprosu kontseptsiii proaktivnosti [Revisiting proactivity conception]. Meditsinskaia psikhologiiia v Rossii [Medical psychology in Russia]: elektron. nauch. zhurn. 2016. N 1(36) [Elektronnyi resurs]. URL: <http://mprj.ru> (data obrashcheniia: 20.03.2023).
10. Frank S. L. Real'nost' i chelovek: Metafizika chelovecheskogo bytiia [Reality and Man: Metaphysics of Human Existence]. M.: AST, 2007. 382 p.

ВЫГОРАНИЕ В КОНТЕКСТЕ МКБ-11

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург. slabinsky@yandex.ru

Аннотация. Всемирная организация здравоохранения рекомендовала перейти на МКБ-11. Впервые включена рубрика QD85 Выгорание. Термин выгорание в 1974 г. предложен Фрейденомберг. Важно напомнить, что Фрейденомберг опирался на результаты многолетних исследований специальной группы Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) по изучению проблемы переутомления. Большой вклад в работу данной исследовательской группы внес Владимир Николаевич Мясищев, который, начиная 20-х годов XX века изучал психофизиологические факторы, влияющие на работоспособность (волевое усилие). Результаты исследовательской группы ВОЗ были опубликованы, в частности, в брошюре «Проблемы автоматизации в области психического здоровья» (Всемирная организация здравоохранения,

Технический отчет, серия № 183). Обобщая результаты Мясищева, можно утверждать, что между работоспособностью и выраженностью психопатологии существует достоверная связь. В рамках МКБ-11 при диагностике QD85 Выгорания исключается БЛОК L1-6B4 (Расстройства, непосредственно связанные со стрессом). Необходима разработка более точных критериев дифференциальной диагностики выгорания и стрессовых расстройств, и разработка новых диагностических инструментов для скрининга выгорания в условиях медицинской практики.

Ключевые слова: выгорание, психология отношений, ПТСР, Копенгагенский опросник выгорания.

Медицинские классификации

Основная задача медицины – сохранение жизни, особенно во время эпидемий смертельно опасных заболеваний, что наглядно было продемонстрировано медициной во время пандемии Covid-19. Для решения задачи по сохранению жизни пациентов постоянно изобретаются новые медицинские технологии. Поскольку медицина развивалась и развивается в разных странах, то существуют разные медицинские школы и разное описание, и понимание болезней в рамках этих медицинских школ. Для определения распространенности заболеваний, возможности коллаборации медицинских школ и объединения усилий по разработке новых подходов к лечению смертельно опасных заболеваний медицинские статистики предложили унифицировать названия заболеваний в рамках общей квалификации.

В 1853 году участники 1-го Международного статистического конгресса в Брюсселе обратились к д-ру Фарру и д-ру Марку д'Эспин с просьбой подготовить единую классификацию причин смерти. На 2-м Конгрессе, проходившем в Париже в 1855 году, Фарр и д'Эспин представили две разные классификации, основанные на совершенно разных принципах. Конгресс принял компромиссную классификацию из 139 тематических рубрик причин смерти. После обсуждения в международном профессиональном сообществе в 1893 году в Чикаго была принята 1-я Международная классификация болезней и причин смерти (МКБ-1). В 1898 году было принято решение пересматривать МКБ каждые десять лет. В 1948 году на Парижской международной медицинской конференции в МКБ-6 были добавлены болезни, не приводящие к летальному исходу.

1 января 2022 года Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) рекомендовала перейти на МКБ-11. В новую редакцию классификации вошли новые главы, в частности, по народной медицине, и глава, посвящённая сексуальному здоровью (объединила расстройства, которые раньше были отнесены к другим классам). В МКБ-11 помимо болезней, травм и причин смерти включены факторы, влияющие на здоровье. Впервые в рамках описания факторов, влияющих на здоровье, включено «выгорание».

Выгорание

«Выгорание» – понятие, введенное Гербертом Фрейденбергом в 1974 году для описания нарастающего эмоционального истощения вследствие межличностного общения.

Важно напомнить, что Г. Фрейденберг в своих работах опирался на результаты многолетних исследований специальной группы ВОЗ по изучению проблемы переутомления. Большой вклад в работу данной исследовательской группы внес Владимир Николаевич Мясищев, который, начиная 20-х годов XX века изучал психофизиологические факторы, влияющие на работоспособность (волевое усилие). Результаты исследований данной группы были опубликованы, в частности, в брошюре «Проблемы автоматизации в области психического здоровья» (Всемирная организация здравоохранения, Технический отчет, серия № 183). Обобщая полученные Мясищевым результаты, можно утверждать, что между работоспособностью и выраженностью психопатологии существует достоверная связь.

Также необходимо отметить вклад Арона Борисовича Залкинда, описавшего комплекс «парттриады» (наличие невротических симптомов у 90 % партийного актива), возникновение которого он объяснял нервным возбуждением, профессиональным несоответствием, а также культурным отставанием и несоблюдением гигиенических норм [1].

Метаанализ журнальных публикаций, посвященных исследованиям выгорания, проведенный в 12 странах (Австралия, Бельгия, Великобритания, Китай, Норвегия, Пакистан, Португалия, Словения, США, Франция, Хорватия, Япония, n=8071 человек) показал, что в преобладающем большинстве исследований (91,98%) для измерения выгорания у пожарных, полицейских и спасателей применялась методика Maslach Burnout Inventory (MBI). В 6,74% случаев для измерения выгорания применяется Копенгагенский опросник выгорания (Copenhagen Burnout Inventory, Kristensen, Borritz, Villadsen, & Christensen, 2005). В 1,28% – шкала «rescuer burnout» из Professional Quality of Life Scale (ProQOL; Figley, 1995) [2].

В Российской науке наблюдается разделение понятия «выгорание» на два разных конструкта – эмоциональное выгорание (концепция Бойко, медицинская психология) и профессиональное выгорание (концепция Маслач-Джексон, психология труда).

В рамках МКБ-11 выгорание описано в концепции Маслач-Джексон. QD85 Burnout – синдром выгорания, возникающий в результате хронического стресса на рабочем месте, который не был успешно преодолен. Характеризуется тремя измерениями: 1. чувство истощения или снижения энергии; 2. увеличение умственной отстраненности от работы или чувства негативизма или цинизма, связанные с работой; 3. снижение профессиональной эффективности.

QD85 Выгорание относится конкретно к явлениям в профессиональном контексте и не должно применяться для описания опыта в других сферах жизни и включено в главу 24 «Факторы, влияющие на здоровье...», подразумевающую, что существуют определенные обстоятельства или проблемы, влияющих на состояние здоровья человека (выявляющиеся в ходе медицинских и психологических исследований), которые следует учитывать при обращении за медицинской помощью в связи с каким-либо заболеванием или травмой. Важно, что выгорание включено в подраздел «проблемы, связанные с рабочим местом», что ещё раз подтверждает необходимость рассмотрения условий работы, как этиологического фактора. В

тоже время предлагается учитывать прежде всего психологическую составляющую, что подчеркивается ссылкой на код QE50.2 – «проблема, связанная с взаимоотношениями людей на работе».

В рамках МКБ-11 при диагностике QD85 Выгорания исключаются:

БЛОК L1-6B4 / Расстройства, непосредственно связанные со стрессом

6B40 Посттравматическое стрессовое расстройство

6B41 Осложненное посттравматическое стрессовое расстройство

6B42 Затяжная патологическая реакция горя

6B43 Расстройство адаптации

6B44 Реактивное расстройство привязанности

6B45 Расстройство социализации по расторможенному типу

6B4Y Другие уточненные расстройства, непосредственно связанные со стрессом

6B4Z Расстройства, непосредственно связанные со стрессом, Неуточненные

Соответственно, актуальной становится дифференциальная диагностика выгорания и стрессовых расстройств.

В нашем исследовании 2018 года (n=148) с использованием методик: «Zimbardo Time Perspective Inventory» (ZTPI); «Maslach Burnout Inventory» (MBI); «Proactive Coping Inventory» (PCI); «БАК-конфликт» была доказана важность факторов темпоральности и отношений, так, пациенты с ПТСР от лиц с выгоранием отличаются специфическим восприятием времени (преобладание «негативного прошлого» и «фаталистического настоящего»), низким уровнем проактивного копинга, деформацией системы отношений личности, нарушением взаимоотношений [3].

Еще одна актуальная задача – разработка опросника, который могли бы использовать врачи общей практики для скрининговой диагностики выгорания, по аналогии с тем, как используется Госпитальная шкала тревоги и депрессии (HADS).

В настоящее время, есть несколько кандидатов на эту роль. К примеру, в январе 2022 года были опубликованы результаты исследования в 2020 году выгорания у 457 медсестер в Ливане. В качестве стрессоров авторы исследования отмечают факторы пандемии Covid-19 и систематические теракты. Многомерный анализ по Рашу подтвердил, что Копенгагенский тест выгорания содержит три сильно коррелированные одномерные шкалы, которые измеряют личное выгорание, выгорание, связанное с работой, и выгорание, связанное с клиентами [4].

Обсуждение и выводы

Введение в МКБ-11 новой рубрики QD85 Выгорания стало новым этапом в развитии исследований данного феномена. В отечественной медицине внедрение новой нозологической единицы может стать прикладным механизмом по признанию проблем психического здоровья из-за воздействия профессиональной среды на здоровье работников.

Необходима разработка более точных критериев дифференциальной диагностики выгорания и стрессовых расстройств.

Необходима разработка новых диагностических инструментов для скрининга выгорания в условиях медицинской практики.

Список литературы

1. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
2. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Евдокимов В. И. Профессиональное выгорание у пожарных (по данным зарубежных исследований, 2006-2012). // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. 2013.– №1. – С. 87-94.
3. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Чехлатый Е. И., Подсадный С. А. Профессиональное выгорание и восприятие времени при посттравматическом стрессовом расстройстве // Экология человека. – 2018. – № – 2. – С. 45-50.
4. Clinton, M., Bou-Karroum, K., Doumit, M.A. et al. Determining levels of nurse burnout during the COVID-19 pandemic and Lebanon's political and financial collapse. BMC Nurs 21, 11 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00789-8>

BURNOUT IN THE CONTEXT OF ICD-11

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg. slabinsky@yandex.ru

Abstract. The World Health Organization recommended switching to ICD-11. For the first time, the category QD85 Burnout is included. The term burnout was proposed by Freudenberg in 1974. It is important to recall that Freudenberg relied on the results of many years of research by a special group of the World Health Organization (WHO) to study the problem of overwork. A great contribution to the work of this research group was made by Vladimir Nikolaevich Myasishchev, who, since the 20s of the twentieth century, studied psychophysiological factors affecting performance (volitional effort). The results of the WHO research group were published, in particular, in the brochure "Problems of automation in the field of mental health" (World Health Organization, Technical Report, Series No. 183). Summarizing the results of Myasishchev, it can be argued that there is a reliable relationship between performance and the severity of psychopathology. In the framework of ICD-11, when diagnosing QD85 Burnout, BLOCK L1-6B4 (Disorders directly related to stress) is excluded. It is necessary to develop more precise criteria for the differential diagnosis of burnout and stress disorders, and to develop new diagnostic tools for screening burnout in medical practice.

Key words: attitude psychology, Burnout, Copenhagen Burnout Inventory, Maslach Burnout Inventory, PTSD.

References

1. Slabinskii V. Iu. Psikhoterapiia [Psychotherapy]. Uchebnik dlia vuzov. Standart tret'ego pokoleniia. SPb.: Piter, 2020. 608 p.
2. Slabinsky V. Y., Voishcheva N. M., Evdokimov V. I. Professionalnoye vygoraniye u pozharnykh (po dannym zarubezhnykh issledovaniy. 2006-2012). // Mediko-biologicheskiye i sotsialno-psikhologicheskiye problemy bezopasnosti v chrezvychaynykh situatsiyakh. [Professional burnout among fire fighters (according to the data from international research, 2006-2012). // Biomedical and socio-psychological problems of safety in emergency situations]. 2013. No.1. P. 87-94.
3. Slabinskii V. Yu., Voishcheva N. M., Chekhlatyi E. I., Podsadnyi S. A. Professional'noe vygoranie i vospriyatie vremeni pri posttravmaticheskom stressovom rasstroistve. [Professional burnout and perception of time in post-traumatic stress disorder] // Ekologiya cheloveka. – 2018. – № – 2. – S. 45-50.
4. Clinton, M., Bou-Karroum, K., Doumit, M.A. et al. Determining levels of nurse burnout during the COVID-19 pandemic and Lebanon's political and financial collapse. BMC Nurs 21, 11 (2022). <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00789-8>

ВВЕДЕНИЕ В ПОЗИТИВНУЮ КУКЛОТЕРАПИЮ: СТРУКТУРНЫЕ АРХЕТИПЫ

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург. slabinsky@yandex.ru

Аннотация. Исторически арт-терапевтическая, фольклорно-психологическая методика «Позитивная куклотерапия» является первой и, в настоящее время, единственной научно-обоснованной методикой применения народной тряпичной куклы в психотерапии и психологическом консультировании. Методика «Позитивная куклотерапия» была разработана ее авторами – В. Ю. Слабинским и Н. М. Воищевой в 2010 году после многолетней исследовательской работы. Так, созданию данной методики предшествовала разработка В. Ю. Слабинским концепции структурных архетипов как части теории бессознательного в психологии отношений Лазурского-Мясищева. По результатам 2015 года методика «Позитивная куклотерапия» стала лауреатом национального конкурса «Золотая Психея» в номинации «Психологический инструмент года». В статье приводится описание 5-ти структурных архетипов и соотнесение их с народными куклами, особенности использования методики, варианты реакций сопротивления клиенток на методику.

Ключевые слова: позитивная куклотерапия, позитивная динамическая психотерапия, психология отношений, психотерапевтическая антропология, народная кукла, архетипы.

Введение

Позитивная динамическая психотерапия – это российский психодинамический метод с экзистенциальными аспектами, обогащенный транскультуральным подходом и поведенческими техниками [5]. Метод, прежде всего, развивает наследие Школы В. М. Бехтерева путем интеграции лучшего, что накоплено в мировой психотерапии.

К настоящему моменту, в русле позитивной динамической психотерапии разработано более 50 авторских психодиагностических и психотерапевтических методик. Одной из таких методик является арт-терапевтическая, фольклорно-психологическая методика «Позитивная куклотерапия». Методика была разработана ее авторами – В. Ю. Слабинским и Н. М. Воищевой в 2010 году после многолетней исследовательской работы. Так, созданию данной методики предшествовала разработка В. Ю. Слабинским концепции структурных архетипов как части теории бессознательного в психологии отношений Лазурского-Мясищева.

Структурные архетипы

Для решения Базового конфликта и восстановления целостности «Я» необходима работа с 5-ю структурными архетипами.

Архетип «Доля». Основная функция структурного архетипа «Доля» – отождествление. Отождествление – это умение следовать правилам определенной социальной группы (семья, род, религиозная община, профессиональное сообщество и т.п.). Характерологические и поведенческие особенности Доли: аккуратная, послушная, целеустремленная, терпеливая, усердная. Сильная сторона женщины-Доли – умение достигать гарантированного результата с наименьшими затратами времени и сил благодаря четкому следованию готовым инструкциям. Слабая сторона – ригидность, низкая адаптивность в новых для нее ситуациях, неумение говорить нет. Женщина-Доля живет в этике парадигмы любви к ближнему по С.Л. Франку. Для нее важен уют, четкая организация жизненного пространства. Руководствуется мотивами пользы утилитаристов по В. Ф. Чижу. В сексуальной сфере неактивна, секс для Доли – это, прежде всего, «супружеский долг». Работа со структурным архетипом Доли позволяет активизировать Актуальный жизненный стиль «Герой» (сформировать избыток в сфере «Результативности» по модели Гармонии).

В славянском пантеоне Доле соответствует Леля, богиня девической любви и юности. В сказках Доля – это хорошая девочка, которая получает награду за свое послушание и смирение.

Абрахам Маслоу писал: «Сохраняя свои границы, мы остаемся «ограниченными»; это та цена, которую мы платим за душевное спокойствие» [3]. Женщина-Доля может прожить счастливую размеренную жизнь, если ей повезет попасть в стабильную среду, где не нужно принимать новые сложные решения. В то же время женщина-Доля – это идеальный спутник

жизни для тех мужчин, которые не любят «сюрпризов», для которых важна систематичность в ведении домашнего хозяйства. При этом муж должен стремиться обеспечить своей Доле комфортное существование, в противном случае могут возникать конфликты на бытовой почве.

Кукла «Доля» изготавливается из ниток. Используются традиционные для славян три цвета: белый, желтый/золотой, красный. Отличительная особенность куклы – длинная коса, как символ хорошей женской доли. Пояс у куклы символизирует ее связь с родом, с ее семьей, обозначает ее принадлежность определенной социальной группе.

Архетип «Воля». Основная функция структурного архетипа «Воля» – разотождествление. Разотождествление – это умение жить собственным умом, умение выходить за рамки предписаний и инструкций. Характерологические и поведенческие особенности Воли: творческая, сексуальная, дерзкая, самостоятельная, проактивная. Сильная сторона женщины-Воли – умение находить неожиданное решение в новых обстоятельствах. Слабая сторона – излишняя трата энергии на «изобретение велосипеда». Женщина-Воля живет в этике парадигмы любви к дальнему по С. Л. Франку. Для нее важен духовный поиск, личностный рост, стремление к реализации общечеловеческих идеалов или отдаленных по времени целей, выходящих за рамки ее человеческой жизни. В сексуальной сфере активна, стремится к доминированию, проявляет фантазию. Через сексуальные отношения, Воля активизирует и воодушевляет своего мужчину. Воля – это женщина-муза. Работа со структурным архетипом Воли позволяет активизировать Актуальный жизненный стиль «Мистик» (сформировать избыток в сфере «Духовности» по модели Гармонии).

Кукла «Воля» изготавливается из ниток. Цвета могут быть разными: черные волосы и темно-синее платье, ярко-рыжие волосы и зеленое платье, коричневые волосы и голубое платье. Внешний облик куклы отсылает нас к образам ведьмы, колдуньи, знахарки. Данная кукла отличается роскошной копной распущенных волос и отсутствием пояса (распоясанная).

Необходимо отметить, что традиционная культура для собственного воспроизводства должна воспитывать послушных девочек-долек. Именно поэтому практически все куклы были с заплетенными в косу волосами или платком на голове. Путь женщины Воли – это совсем другой путь, который связан с изменением существующего уклада или с тайным знанием. Поэтому такие куклы были единичными и практически не встречаются в этнографических музеях. Сейчас эпоха постмодерна и для выживания в нашем обществе нужны разные качества, потому что с развалом традиционной культуры стал превалировать архетип Воли и с точки зрения психотерапевта игнорировать этот факт нельзя. Нужно разделять психотерапевтическую составляющую методики и этнографическую. Этнографическая составляющая – это инструмент для решения определенных психотерапевтических задач.

В славянском пантеоне Воле соответствует богиня Мара. Ее зачастую боятся, воспринимают очень узко и однобоко – как богиню смерти. Зловещий вид Маре придает оружие и черепа, которые часто изображают рядом с ней. Но даже в данном виде Мара – это не убийца, а, своего рода «санитарка», которая своим оружием помогает человеку избавиться от всего ненужного, наносного, уже отжившего свое. Интересный образ Мары сохранился у белорусов – это кукла-метелка, которая может быть как куколкой, так и венчиком Мара своим мечем или серпом отсекает все лишнее, что есть у человека, «убивает» его старую идентичность во имя рождения нового. В данном контексте Мара выступает и как богиня смерти, и как богиня жизни, жизнь дарующая. В индуизме подобные функции выполняет богини Кали и Дурга.

Среди русских народных кукол встречается разнообразное воплощение данного образа. Первый получил большую известность – это кукла Десятиручка. Про нее, как правило, пишут, что это незаменимая помощница в хозяйстве, но редко уточняют природу ее силы.

На современном этапе развития общества (эпоха постмодерна) модно быть свободной, креативной, непослушной, самостоятельной Волей. И многие клиентки, приходящие на терапию, отождествляют себя с этой куклой. Но Волями в полном смысле этого слова назвать их нельзя, потому что в жизни у них реализуются только внешние атрибуты Воли без четко структурированной мировоззренческой системы. Такие женщины инфантильны, испытывают серьезные проблемы и в плане профессиональной реализации, и в плане построения семейной жизни. Проявление Воли всегда связано с ответственностью за последствия принятых решений. Пока женщина не взяла ответственность за свою жизнь (и даже жизнь других людей) в свои руки, говорить о том, что она является зрелой Волей, нельзя.

В Индии выделяются две основные формы шактизма: шри-кула или тантры «правой руки» и кали-кула (кулачара) или тантры «левой руки». В концепции теории структурных архетипов, шри-кула – это учение о пути Доли, а кали-кула – Воли. В русских сказках Воля – это героиня, обладающая каким-то волшебным даром или необычной силой (Царевна-лебедь, Царевна-лягушка). Анализируя подобные образы, можно изучать механизмы инициации женщины в структурный архетип Воли.

Архетип «Лада». Основная функция структурного архетипа «Лада» – гармонизация. Гармонизация – это умение непротиворечиво сочетать разнородные и даже противоположные элементы. Характерологические и поведенческие особенности Лады: красота как проявление духовности, гармонии и счастья, мудрость, которую иногда понимают как терпение, любовь и воодушевление, сила и воля как чувство собственного достоинства и проявление внутренней свободы (подробнее о женском русском характере можно прочитать в книге В. Ю. Слабинского «Характер ребенка. Диагностика, формирование, методы коррекции» (2012) [6]. Лада – это, прежде всего женщина-мать, заботливая и неутомимая. Одна из основных черт Лады – это гибкость. Истинной Ладой может стать только та женщина, которая сознательно умеет в зависимости от ситуации «включать» в себе и Долю, и Волю. Лада – славянская богиня правосудия. Любопытно, что древнегреческая богиня Фемиды была второй женой Зевса. Традиционно Фемиду изображают с повязкой на глазах, что символизирует беспристрастие, с весами в одной руке и мечом в другой. Меч в ее правую руку вместо рога изобилия вложили римляне. Первоначально не было и повязки, то есть Фемиды изображалась с весами и рогом изобилия. Весы – древний символ меры и справедливости. На весах правосудия взвешиваются добро и зло, поступки, совершенные

смертными при жизни. Посмертная судьба людей зависела от того, какая чаша перевесит. Рог изобилия в руке Фемиды – символ воздаяния или не воздаяния представшему перед ее судом.

В славянском пантеоне правосудием заведовали две Богини – Лада и Морена (Мара). Каждая из них решала задачу гармонии по-своему. Атрибутом Лады (Живы) был рог изобилия, а Морены – серп. В славянской традиции Лада не только жена Перуна, но и Богородица – мать Даждьбога (в греческой версии мифа Лето мать Аполлона). Работа со структурным архетипом Лады позволяет активизировать Актуальный жизненный стиль «Плут» (сформировать избыток в сфере «Телесности/индивидуальности» по модели Гармонии). Беременность, выполнение основной женской функции рождения ребенка, всегда связано с избытком в сфере Телесности. Кукла «Лада» изготавливается из ткани. Цвет платья может быть любым, но рекомендуются ясные солнечные цвета. Принцип Гармонии в ПДП ассоциируется с желтым цветом. Важно, что при изготовлении куклы узлы не вяжутся, не используются ножницы и иголки (чтобы жизнь была нерезаная и не колотая). К куклам типа «Лада» относятся венские куклы, капустки, рванки, берегини, кубышки и прочие куклы, отличающиеся большим бюстом и защитной (обережной) функцией.

По нашему мнению, есть еще одно важное качество Лады – мудрость. Не случайно, С. В. Жарникова утверждала, что древнейшее имя Лады – Тёща. Таким образом, интегрировать структурный архетип Лады в полном объеме женщина может только после того, как вырастит дочь и выдаст ее замуж [8].

Архетип «Род». Основная функция структурного архетипа «Род» – дополнение – воссоздание структуры. Род – это представление женщины об идеальном мужчине. Какой образ, такой и муж. Дополнение – это способность быть комплиментарным своей паре. Род – это супруг Лады (в психологическом смысле – Анимус женщины). В методике позитивной куклотерапии работа с мужским архетипом начинается после того, как проработаны все три женских архетипа, таким образом, реализуется закон «3+1» и окончательно формируется внутриличностное пространство. Характерологические и поведенческие особенности Рода (архаичные черты русского мужского характера): товарищество, широта, воля, терпение, жалость как любовь, глубина как интуитивное понимание вселенского закона и следование правде, мечтательность. Подробно про русский мужской характер можно прочитать в книге В. Ю. Слабинского «Характер ребенка. Диагностика, формирование, методы коррекции» (СПб, 2012). Работа со структурным архетипом Рода позволяет активизировать Актуальный жизненный стиль «Пьеро» (сформировать избыток в сфере «Социальности» по модели Гармонии). Кукла «Род» изготавливается из ткани без использования ножниц и иголок.

В 1949 году выдающийся американский антрополог и исследователь мифологии Джозеф Кемпбелл выпустил книгу «Тысячеликий герой». В данной работе Кемпбелл рассмотрел мифы разных народов через призму аналитической психологии Карла Густава Юнга. Книга быстро стала знаменитой, так как содержала рецепт превращения подростка в зрелую счастливую личность, по крайней мере, так виделось в 50-е годы XX века. По сути, книга стала одной из первых работ в контексте юнгианской антропологии. Кемпбелл предложил универсальную (единственную) схему путешествия (индивидуации) «тысячеликого героя» – мономиф. Он опирался на научный базис своего времени, на работы Джеймса Джорджа Фрезера и Франца Боаса [2].

В середине XX века многие ученые стремились найти свой мономиф, в качестве примера можно вспомнить теорию «Основного мифа», предложенную советскими учеными В. Н. Топоровым и В. В. Ивановым. Согласно концепции «Основного мифа» главным сюжетом любой мифологической системы является змеборчество, противопоставление, оппозиция двух антагонистов – антропоморфного божества-Громовержца и его противника – хтонического Змея [8].

Однако сейчас этнографами, культурологами, историками, антропологами накоплены новые факты, зачастую не вписывающиеся в привычные схемы. Так, на славянском материале убедительно опровергнута теория Топорова-Иванова – взаимоотношения Перуна и Велеса не обязательно антагонистичны, часто они выступают союзниками, каждый из которых имеет свою зону ответственности. Да и схем становления (индивидуации) главного героя славянский эпос знает далеко не одну. Во многом это предопределено сакральной географией русских сказок – идеей «Подсолнечного царства», основной чертой которого является «цветущая сложность» [1].

Рассмотрим варианты индивидуализации, предлагаемые русскими сказками:

1. «И пошел куда глаза глядят». Мотив путешествия эгоистический – «Просто так». Часто герой отличается от других людей, он не от мира сего, например, у него медвежья голова, или необычайная сила, или он очень маленького росточка. Сюжет: спасаясь от самого себя, герой без какой-либо цели отправляется куда глаза глядят. В данном варианте обязательны два факта: 1) в пути он знакомится с попутчиками, и они его обманывают и предают (пытаются убить); 2) благодаря своим качествам герой побеждает. Главное приобретение – способность разбираться в людях. Награда: жена (жизнь) и материальное богатство. Это муж Доли, представитель домовладельцев (купцов и производителей) – им вместе жить богатство приумножать, да свою долю улучшать.

2. «Путешествие по заданному маршруту». В роли волшебного навигатора может быть: перышко, клубок и др. В начале сказки герой часто характеризуется как слабый, безвольный, непутевый, одним словом, – дурак. Мотив путешествия альтруистический: «Выполнение задания без ожидания награды». Например, надо вернуть жену и выполнить наказ отца. Важна не какая-то персональная дама (она может оказаться даже лягушкой или змеей), а то, что она отождествляет. Герой отправляется в Путь по чужой воле: «Поди туда не знаю куда, принеси то, не знаю что». В ходе путешествия герой приобретает волшебных помощников, которые помогают ему победить Злодея и выполнить Миссию. Главное приобретение – личностная трансформация, обретение собственной воли. Награда: жена (жизнь) и царство (территория, земля). Это муж Воли, представитель жрецов. Не случайно, во многих сказках герой и героиня становятся родоначальниками новой царской династии.

3. «Путешествие к смерти». Герой отправляется к границе миров на Смородину реку. Современные ученые выводят этимологию названия от слова «смрад». То есть один берег свой – здесь Русь, здесь Русью пахнет. А другой берег

чужой – там смрад от чужаков, которые отвергаются на биологическом уровне, по запаху. Мотив путешествия альтруистический: «Решение глобальной общественно значимой задачи». Бой на Калиновом мосту – это миссия спасения мира и, тем самым, восстановление мировой гармонии. Граница славянского мира часто проходила по великой реке, например, Лабе, Волге. Главное приобретение – сила и удача. Награда: слава (смерть) и вечность (воскрешение – новая жизнь (собственная или в потомках)). Это муж Лады, представитель воинов.

Архетип «Волшебный помощник». Основная функция структурного архетипа «Волшебный помощник» – приносить удачу. Удачливость – это способность эффективно управлять своим временем, способность попадать вовремя в нужное место и использовать те шансы, которые предоставляет жизнь.

Введение в позитивную куклотерапию

Изначально методика «Позитивная куклотерапия» разрабатывалась для взрослых женщин, у которых на диагностическом этапе психотерапии выявляется базовый конфликт в сфере Я: отвержение или чрезмерная идеализация Я-женского, отвержение или идеализация Я-мужского, что проявляется в неумении выстраивать гармоничные Ты-отношения, проблемах в семейной жизни, конфликтах на работе [6, 7, 8].

В настоящее время разработан не только взрослый, но и детский вариант методики. С детьми дошкольного возраста рекомендуется делать лишь часть полного набора кукол. При разработке методики мы большое внимание уделили аутентичности, как самих кукол, так и процесса их изготовления.

С одной стороны, хотелось учесть нюансы, описанные в этнографических источниках, с другой стороны, технология должна быть достаточно простой в исполнении: расходные материалы должны быть доступны современному человеку, и при острой необходимости воссоздания женской целостности здесь и сейчас, не всегда можно соблюсти привязку времени изготовления куклы к годовому циклу. Часто, мы используем на учебных семинарах и в психотерапевтической практике новые ткани и нитки (а не делаем кукол из старых рубах и платьев, как было раньше). Это делается из гигиенических соображений, но с комментариями о том, как можно делать кукол по-другому. Нам видится, что фанатичная гонка за аутентичностью может стать самоцелью и усложнить психотерапевтический процесс. Но в целом аутентичность изготовления, по нашему мнению, очень важна. Так, с психологической точки зрения, символичным видится правило, согласно которому народная кукла делается без иглы, ножниц и узлов – «чтобы жизнь не колола, не резала и не душила».

Важное замечание по размеру кукол сделал И. А. Морозов в своей докторской диссертации. Анализируя большое количество источников, автор приходит к выводу, что тряпичные куклы – «закрутки», «скрутки», «скалки», по размеру редко превышали 20-30 см. [4]. В психотерапевтической работе случаются исключения из правил, однако, мы рекомендуем изготавливать кукол традиционного размера.

Варианты работы с методикой:

1. Индивидуальная работа. Во время изготовления куклы и обсуждения черт характера, активизируемых этой куклой, а также проблемных ситуаций, возникающих в жизни клиентки в связи с недораскрытостью или, наоборот, чрезмерной выраженностью, у нее данного структурного архетипа, осуществляется психотерапия базового конфликта. Кукла здесь является пусковым механизмом, облегчающим психотерапевтический процесс. В большей степени во время консультации задействуются сознательные компоненты переработки внутриличностного конфликта, клиентке кажется, что она контролирует процесс и уровень тревоги у нее снижается, но параллельное с разговором изготовление куклы мягко включает и бессознательные процессы. Со взрослыми женщинами и девушками вошедшими в возраст скорого замужества и возможного деторождения для воссоздания женской целостности необходимо делать все 5 кукол. Использование дополнительных техник индивидуальной работы с народной куклой, позволяет осуществить психотерапию актуального и ключевого конфликтов.

2. Групповая работа. Групповая психотерапия может осуществляться при помощи техник позитивной психодрамы, мифодрамы, психологического театра, имитирующих обряд-инициацию, или при помощи коллективного изготовления кукол. Используется специальное музыкальное сопровождение, народные тексты, позволяющие активировать архетип. Обсуждаются соответствующие теме сказки.

При использовании народной куклы в процессе психотерапии у клиенток могут возникать негативные эмоции, провоцирующие отказ от терапии. Основные причины возникновения сопротивления у клиенток при позитивной куклотерапии:

1. Клиентка боится, что это пустая трата времени и психотерапевтического эффекта не будет. Задача психотерапевта в данной ситуации объяснить клиентке, что это не «кружок умелые ручки», а полноценный психотерапевтический процесс.

2. Клиентка совершенно оторвана от традиционной культуры, ее пугают или отталкивают русские народные обряды, сказки, песни, костюмы, куклы ей кажутся уродливыми, неприятными. Задача психотерапевта не перегружать консультации элементами русского народного творчества. Консультация ведется в обычном разговорном режиме, но с параллельным изготовлением куклы.

3. Изготовленная кукла вызывает слишком сильные эмоции, с которыми трудно справиться, у самой клиентки или у членов ее семьи. Задача терапевта провести позитивную реинтерпретацию происходящего. Дать понять клиентке, что увеличение интенсивности отдельных психических процессов – это маркер личностного роста.

Выводы

Исторически арт-терапевтическая, фольклорно-психологическая методика «Позитивная куклотерапия» является первой и в настоящее время единственной научно-обоснованной методикой применения народной тряпичной куклы в психотерапии и психологическом консультировании. По результатам 2015 года методика В. Ю. Слабинского и Н. М. Воищевой «Позитивная куклотерапия» стала лауреатом национального конкурса «Золотая Психея» в номинации «Психологический инструмент года». В настоящее время, методика широко применяется в психотерапии и психологическом консультировании, при реабилитации в наркологических клиниках, детскими психологами в средних школах и дошкольных учреждениях.

Список литературы

1. Грот Л. П. Прерванная история русов. Соединяем разделенные эпохи. – М.: Вече, 2013. – 184 с.
2. Кемпбелл Дж. Тысячеликий герой. – М.: Ваклер, 1997. – 384 с.
3. Маслоу А. Х. Новые рубежи человеческой природы. – М.: Смысл, Альпина нонфикшн, 2011. – 496 с.
4. Морозов И. А. Феномен куклы в традиционной и современной культуре (Кросс-культурное исследование идеологии антропоморфизма). – М.: Индик, 2011. – 352 с.
5. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
6. Слабинский В. Ю. Характер ребенка. Диагностика, формирование, методы коррекции. – СПб.: Наука и Техника, 2012. – С. 301-311.
7. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. Фольклорно-психологическая методика «Дары Макоши: позитивная куклотерапия» / Актуальные проблемы практической психологии / Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Тверь: ТФ МГЭИ, 2014 – С. 85-89.
8. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. Арт-терапевтическая методика «Позитивная куклотерапия»: методическое руководство. – СПб.: ИМАТОН, 2015. – 136 с.

INTRODUCTION TO POSITIVE FOLK DOLL THERAPY: STRUCTURAL ARCHETYPES

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg. slabinsky@yandex.ru

Abstract. Historically, the art-therapeutic, folklore-psychological methodology "Positive Folk Doll Therapy" is the first and, currently, the only scientifically substantiated method of using a folk rag doll in psychotherapy and psychological counseling. The technique "Positive Folk Doll Therapy" was developed by its authors – V. Yu. Slabinsky and N. M. Voishcheva in 2010 after many years of research work. Therefore, the creation of this methodology was preceded by the development by V. Yu. Slabinsky of the concept of structural archetypes as part of the theory of the unconscious in the psychology of attitudes Lazursky-Myasishchev. According to the results of 2015, the Positive Folk Doll Therapy methodology became a laureate of the Golden Psyche national competition in the Psychological Instrument of the Year nomination. The article describes 5 structural archetypes and their correlation with folk dolls, features of using the technique, options for customer resistance reactions to the technique.

Key words: positive folk doll therapy, positive dynamic psychotherapy, attitude psychology, psychotherapeutic anthropology, folk doll, archetypes.

References

1. Grot L. P. Prervannaia istoriia rusov. Soediniaem razdelennye epokhi [The interrupted history of the Rus. Connecting the separated epochs]. M.: Veche, 2013. 184 p.
2. Kempbell Dzh. Tysiachelikii geroi [The Hero with a Thousand Faces]. M.: Vakler, 1997. 384 p.
3. Maslou A. Kh. Novye rubezhi chelovecheskoi prirody [The Farther Reaches of Human Nature]. M.: Smysl, Al'pina nonfikshn, 2011. 496 p.
4. Morozov I. A. Fenomen kukly v traditsionnoi i sovremennoi kul'ture (Kross-kul'turnoe issledovanie ideologii antropomorfizma) [The Doll Phenomenon in Traditional and Modern Culture (Cross-cultural study of the Ideology of Anthropomorphism)]. M.: Indrik, 2011. 352 p.
5. Slabinskii V. Iu. Psikhoterapiia [Psychotherapy]. Uchebnik dlia vuzov. Standart tret'ego pokoleniia. SPb.: Piter, 2020. 608 p.
6. Slabinskii V. Iu. Kharakter rebenka. Diagnostika, formirovanie, metody korrektsii [The character of the child. Diagnostics, formation, correction methods]. SPb.: Nauka i Tekhnika, 2012. pp. 301-311.
7. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M. Fol'klorno-psikhologicheskaia metodika «Dary Makoshi: pozitivnaia kukloterapiia» [Folklore and psychological methodology "Makoshi's Gifts: positive folk doll therapy"]. Aktual'nye problemy prakticheskoi psikhologii. Materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem. [Actual problems of practical psychology / Materials of the All-Russian scientific and practical conference with international participation]. Tver': TF MGEI, 2014 pp. 85-89.
8. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M. Art-terapevticheskaia metodika «Pozitivnaia kukloterapiia»: metodicheskoe rukovodstvo [Art therapy technique "Positive folk doll therapy": methodological guidance]. SPb.: IMATON, 2015. 136 p.

ЭТИКА ПСИХОТЕРАПЕВТА В УСЛОВИЯХ ИНФОРМАЦИОННО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ВОЙНЫ

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург. slabinsky@yandex.ru

Аннотация. Начиная с пандемии Covid-19 в 2020 году население мира в целом и специалисты помогающих профессий в частности подвергаются беспрецедентному давлению информационной сферы. Во многом, это происходит в контексте информационно-психологической войны (метежевойна по Е. Э. Месснеру).

Методы: Праксиметрический метод, Историко-функциональный.

В. М. Бехтерев в работе «Внушение и его роль в общественной жизни» утверждал, что количество жертв «психического микроба» больше количества жертв физических микробов во время эпидемий. Крайней формой проявления массового психоза является массовая истерия. Термин «массовая истерия» используют, как правило, для определения того, что пострадавшие ощущают фактически не существующие физические симптомы. Для формирования массовой истерии необходимы феномены: толпы и психической индукции. К.-Г. Юнг (1958) показал, что увеличение скорости распространения информации между людьми сокращает срок формирования новых архетипических образов. В условиях информационного общества интенсивность взаимодействия резко возрастает, чему способствует новый феномен – социальная сеть как виртуальная толпа.

Выводы и рекомендации. Помощь специалисту в противостоянии с феноменами виртуальной толпы и превенции психического заражения оказывает Этический кодекс Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги. В условиях кризиса смыслов и диффузии базовых понятий опора на выверенные специалистами разных модальностей и подтвердившие свою эффективность на протяжении десятилетий применения этические рекомендации, в хорошем смысле, упрощает принятие решений. Стратегически важно психотерапевтам и психологам-консультантам развивать проактивность с целью не только повышения стресс резистентности специалиста, но и как фактор превенции этических нарушений.

Ключевые слова: проактивность, позитивная динамическая психотерапия, психология отношений, мягкая сила, самоотношение, патриотизм, образ будущего, стресс, этика.

Введение

Четвертый год, начиная с пандемии Covid-19 в 2020 году население мира в целом и специалисты помогающих профессий в частности подвергаются беспрецедентному давлению информационной сферы. Во многом, это происходит в контексте информационно-психологической войны (метежевойна по Е. Э. Месснеру), ставшей визитной карточкой глобального мирового противостояния. Цель информационно-психологической войны – «Взять в полон» вражеский народ. Не физически, но психологически: сбить его с его идейных позиций, внести в его душу смущение и смятение. Война на нервах в эпоху, когда народы неврастеничны, требует от стратегов весьма продуманного обращения с главным фактором войны – с психикой воюющего народа...» [4]. Важно понимание, что специальная военная операция на Украине по демилитаризации и денацификации является только горячей фазой информационно-психологической войны, а главный инструмент информационно-психологической войны – рукотворные психические эпидемии.

Организация исследования

Методы

Праксиметрический метод – поиск и введение в научный оборот новых документов, установление новых взаимосвязей между уже известными документами, позволяющие по-новому структурировать научные представления.

Историко-функциональный метод – анализ преемственности научных идей, высказанных представителями одной или разных научных школ в различные периоды времени, позволяющий выделить ранее неизвестные закономерности развития научного знания по конкретной проблеме.

Результаты исследования

Еще в начале XX века Владимир Михайлович Бехтерев в работе «Внушение и его роль в общественной жизни» утверждал, что если бы можно было сосчитать все жертвы, которые прямо или косвенно обязаны своими страданиями влиянию «психического микроба», то вряд ли их число оказалось бы меньшим, чем число жертв, погубленных физическим микробом во время эпидемий [1].

Психические эпидемии – одномоментное проявление и «эпидемическое» распространение среди значительных групп людей разного рода однотипных психических отклонений различной степени тяжести, сопровождающихся необычным, зачастую девиантным поведением, имеющих признаки психических и неврологических заболеваний. В современных условиях одной из главных причин психических эпидемий являются механизмы психической индукции, посредством которых происходит заражение «психическим микробом». Автору довелось сталкиваться с феноменами психической эпидемии и психической индукции во время оказания психотерапевтической помощи пострадавшим от землетрясения на Сахалине [7].

Крайней формой проявления массового психоза является массовая истерия. Термин «массовая истерия» используют, как правило, для определения того, что пострадавшие ощущают фактически не существующие физические симптомы [2]. Для формирования массовой истерии необходимы феномены: толпы и психической индукции. Зигмунд Фрейд рассматривал толпу как человеческую массу, находящуюся под гипнозом.

Р. И. и А. В. Мокшанцевы (2001) под феноменом толпы подразумевают:

- публику, под которой понимается большая группа людей, возникающая на основе общих интересов, часто без какой-либо организации, но обязательно при ситуации, которая затрагивает общие интересы и допускает рациональное обсуждение;

- контактную, внешне неорганизованную общность, действующую крайне эмоционально и единодушно;

- совокупность индивидов, составляющих многочисленную аморфную группу и не имеющих в своем большинстве прямых контактов между собой, но связанных каким-либо общим более или менее постоянным интересом [5].

У толпы сильно развита способность к воображению. Толпа очень восприимчива к впечатлениям и некритична. Образы, поражающие воображение толпы, всегда бывают простыми, ясными и эмоционально заряженными. Вызванные в уме толпы кем-либо образы, представление о каком-нибудь событии или случае по своей живости почти равны реальным образам. Не факты сами по себе поражают воображение толпы, а то, как они предъявляются ей – эмоции.

Ирвин Ялом показал, что наиболее сильные эмоции человек испытывает при столкновении с экзистенциальными данностями: страхом смерти, изоляцией, потерей свободы и смысла дальнейшей жизни [6].

Гюстав Лебон в работе «Психология народов и масс» (1895) писал:

«Самый поразительный факт, наблюдающийся в одухотворенной толпе, следующий: каковы бы ни были индивиды, составляющие её, каков бы ни был их образ жизни, занятия, их характер или ум, одного их превращения в толпу достаточно для того, чтобы у них образовался род коллективной души, заставляющей их чувствовать, думать и действовать совершенно иначе, чем думал бы, действовал и чувствовал каждый из них в отдельности» [3].

Карл Густав Юнг в образах коллективного бессознательного, видел источник общечеловеческой символики. Юнг предположил, что некоторые сферы опыта у человека приобретают автономный характер и не подчиняются сознательному контролю. Эти эмоционально заряженные части опыта Юнг назвал комплексами. В основе комплекса находится архетипическое ядро. По Юнгу при неврозе грань, разделяющая сознательное и бессознательное ещё сохранена, но истончена, что позволяет комплексам напоминать о своем существовании, о глубоком мотивационном расколе личности.

Карл Густав Юнг (1958) показал, что увеличение скорости распространения информации между людьми сокращает срок формирования новых архетипических образов [10]. В условиях информационного общества интенсивность взаимодействия резко возрастает, чему способствует новый феномен – социальная сеть как виртуальная толпа.

Рекомендации

Большую помощь специалисту в противостоянии с феноменами виртуальной толпы и превенции психического заражения оказывает Этический кодекс Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги. В условиях кризиса смыслов и диффузии базовых понятий опоры на выверенные специалистами разных модальностей и подтвердившие свою эффективность на протяжении десятилетий применения этические рекомендации, в хорошем смысле, упрощает принятие решений. Рассмотрим наиболее актуальные в данной ситуации этические положения.

Принцип 1. Ответственность. 1.а: Как практики психотерапевты знают, что несут большую социальную ответственность, потому что их рекомендации и профессиональные действия могут влиять на жизнь других. Они должны бдительно относиться к личным, социальным, организационным, финансовым, средовым или политическим ситуациям и воздействиям, которые могут привести к злоупотреблению их влиянием.

Комментарий – Ситуация информационно-психологической войны требует от психотерапевтов особенно внимательно относиться к соблюдению принципа «Ответственности» с учетом трудности дифференциации «рабочего» и «личного» пространств.

Принцип 2. Компетентность. 2.а: Психотерапевты должны представлять достоверную информацию о своей компетентности, образовании и опыте.

Комментарий – Речь идет не только о предоставлении пациентам достоверной информации о своем психотерапевтическом образовании и опыте, но и об образовании и опыте во всех других сферах, где психотерапевт выступает как эксперт в публичном пространстве. Важно постулировать, что хороший психотерапевт не обязательно является экспертом в политике, военном деле и вопросах космической техники.

Принцип 5. Благополучие клиента. Основополагающий принцип: Принуждение людей участвовать или продолжать пользоваться услугами неэтично.

Комментарий – Использование хайпа в психотерапии неэтично.

Хайп (англ. hype) – агрессивная, навязчивая реклама. В отличие от традиционной рекламы, основным назначением которой являлось сообщение информации о товаре, хайп, или «сверхреклама», ставит задачу не столько информационную, сколько стимулирующую. Как следствие, смысловое содержание такой рекламы резко снижено, а на первый план выходит внешняя эмоционально-образная форма рекламного сообщения.

Для профилактики стрессовых расстройств у специалистов, вызванных ситуацией информационно-психологической войны, рекомендуем придерживаться девяти принципов ведения личных ресурсов в интернете:

1. Продолжайте общаться так, как вы делали это раньше. Ваш блог – это ваше личное цифровое пространство, которое вы по собственному желанию используете для общения с интересными лично вам людьми на интересующие лично вас темы. Вы вправе в своем блоге установить свои правила.

2. Ведите дневник: старайтесь писать не о внешних событиях, какие бы сильные эмоции они у вас не вызывали. Часть этих событий позже окажется фейком. Сфокусируйтесь на своих личных переживаниях и мыслях. Попробуйте это сделать в стихах или в виде рассказа. Рисуйте карандашом, красками, пальцами, особенно если вы не художник. У вас может получиться что-то волнующее. Разместите свои рисунки в своем блоге, обсудите их с подписчиками.

3. Не пытайтесь использовать тему спецоперации на Украине для привлечения внимания к своему блогу, если вы не являетесь экспертом. Хайп всегда оборачивается конфликтом.

4. Продолжайте писать на интересные лично вас темы. Современные социальные сети — это сложный мир, где каждый человек и каждая тема находят своих собеседников и читателей. Не стесняйтесь писать на кулинарные темы и размещать фотографии своих домашних питомцев. Помните главное – ничего катастрофического не происходит. Жизнь продолжается.

5. Старайтесь сохранить тех, с кем вы общались раньше и кого знаете лично. Относитесь к своим хорошим знакомым с терпением и пониманием. Поймите, что они также находятся в состоянии стресса. Перед тем, как гневно или колко написать что-либо другим, сделайте несколько глубоких вдохов, посчитайте в обратном порядке от 10 до 1.

6. Отыщите свое чувство юмора. Вспомните, что вы умеете смеяться. Расскажите в своем блоге забавную историю из вашей жизни.

7. Внимательно относитесь к новым подписчикам, особенно с пустыми, недавно созданными страницами и закрытыми профилями. Возможно, они не те, за кого себя выдают. Помните, что современные социальные сети – это не только место общения обычных людей, но и пространство информационной войны.

В вооруженных силах разных стран существуют даже специальные воинские части для ведения информационных войн. Разработаны манипулятивные психотехнологии, позволяющие наносить собеседнику психологические травмы. Маркером манипулятивных травмирующих психотехнологий являются обвинения вас в несовершенных лично вами деяниях. Использование слова «вина» в следующей смысловой формуле: «Я чувствую себя виноватым за то, что я <...>, значит и ты виноват в преступлении, которое я сейчас тебе припишу».

Другой часто используемый прием заключается в сообщении фейковой эмоционально заряженной информации якобы от лица очевидца – со слов родственника или знакомого. Отсылка к авторитету очевидца позволяет манипулятору обесценить другие источники информации. Помните, что задача манипулятора – стать для вас незыблемым авторитетом и единственным источником информации, а цель – нанести вам психологическую травму.

Нанести травму может и наводнение информационного поля потоком пугающих прогнозов. Манипуляторы используют естественные человеческие страхи. Помните, что еще Михаил Булгаков в романе «Собачье сердце» блестяще высмеял таких манипуляторов:

«Что творится в Москве – уму не постижимо человеческому. Семь сухаревских торговцев уже сидят за распространение слухов о светопреставлении, которое навлекли большевики. Дарья Петровна говорила и даже точно называла число: 28 ноября 2025 года земля налетит на небесную ось...».

8. Не пытайтесь переубедить манипуляторов. Помните, что в отличие от вас, манипуляторы в социальных сетях работают и в их функционале нет опции «правда».

9. Не стесняйтесь лишать манипуляторов возможности писать комментарии в вашем блоге. Ваш блог – это место, где вы вправе поддерживать чистоту во всех смыслах.

Стратегически важно психотерапевтам и психологам-консультантам развивать проактивность с целью не только повышения стресс резистентности специалиста, но и как фактор превенции этических нарушений. По данным исследований Н. М. Воищевой, проактивный тип совладающего поведения характеризуется максимально выраженным применением проактивного и просоциального копинг-стилей и отсутствием обращения к асоциальному копинг-стилю [8].

В завершение статьи необходимо привести оптимистичное высказывание Владимира Федоровича Чиж, утверждавшего, что в конечном итоге добро победит зло, как жизнь побеждает смерть: «Главный закон жизни – беспределность, а главное свойство – ненасыщаемость» [9].

Список литературы

1. Бехтерев В. М. Внушение и его роль в общественной жизни. – СПб.: Питер, 2001. – 254 с.
2. Гаков Вл. НЛО: порт приписки – земля. // Наука и религия, 1986. – №7. – С. 24-29.
3. Лебон Г. Психология народов и масс. – СПб.: Макет, 1995. – 316 с.
4. Месснер Е. Э. Всемирная мятежевойна – М.: Кучково поле, 2004. – 511 с.
5. Мокшанцев Р. И., Мокшанцева А. В. Социальная психология. Учебник. – М.: Инфра, 2001. – 408 с.
6. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
7. Слабинский В. Ю. Психотерапия пострадавших от землетрясения в 1995 году в Нефтегорске. // Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях. – 2017. – №1. – С. 40-53.
8. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Незнанов Н. Г., Никифоров Г. С., Ульянов И. Г. Психологические особенности реактивного, активного и проактивного типов совладающего поведения: уровневый подход // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. – 2019. – т. 10. № 3. – С 539-545.
9. Чиж В. Ф. Психология личности и индивидуальности. – СПб.: Невский Архетип, 2016. – 424 с.
10. Юнг К.-Г. Один современный миф. О вещах, наблюдаемых в небе. – М.: Наука, 1993. – 192 с.

ETHICS OF A PSYCHOTHERAPIST IN THE CONTEXT OF INFORMATION AND PSYCHOLOGICAL WARFARE

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg. slabinsky@yandex.ru

Annotation. Since the Covid-19 pandemic in 2020, the world's population and specialists in helping professions have been under pressure from the information sphere. This happens in the context of information and psychological warfare (mutiny war by E.E.Messner).

Methods: The praximetric method; Historical and functional method.

Bekhterev in his work "Suggestion and its role in public life" argued that the number of victims of the "mental microbe" is greater than the number of victims of physical microbes during epidemics. The extreme form of mass psychosis is mass hysteria. The term "mass hysteria" is used, as a rule, to determine that the victims feel physical symptoms that do not actually exist. For the formation of mass hysteria, phenomena are necessary: crowds and psychic induction. Jung (1958) showed that an increase in the speed of information dissemination between people shortens the period of formation of new archetypal images. In the conditions of the information society, the intensity of interaction increases dramatically, which is facilitated by a new phenomenon – the social network as a virtual crowd.

Recommendations. The Ethical Code of the Russian Professional Psychotherapeutic League provides assistance to a specialist in confronting the phenomena of a virtual crowd and the prevention of mental infection. In the context of a crisis of meanings and diffusion of basic concepts, relying on ethical recommendations verified by specialists of different modalities and proven to be effective over decades of application, in a good sense, simplifies decision-making. It is strategically important for psychotherapists and counseling psychologists to develop proactivity in order not only to increase the stress resistance of a specialist, but also as a factor in preventing ethical violations.

Keywords: proactivity, positive dynamic psychotherapy, psychology of attitudes, soft power, self-attitude, patriotism, image of the future, stress, ethics

References

1. Bekhterev V. M. Vnushenie i ego rol' v obshhestvennoj zhizni. [Suggestion and its role in public life] SPb.: Piter, 2001. 254 s.
2. Gakov VI. NLO: port pripiski – zemlja. [UFO: home port – earth] Nauka i religija, 1986. №7. S. 24-29.
3. Lebon G. Psihologija narodov i mass. [Psychology of peoples and masses] SPb.: Maket, 1995. 316 s.
4. Messner E. Je. Vsemirnaja mjatezhevojna. [World Mutiny War] M.: Kuchkovo pole, 2004. 511 s.
5. Mokshancev R. I., Mokshanceva A. V. Social'naja psihologija. Uchebnik. [Social psychology] M.: Infra, 2001. 408 s.
6. Slabinskij V. Ju. Psihoterapija. Uchebnik dlja vuzov. Standart tret'ego pokolenija. [Psychotherapy] SPb.: Piter, 2020. 608 s.
7. Slabinskij V. Ju. Psihoterapija postradavshih ot zemletrjasenija v 1995 godu v Neftegorske. [Psychotherapy of victims of the earthquake in 1995 in Neftegorsk] Mediko-biologicheskie i social'no-psihologicheskie problemy bezopasnosti v chrezvychajnyh situacijah. 2017. №1. S. 40-53.
8. Slabinskij V. Ju., Voishheva N. M., Neznakov N. G., Nikiforov G. S., Ul'janov I. G. Psihologicheskie osobennosti reaktivnogo, aktivnogo i proaktivnogo tipov sovladajushhego povedenija: urovnevnyj podhod [Psychological features of reactive, active and reactive types of coping behavior: a tiered approach] Psihiatrija, psihoterapija i klinicheskaja psihologija. 2019. t. 10. № 3. S. 539-545.
9. Chizh V. F. Psihologija lichnosti i individualnosti. [Psychology of personality and individuality] SPb.: Nevskij Arhetip, 2016. 424 s.
10. Jung K.-G. Odin sovremennyj mif. O veshhah, nabljudajemyh v nebe. [One modern myth. About things observed in the sky] M.: Nauka, 1993. 192 s.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОЗИТИВНОЙ ЭКОТЕРАПИИ ПРИ ТЕРПИИ БАЗОВОГО КОНФЛИКТА В СФЕРЕ «Я-ЖЕНСКОЕ» (ПИЛОТНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ)

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Воищева Н. М., кандидат психологических наук, проректор, профессор, заведующая кафедрой психологии труда и психологии здоровья, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Преображенская Александра Андреевна, доцент кафедры психологии труда и психологии здоровья, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Аннотация. Необходимость внедрения природоподобных технологий в психотерапии и психологическом консультировании находит все больше сторонников. Появилось зонтичное понятие – «экотерапия» для всех форм включения природы или каких-либо природных элементов в работу специалиста. В исследовании С. К. Нартовой-Бочавер (2020) показана взаимосвязь позитивного самоотношения и любви к растениям. М. В. Рагулина (2010) распределила экотерапию к индивидуальному квадранту «Я», в этом контексте понимая под природной средой продолжение личности человека, в ней находящегося. В методе позитивной динамической психотерапии личность понимается как система отношений по В. Н. Мясищеву. Все многообразие отношений распределяется на три кластера – отношение к себе, отношение к значимому другому и отношение к миру в целом. В методе разработано более 50 авторских методик, направленных на реституцию, реконструкцию и гармонизацию всех кластеров отношений личности. Одной из этих методик является позитивная экотерапия В. Ю. Слабинского, А. А. Преображенской, Н. М. Воищевой.

В 2022 году А. А. Преображенская провела тренинг по позитивной экотерапии в группе из 14 женщин. Средний возраст 41,57±7,51 года. Тренинг состоял из 4 встреч с эпизодичностью один раз в неделю. В дизайне психотерапии использовалась модель «Идентификации», позволяющая описать и исследовать кластер самоотношения. В начале и в конце цикла участники проходили тестирование в методе Позитивной динамической психотерапии.

Методики.

1. The Hospital Anxiety and Depression scale (HADS) – Госпитальная шкала тревоги и депрессии (Zigmond A. S., Snaith R. P., 1983).
2. Опросник «БАК-конфликт» В. Ю. Слабинского – позволяет исследовать три кластера системы отношений по В. Н. Мясищеву.
3. Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) – изучение системы отношений личности к временному континууму (Зимбардо, Бойд, 2010).

Вся выборка была поделена на 2 группы по показателю «Я-женское» теста «БАК-конфликт». Группа 1 (6 человек) – женщины с базовым конфликтом и показателями по шкале «Я-женское» от 3 до 5 баллов (отвержение женского), группа 2 (8 человек) – женщины с показателями по шкале «Я-женское» от 6 баллов (норма). Проведенный анализ по критерию Манна-Уитни показал, что эти группы помимо различий по шкале «Я-женское» ($p=0,002$), характеризуются достоверным отличием следующих показателей: чистоплотность ($p=0,021$), искренность ($p=0,048$), общительность ($p=0,030$), вера/мировоззрение ($p=0,003$). То есть низкая женская самооценка влияет на характер и проявляется в снижении чистоплотности, искренности, общительности и устойчивости мировоззрения. Для выявления значимых изменений применялся критерий Уилкоксона ($p \leq 0,05$).

Анализ динамики Группы 1 показал достоверное улучшение показателя в сторону укрепления женской самооценки ($Z=-2,060$, $p=0,039$), что позволяет сделать вывод о том, что методика «Позитивная экотерапия» в описанном выше варианте, может применяться для работы с низкой самооценкой, улучшения отношения к себе и терапии базового конфликта в сфере «Я-женское».

Так же в Группе 1 выявляются достоверное снижение показателя по шкале «Духовность», что можно проинтерпретировать как перераспределение жизненной энергии по другим сферам. В процессе прохождения методики женщины были сосредоточены на выполнении заданий (сфера «Результативность»), их мысли были заняты конкретными вопросами и размышлениями о себе и о близких (сфера «Социальность»), при этом женщины гуляли, дышали свежим воздухом, слушали птиц и другие звуки природы (сфера «Индивидуальность / Телесность»). Одна из гипотез – некоторые их мечты наполнились конкретными символическими смыслами природных образов и таким образом стали более осязаемыми и реальными.

Вероятно, по тем же самым причинам в Группе 2 у женщин с нормальной самооценкой после тренинга наблюдалось значимое снижение показателей тревожности, значимое усиление перспективы будущего и увеличение аккуратности.

Ключевые слова: позитивная экотерапия, позитивная динамическая психотерапия, психология отношений, экотерапия, самоотношение, самооценка.

Введение

В настоящее время психологами и психотерапевтами придается все больше значения роли экологических факторов в восстановлении психологического здоровья. С 2000 года состоялось девять Российских конференций по экологической психологии [17]. Необходимость внедрения природоподобных технологий для превенции и лечения неврологических и психических заболеваний находит все больше сторонников [3; 25; 30]. Появилось зонтичное понятие – «экотерапия» для всех форм включения природы или каких-либо природных элементов в работу специалиста [13]. К сожалению, отечественная литература по экотерапии большей частью либо описательна, либо является литературным обзором зарубежных исследований [8; 9]. Среди оригинальных исследований можно выделить работу С. К. Нартовой-Бочавер (2020), где достоверно показана взаимосвязь позитивного самоотношения и любви к растениям [14]. Е. А. Мухортовой (2020) выявлено, что к красоте природы наиболее чувствительны девочки-подростки [12]. Необходимо отметить, что данные исследования проводились в кабинетных условиях.

Между тем, все более популярными и в нашей стране, и за рубежом, становятся техники экотерапии непосредственно на природе. Экотерапия предлагается для работы со взрослыми, детьми, семьями, в том числе с семьями с особыми детьми [11; 15; 16; 31; 32].

Все формы взаимодействия с природой с целью экотерапии можно условно разделить на три группы: созерцание природных ландшафтов и культурных объектов, связанных с тематикой природы; пассивное нахождение на природе; активное взаимодействие с природой [4; 6].

Среди созерцательных практик популярно нахождение на природе в тишине для формирования внутренних опор. Не случайно в культурах разных народов всегда было понимание того, что «природа говорит, а люди ей внимают» [33]. В Зеленограде в Крюковском лесопарке реализован проект экотерапевтического ландшафтного дизайна, названный «Маршрут тихого отдыха» [2].

Поскольку экологическое просвещение и развитие тесно связаны с культурой и искусством, популярны техники арт-терапии на природе [5; 19]. Например, спонтанное рисование, в результате которого, как отмечают практики, в живописных работах часто просматриваются архетипические образы. При этом ключевой посыл спонтанного рисования может заключаться в убеждении, что «Я сам природа» [10]. Здесь мы видим определенную переключку с направлением этноэкологии. Опираясь на интегральную модель К. Уилбера, М. В. Рагулина (2010) распределила школы экологии по четырем квадрантам и отнесла саму этноэкологию к коллективному квадранту «Мы», а собственно, экотерапию к индивидуальному квадранту «Я», в этом контексте понимая под природной средой продолжение личности человека, в ней находящегося [18]. Возможно, именно поэтому способность любоваться красотой природы, единение с ней, ощущение себя как чего-то большего выступают предпосылками высокой самооценки [29].

В методе позитивной динамической психотерапии личность понимается как система отношений по В. Н. Мясищеву. Все многообразие отношений распределяется на три кластера – отношение к себе, отношение к значимому другому и отношение к миру в целом. В методе разработано более 50 авторских методик, направленных на реституцию, реконструкцию и гармонизацию всех кластеров отношений личности [22]. Одной из этих методик является позитивная экотерапия В. Ю. Слабинского и А. А. Преображенской.

Позитивная экотерапия – это методика, разработанная в русле психологии отношений Лазурского-Мясищева с целью гармонизации личности посредством взаимодействия с объектами и факторами живой природы.

В основе методики позитивная экотерапия лежит идея о целительном потенциале концепции «укорененности» методолога Петербургской школы психотерапии, психолога и философа С. Л. Франка [27]. Современная концепция Биофилии, согласно которой люди начинают тянуться к природе, когда страдает их ощущение принадлежности, подтверждает ранее высказанную мысль великого русского философа [26]. В позитивной экотерапии критически осмысливается и творчески развивается опыт японской терапии «синрин-йоку» (погружение в лес, forest bathing). Синрин-йоку – буквально значит «лесная ванна». Это погружение в атмосферу леса, впускание леса в себя через пять (или более) чувств. Практика «лесных ванн» используется с начала 1980-х годов в Японии как форма поддерживающей терапии [28].

Основатель Петербургской школы психотерапии Владимир Михайлович Бехтерев описывал свое профессиональное становление так: «Уже в детстве у меня развилась невинная страсть собирать гербарии, коллекции насекомых, а позднее и менее невинная страсть к охоте, которая, впрочем, увлекала более всего тем, что давала возможность быть среди природы, слушать крик болотного коростеля, водяной курочки, заунывный голос иволги, кудахтанье тетеревов. Все это со временем отпало, но оставило неизгладимую любовь к естествознанию. Эти условия вовлекли меня еще в гимназии в чтение книг по естествоведению и наукам, над которыми я просиживал ночи» [1].

Автор уровневой теории личности и научного конструкта «отношение» Александр Федорович Лазурский, развивая идеи других ученых, начиная с Платона и Аристотеля, также придавал большое значение влиянию «средовых факторов» на развитие экзопсихики [4]. Важно, что в понимании Лазурского «средовые факторы» опосредуются отношением, что объясняет разное воздействие на людей одного и того же природного явления. По мнению В. Ю. Слабинского к схожим представлениям пришел японский психолог Т. Вайзуйи после изучения влияния природных факторов на личность человека. Предложенное Т. Вайзуйи понятие «fudo» во многом соответствует понятию «отношение» Лазурского. Т. Вайзуйи писал: «Fudo не должно пониматься как нечто объективное, расположенное вне человека, но и располагать его только внутри человека также будет неправильным, таким образом, fudo – это глубокое и сознательное отношение человека к окружающему миру. Более того, когда человек понимает категории fudo, он становится непосредственным участником взаимоотношений с миром» [22]. Важно, что для А. Ф. Лазурского и Т. Вайзуйи на качество взаимоотношения с миром природы влияють эстетические характеристики, и в первую очередь – красота.

О красоте как биологической целесообразности писал Иван Антонович Ефремов: «Красота – это правильная линия в единстве и борьбе противоположностей, та самая середина между двумя сторонами всякого явления, всякой вещи, которую видели еще древние греки и называли аристон – наилучшим, считая синонимом этого слова меру, точнее – чувство меры». При этом как показал В. Ю. Слабинский (2012) первостепенным этапом в становлении личности и характера самого И. А. Ефремова стали «...детские игры с медведем, который жил в доме Ефремовых в Вырице. Общение с медведем активизировало структурные архетипы в психике и позволило уже в детском возрасте пережить чувство вневременности, отличающее сакральное от обыденного (временного)» [24]. Не меньшее значение имели детские игры на живописных берегах реки Оредеж. Сопричастность красоте природы благотворно влияет на душевное благополучие и личностное развитие. В. Ю. Слабинский, Н. М. Воищева определяют чувство «живой красоты» И. А. Ефремова базисом системы отношений личности по В. Н. Мясищеву [24].

Организация исследования

В 2022 году А. А. Преображенская провела тренинг по позитивной экотерапии в группе из 14 женщин. Средний возраст $41,57 \pm 7,51$ года.

Тренинг состоял из 4 встреч с эпизодичностью один раз в неделю. В дизайне психотерапии использовалась модель «Идентификации», позволяющая описать и исследовать кластер самоотношения [22]. Задания заключались в том, чтобы найти и сфотографировать названные терапевтом природные объекты для психотерапевтических целей. Параллельно выполнению заданий проходили экологические экскурсии в городском лесопарке, где участники учились различать растения, слушать голоса птиц, пользоваться биноклем и узнавали много интересных фактов об окружающей природе.

Занятие первое. Модель «Идентификации». Сфера Я.

1. Участники разбиваются на пары, выполняют упражнение – «Лестница идентичности» и заносят свои идентичности в первый столбец таблицы.
2. Ведущий расшифровывает позиции, участники записывают их во втором столбце.
3. На экскурсии необходимо найти природные объекты для всех своих идентичностей и занести их в третий столбец. Сфотографировать эти объекты.
4. Обратный путь лежит через фотостудию, где участники распечатывают фото объектов.
5. Вернувшись в центр, участники раскладывают по очереди свои фото в ряд и расшифровывают для группы смысл изображений.
6. Последний этап очень важен, так как для каждой позиции выкладывается столько фото, сколько участвует человек – таким образом, участники значительно обогащают свое видение всех 10 позиций, расширяется их

представление о том, в чем может быть потенциал человека (1), пути его развития (2), источник творческой энергии (3) и т.д.

Занятие второе. Модель «Идентификации». Сфера ТЫ.

1. Участники разбиваются на пары и заполняют дифференциально-аналитический опросник, определяют конфликтные и объединяющие черты.
2. Ведущий собирает их в общий список. Для дальнейшей работы отбираются наиболее часто повторяющиеся 3 конфликтные черты и 3 объединяющие черты. Участники записывают их в специальные таблички.
3. На экскурсии необходимо найти природные объекты для всех шести черт, занести их в табличку. Сфотографировать эти объекты.
4. Обратный путь лежит через фотостудию, где участники распечатывают фото объектов.
5. Вернувшись в центр, участники раскладывают по очереди свои фото в ряд и расшифровывают для группы изображение каждой черты.

Последний этап позволяет каждому участнику расширить свое представление о каждой черте характера, увидеть разнообразие взглядов других участников.

Занятие третье. Модель «Идентификации». Сфера МЫ.

1. Участники получают задание составить список своего ближнего окружения и затем разместить его в социальном атоме. В табличку заносятся только люди, попавшие внутрь круга.
2. На экскурсии необходимо найти природные объекты один для себя, и по одному для каждого обозначенного человека из ближнего окружения и занести в табличку. Сфотографировать эти объекты.
3. Обратный путь лежит через фотостудию, где участники распечатывают фото объектов.
4. Вернувшись в центр, участники получают лист ватмана и создают коллаж социального атома.
5. В конце занятия участники рассказывают группе о своих коллажах.
6. Последний этап позволяет участникам расширить свое представление о том, каким бывает ближнее окружение; возможно, отметить недостаток каких-то позиций, например, отсутствие друзей или, напротив, избыточность в чем-то, а м.б. и собственную успешность в семье, дружбе, коллективе и т.д.

Занятие четвертое. Модель «Идентификации». Сфера Пра-МЫ.

1. Участники получают задание нарисовать дерево своего Рода и затем рассказывают о нем в общем кругу.
 2. На экскурсии необходимо найти 5 природных объектов, которые позволяют человеку «почувствовать себя как дома». Сфотографировать эти объекты.
 3. Обратный путь лежит через фотостудию, где участники распечатывают фото объектов.
 4. Вернувшись в центр, участники размещают выбранные объекты на рисунке дерева Рода.
 5. В конце занятия участники рассказывают группе о своих коллажах.
- Последний этап позволяет участникам прикоснуться к богатству и разнообразию природных архетипических образов, присвоить их себе.

В начале и в конце цикла участники проходили тестирование в методе Позитивной динамической психотерапии.

Методики.

1. The Hospital Anxiety and Depression scale (HADS) / Госпитальная шкала тревоги и депрессии (Zigmond A. S., Snaith R. P., 1983) относится к субъективным шкалам и предназначена для скринингового выявления тревоги и депрессии. В 1993 г. М. Ю. Дробижевым шкала адаптирована для русскоязычной популяции. Шкала составлена из 14 утверждений, обслуживающих 2 субшкалы: тревога (HADSт) и депрессия (HADSд).
2. Опросник «БАК-конфликт» В. Ю. Слабинского – позволяет исследовать три кластера системы отношений по В. Н. Мясищеву: «отношение к другому – ключевой конфликт» (19 характерологических шкал), «отношение к миру вещей и явлений – актуальный конфликт» (4 шкалы), «отношение к себе – базовый конфликт» (5 шкал).
3. Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) – изучение системы отношений личности к временному континууму (Зимбардо, Бойд, 2010).

Результаты исследования

Вся выборка была поделена на 2 группы по показателю «Я-женское» теста «БАК-конфликт». Группа 1 (6 человек) – женщины с базовым конфликтом и показателями по шкале «Я-женское» от 3 до 5 баллов (отвержение женского), группа 2 (8 человек) – женщины с показателями по шкале «Я-женское» от 6 баллов (норма). Проведенный анализ по критерию Манна-Уитни показал, что эти группы помимо различий по шкале «Я-женское» ($p=0,002$), характеризуются достоверным отличием следующих показателей: чистоплотность ($p=0,021$), искренность ($p=0,048$), общительность ($p=0,030$), вера/мировоззрение ($p=0,003$). То есть низкая женская самооценка влияет на характер и проявляется в снижении чистоплотности, искренности, общительности и устойчивости мировоззрения.

Таблица 1. Показатели тестов до и после тренинга
«Позитивная экотерапия» в группе 1 и группе 2, изменения по критерию Уилкоксона при $p \leq 0,05$

Показатель	Группа 1, n=6				Группа 2, n=8			
	M ± σ		Критерий Уилкоксона		M ± σ		Критерий Уилкоксона	
	до	после	Z	p	до	после	Z	p
БАК-конфликт								
Аккуратность	7,5±1,5	6,7±2,2			7,5±1,6	8,0±1,5	-2,000	0,046
Чистоплотность	8,2±1,5	8,5±1,2			10,1±1,1	10,1±0,8		
Пунктуальность	8,8±1,0	8,3±1,0			9,4±1,1	9,4±1,9		
Вежливость	8,2±1,0	8,2±1,5			9,5±1,5	9,3±1,4		
Искренность	6,2±1,0	6,3±0,8			7,4±1,1	7,1±1,1		
Усердие	7,0±1,3	7,6±1,7			8,0±1,6	7,8±0,7		
Обязательность	9,7±1,5	9,3±1,4			10,1±0,8	9,8±0,9		
Бережливость	9,3±0,5	8,5±1,4			9,4±0,9	9,1±1,0		
Послушание	5,5±1,4	5,8±1,6			7,3±2,1	7,1±1,8		
Справедливость	6,3±1,0	6,3±1,0			7,6±1,8	7,6±2,0		
Верность	9,0±1,3	8,7±2,0			9,1±1,4	9,5±1,5		
Терпение	8,2±1,7	8,2±0,8			8,6±0,9	8,9±0,6		
Чувство времени	7,2±1,3	7,0±2,0			7,0±1,2	6,8±1,0		
Общительность	6,5±1,0	6,8±1,0			8,3±1,9	7,5±0,9		
Доверие	7,7±1,4	9,0±0,6			8,8±0,9	9,1±1,1		
Оптимизм	8,3±1,4	8,8±1,6			9,0±0,0	9,3±0,9		
Нежность	8,3±2,1	8,8±0,8			8,4±1,2	8,5±0,9		
Толерантность	9,5±1,2	9,0±0,6			9,1±0,8	9,9±1,2		
Вера	5,3±0,8	5,8±1,3			8,0±1,5	7,6±1,3		
Телесность	6,3±1,2	7,0±1,7			7,1±1,2	7,0±0,9		
Результативность	5,7±1,4	5,3±1,6			6,4±1,1	6,0±1,9		
Социальность	8,5±1,5	8,2±1,0			8,5±1,7	8,4±1,3		
Духовность	8,3±1,9	7,7±1,6	-2,000	0,046	9,1±1,0	8,8±1,5		
Я-женское	4,5±0,8	6,0±1,1	-2,060	0,039	7,0±1,2	7,1±1,5		
Я-мужское	6,0±0,9	6,5±1,4			7,5±1,8	7,6±2,0		
Ты	7,0±1,1	7,7±1,4			8,4±1,6	8,3±1,5		
Мы	8,0±0,9	7,7±0,8			7,0±1,5	7,3±1,4		
Пра-мы	7,7±2,3	7,0±1,7			8,4±0,7	8,4±1,2		
HADS								
Тревожность	8,0±3,0	8,0±3,6			8,1±1,8	6,4±2,7	-2,060	0,039
Депрессивность	6,5±2,7	7,2±3,8			4,8±4,1	4,3±3,1		
ZTRI								
Негативное прошлое	2,9±0,4	2,9±0,4			3,1±0,4	2,9±0,5		
Гедонистическое настоящее	3,1±0,2	3,0±0,4			3,0±0,5	3,0±0,5		
Будущее	3,3±0,3	3,3±0,4			3,2±0,3	3,4±0,1	-2,035	0,042
Позитивное прошлое	3,5±0,5	3,3±0,5			3,4±0,5	3,7±0,7		
Фаталистическое настоящее	2,6±0,6	2,8±0,4			2,9±0,8	2,6±0,7		
Трансцендентное будущее	3,8±0,6	3,5±0,3			4,0±0,7	4,0±0,6		

Обсуждение и выводы

Анализ динамики изменений по шкале «Я-женское» в Группе 1 показал достоверное улучшение показателя в сторону укрепления женской самооценки ($Z=-2,060$, $p=0,039$), что позволяет сделать вывод о том, что методика «Позитивная экотерапия» в описанном выше варианте, может применяться для работы с низкой самооценкой, улучшения отношения к себе и терапии базового конфликта в сфере «Я-женское».

Также в Группе 1 выявляются достоверное снижение показателя по шкале «Духовность», что можно проинтерпретировать как перераспределение жизненной энергии по другим сферам. В процессе прохождения методики женщины были сосредоточены на выполнении заданий (сфера «Результативность»), их мысли были заняты конкретными вопросами и размышлениями о себе и о близких (сфера «Социальность»), при этом женщины гуляли, дышали свежим

воздухом, слушали птиц и другие звуки природы (сфера «Индивидуальность / Телесность»). Одна из гипотез – некоторые их мечты наполнились конкретными символическими смыслами природных образов и таким образом стали более осязаемыми и реальными.

Вероятно, по тем же самым причинам в Группе 2 у женщин с нормальной самооценкой после тренинга наблюдалось значимое снижение показателей тревожности, значимое усиление перспективы будущего и увеличение аккуратности.

Список литературы

1. Бехтерев В. М. Тайны мозга: гипноз и внушение. – М.: АСТ, 2019. – 320с.
2. Бурганов И. А. Реализация идей экпсихологии в городской среде // Экопозис: экогуманитарные теория и практика. – СПб.: «Скифия-принт», 2020 – Том 1. №1. – С. 54-58.
3. Воробьев Д. В., Давыдкин Н. Ф., Поберезкин М. Н. Медицинская экология, экотерапия и экопрофилактика – важные направления охраны здоровья населения в XXI веке // Материалы Международной научно-практической конференции «Экопрофилактика, оздоровительные и спортивно-тренировочные технологии. – Саратов: «Саратовский источник», 2015 – С. 35-39.
4. Дмитриева Л. А. Средовой подход как основа здоровьесберегающего воспитания обучающихся в контексте экпсихологии // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта: Изд. Крымского ФУ им. В.И. Вернадского, 2016. – №53 (6) – С.147-153.
5. Жерносенко И. А., Валицкая А. П., Опарин Р. В. Культуротворческая парадигма экологического образования – теория и практика // Мир науки, культуры и образования. – Горно-Алтайск: АлтГПУ, 2010. – №6(25) – С.131-135.
6. Жиров В.К., Гонтарь О.Б. Терапевтическое садоводство. – М.: Наука в России, 2014. – №6. – С. 32-35
7. Киммерер Р. У. Голос земли. – М.: Эксмо, 2022. – 416с.
8. Копытин А. И. Экпсихология, экотерапия, эко-арт-терапия: теория и практика // Зеленый журнал – бюллетень ботанического сада ТвГУ – Тверь: ТвГУ, 2018. – №4. – С. 60-70.
9. Кузьмина О. И., Олухов М. В. Роль прогулок в лесу в улучшении психофизического состояния студента // Современные здоровьесберегающие технологии – Орехово-Зуево: ГГТУ, 2017. – №4. – С.100-105.
10. Макнифф Ш. Пересмотр представлений об искусстве и природе: на пути к глубинной психологии творчества // Экопозис: экогуманитарные теория и практика – СПб.: «Скифия-принт», 2021. – Том 2, №1. – С. 76-84.
11. Минаева Н. Г., Опольская А. И. Развитие связной устной речи младших школьников с общим недоразвитием речи средствами экотерапии на внеурочных занятиях // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта: Изд-во Крымского ФУ им. В. И. Вернадского, 2019. – №63(1). – С. 201-205.
12. Мухортова Е. А. Связь психологического благополучия с отношением подростков к природе // Экпсихологические исследования-6: экология детства и психология устойчивого развития – Курск: ЗАО «Университетская книга», 2020. – С.241-245.
13. Нартова-Бочавер С. К., Мухортова Е. А., Ирхин Б. Д. Взаимодействие с миром растений как источник позитивного функционирования человека // Консультативная психология и психотерапия. – М.: МГППУ, 2020. – Т. 28, № 2. – С.151-169.
14. Нартова-Бочавер С. К. Мир флоры и базисные убеждения личности: взгляд психолога // Мир психологии. – М.: МПСУ, 2020. – №2 (102). – С.190-201.
15. Наумцев Ю. В., Шарафиева Л. Р. Ландшафтная арт-терапия как инновационное направление программы психосоциальной реабилитации на базе научно-образовательного центра «Ботанический сад Тверского государственного университета» // Вестник ТвГУ. Серия "Педагогика и психология" – Тверь: ТвГУ, 2014. – № 4. – С. 68-82
16. Опарин Р. В., Петров А. В. Экологическое воспитание средствами культурно-досуговой деятельности: история инновации // Мир науки, культуры и образования. – Горно-Алтайск: АлтГПУ, 2011. – № 2 (27). – С. 205-208.
17. Панов В. И., Панюкова Ю. Г. Экология детства и психология устойчивого развития (итоги международной научно-практической конференции «9-я Российская конференция по экологической психологии: от экологии детства к психологии развития») // Акмеология образования. Психология развития. – Саратов: Изд. Сарат. ГУ, 2020. – Т. 9, № 3 (35). – С. 296-302.
18. Рагулина М. В. Интегральная парадигма в этноэкологических исследованиях // Вопросы современной науки и практики. Университет им. В. И. Вернадского. – Тамбов: Изд. ТГТУ, 2010. – №7-9 (30). – С.14-25.
19. Ростова Н. Н. Экология в перспективе эстетике и антропоцентризма // Философия и общество. – Волгоград: «Учитель», 2020. – № 2. – С. 155-158.
20. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М. Концепция «живой красоты» И. А. Ефремова как базис психологии отношений // Ефремовские чтения: шестнадцатые (2013) и семнадцатые (2014), вторые малые (2014): сборник материалов межрегиональных научно-исследовательских конференций. – СПб.: Лема, 2014. – С. 70–76.
21. Слабинский В. Ю. Методика детско-родительской психотерапии самопомощи «Древо характера»: методическое руководство. – СПб.: Невский Архетип, 2019. – 160с.
22. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
23. Слабинский В. Ю. Семейная позитивная динамическая психотерапия. Практическое руководство. – СПб.: Наука и Техник, 2009. – С.294-322.

24. Слабинский В. Ю. Характер ребенка. Диагностика, формирование, методы коррекции. – СПб.: Наука и Техника, 2012. – С.301-311.
25. Слюсарев А. С. К вопросу о разработке концепции природоподобных технологий при профилактике и лечении психических заболеваний // Международный научно-исследовательский журнал. – Екатеринбург, 2018. – №1-3 (67). – С.101-106.
26. Уилсон Э. О. Биофилия. Врожденная тяга к живому как связь человека с другими биологическими видами. – М.: Ленанд, 2017. – 304с.
27. Франк С. Л. Непостижимое. – М.: АСТ, 2007. – 512с.
28. Цин Ли Синрин-Йоку: японское искусство «лесных ванн». Как деревья дарят нам силу и радость. – М.: Эксмо, 2018. – 384с.
29. Чистопольская К. А., Ениколопов С. Н., Николаев Е. Л. и соавт. Связь с природой: вклад в душевное благополучие // Сборник статей Международной научно-практической конференции «Перспективы психологической науки и практики». – М.: Изд. ФГБОУ ВО МГУДиТ, 2017. – С.764-767.
30. Швецова Е. Ю., Куташов В. А. Пути повышения эффективности терапии тревожных расстройств в практике невролога. – Воронеж: Центральный научный вестник, 2016. – Том, № 1. – С. 28-31.
31. Шипулина Ю. И. Экотерапия как способ борьбы с синдромом эмоционального «выгорания» педагога // Вестник ВИРО. – Воронеж: Изд. ВИРО им. Н.Ф. Бунакова, 2019. – №3. – С.35-39.
32. Шитова Н. В. Экология личности: холистический подход к профилактике негативных последствий стресса в профессиональной деятельности педагогов // Материалы XVII-ой межрегиональной научно-практической конференции, посвященной Всероссийскому году Экологии «Актуальные аспекты экологии здоровья детей и молодежи: функционально-деятельностный подход». – Старый Оскол: Роса, 2017. – С. 15-20.
33. Э'Коурт Б. Искусство нежности: воплощенная мудрость в экологической арт-терапии // Экопозис: экогуманитарные теория и практика. – СПб.: «Скифия-принт», 2021. – Том 2, №2. – С.63-70.

ASSESSMENT OF THE EFFECTIVENESS OF POSITIVE ECOTHERAPY IN THE THERAPY OF THE BASIC CONFLICT IN THE "I-FEMININE" SPHERE (PILOT RESEARCH)

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Voischeva N. M., Ph.D. in Psychology, vice-rector, Professor, Head of the Department of Work and Health Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Preobrazhenskaya A.A., Associate Professor, Department of Work and Health Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Annotation. The necessity of nature-based psychotherapy techniques integration into psychological consulting finds more and more proponents. An umbrella concept – "ecotherapy" – has appeared for all forms of inclusion of nature or any natural elements in the work of the specialist. In S. K. Nartova-Bochaver's (2020) study, the interrelation of positive self-attitude and fondness for plants was shown. M. V. Ragulina (2010) distributed ecotherapy to the individual quadrant of the "Me", in this context understanding the natural environment as an extension of the personality of the person who is in it. In the method of positive dynamic psychotherapy personality is understood as a system of relations according to V.N. Myasishchev. The entire variety of attitudes is divided into three clusters - attitude to oneself, attitude toward the significant other and attitude toward the world as a whole. The method has developed more than 50 author's techniques aimed at restitution, reconstruction and harmonization of all clusters of personality relations. One of these techniques is positive ecotherapy by V. Y. Slabinsky, A. A. Preobrazhenskaya and N. M. Voischeva. In 2022, A.A. Preobrazhenskaya conducted positive ecotherapy training in a group of 14 women. The average age was 41.57 ± 7.51 years. The training consisted of 4 meetings with episodic frequency once a week. The psychotherapy design used the Identity Model to describe and explore the self-concept cluster. At the beginning and at the end of the cycle, participants were tested in the Positive Dynamic Psychotherapy method.

Methods.

1. The Hospital Anxiety and Depression scale (HADS) (Zigmond A. S., Snaith R. P., 1983).

2. The BAC-conflict questionnaire by V. Y. Slabinsky – allows to investigate three clusters of the system of relationships according to V. N. Myasishchev.

3. Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI) – examines the system of personality relations to the time continuum (Zimbardo, Boyd, 2010).

The entire sample was divided into 2 groups according to the "I-Feminine" indicator of the BAC-Conflict test. Group 1 (6 people) were women with a basic conflict and scores from 3 to 5 on the self-feminine scale (feminine rejection), Group 2 (8 people) were women with scores from 6 on the "I-Feminine" scale (normal). Mann-Whitney test analysis showed that these groups, in addition to differences on the "I-Feminine" scale ($p=0.002$), are characterized by a significant difference in the following indicators: cleanliness ($p=0.021$), sincerity ($p=0.048$), sociability ($p=0.030$), faith/worldview ($p=0.003$). That is, low female self-esteem affects character and manifests itself in a decrease in cleanliness, sincerity, sociability, and stability of worldview. Wilcoxon criterion ($p \leq 0.05$) was used to identify significant changes.

Analysis of Group 1 dynamics showed a significant improvement in the direction of strengthening female self-esteem ($Z=-2,060$, $p=0,039$) which allows to conclude that the Positive Ecotherapy method in the variant described above, can be used to work with low self-esteem, improve self-concept and therapy of the basic conflict in the "I-Feminine".

Also in Group 1, a significant decrease in the "Spirituality" scale was detected, which can be interpreted as a redistribution of life energy to other spheres. In the course of the methodology, the women were focused on completing tasks (the "Performance" sphere), their thoughts were occupied with specific questions and thoughts about themselves and their loved ones (the "Sociality" sphere), and the women were out walking, breathing fresh air, listening to birds and other sounds of nature (the "Individuality/Body" sphere). One hypothesis is that some of their dreams were filled with concrete symbolic meanings of natural images and thus became more tangible and real.

Probably for the same reasons, in Group 2, women with normal self-esteem showed a significant decrease in anxiety scores, a significant increase in future perspective, and an increase in neatness after the training.

Keywords: positive ecotherapy, positive dynamic psychotherapy, relationship psychology, ecotherapy, self-concept, self-esteem.

References

1. Bekhterev V. M. Tainy mozga: gipnoz i vnushenie. – M.: AST, 2019. – 320s.
2. Burganov I. A. Realizatsiya idei ehkopsikhologii v gorodskoi srede // Ehkopoezhis: ehkogumanitarnye teoriya i praktika. – SPb.: «Skifiya-prinT», 2020 – Tom 1. №1. – S. 54-58.
3. Vorob'ev D. V., Davydkin N. F., Poberezkin M. N. Meditsinskaya ehkologiya, ehkoterapiya i ehkoprofilaktika – vazhnye napravleniya okhrany zdorov'ya naseleniya v XXI veke // Materialy Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Ehkoprofilaktika, ozdorovitel'nye i sportivno-trenirovochnye tekhnologii. – Saratov: «Saratovskii istochnik», 2015 – S. 35-39.
4. Dmitrieva L. A. Sredovoi podkhod kak osnova zdorov'esberegayushchego vospitaniya obuchayushchikhsya v kontekste ehkopsikhologii // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. – Yalta: Izd. Krymskogo FU im. V.I. Vernadskogo, 2016. – №53 (6) – S.147-153.
5. Zhernosenko I. A., Valitskaya A. P., Oparin R. V. Kul'turotvorcheskaya paradigma ehkologicheskogo obrazovaniya – teoriya i praktika // Mir nauki, kul'tury i obrazovaniya. – Gorno-Altaysk: AITGPU, 2010. – №6(25) – S.131-135.
6. Zhiron V.K., Gontar' O.B. Terapevticheskoe sadovodstvo. – M.: Nauka v Rossii, 2014. – №6. – S. 32-35
7. Kimmerer R. U. Golos zemli. – M.: Ehksmo, 2022. – 416s.
8. Kopytin A. I. Ehkopsikhologiya, ehkoterapiya, ehko-art-terapiya: teoriya i praktika // Zelenyi zhurnal – byulleten' botanicheskogo sada TVGU – Tver': TVGU, 2018. – №4. – S. 60-70.
9. Kuz'mina O. I., Olukhov M. V. Rol' progulok v lesu v uluchshenii psikhofizicheskogo sostoyaniya studenta // Sovremennye zdorov'esberegayushchie tekhnologii – Orekhovo-Zuevo: GGTU, 2017. – №4. – S.100-105.
10. Makniff SH. Peresmotr predstavlenii ob iskusstve i prirode: na puti k glubinnoi psikhologii tvoreniya // Ehkopoezhis: ehkogumanitarnye teoriya i praktika – SPb.: «Skifiya-prinT», 2021. – Tom 2, №1. – S. 76-84.
11. Minaeva N. G., Opol'skaya A. I. Razvitie svyaznoi ustnoi rechi mladshikh shkol'nikov s obshchim nedorazvitiem rechi sredstvami ehkoterapii na vneurochnykh zanyatiyakh // Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya. – Yalta: Izd-vo Krymskogo FU im. V. I. Vernadskogo, 2019. – №63(1). – S. 201-205.
12. Mukhortova E. A. Svyaz' psikhologicheskogo blagopoluchiya s otnosheniyem podrostkov k prirode // Ehkopsikhologicheskoe issledovaniya-6: ehkologiya detstva i psikhologiya ustoichivogo razvitiya – Kursk: ZAO «Universitetskaya kniga», 2020. – S.241-245.
13. Nartova-Bochaver S. K., Mukhortova E. A., Irkhin B. D. Vzaimodeistvie s mirom rastenii kak istochnik pozitivnogo funkcionirovaniya cheloveka // Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya. – M.: MGPPU, 2020. – T. 28, № 2. – S.151-169.
14. Nartova-Bochaver S. K. Mir flory i bazisnye ubezhdeniya lichnosti: vzglyad psikhologa // Mir psikhologii. – M.: MPSU, 2020. – №2 (102). – S.190-201.
15. Naumtsev YU. V., Sharafieva L. R. Landshaftnaya art-terapiya kak innovatsionnoe napravlenie programmy psikhosotsial'noi reabilitatsii na baze nauchno-obrazovatel'nogo tsentra «Botanicheskii sad Tverskogo gosudarstvennogo universiteta» // Vestnik TVGU. Seriya "Pedagogika i psikhologiya" – Tver': TVGU, 2014. – № 4. – S. 68-82
16. Oparin R. V., Petrov A. V. Ehkologicheskoe vospitanie sredstvami kul'turno-dosugovoi deyatel'nosti: istoriya innovatsii // Mir nauki, kul'tury i obrazovaniya. – Gorno-Altaysk: AITGPU, 2011. – № 2 (27). – S. 205-208.
17. Panov V. I., Panyukova YU. G. Ehkologiya detstva i psikhologiya ustoichivogo razvitiya (itogi mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «9-ya Rossiiskaya konferentsiya po ehkologicheskoi psikhologii: ot ehkologii detstva k psikhologii razvitiya») // Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya. – Saratov: Izd. Sarat. GU, 2020. – T. 9, № 3 (35). – S. 296-302.
18. Ragulina M. V. Integral'naya paradigma v ehtnoehkologicheskikh issledovaniyakh // Voprosy sovremennoi nauki i praktiki. Universitet im. V. I. Vernadskogo. – Tambov: Izd. TGTU, 2010. – №7-9 (30). – S.14-25.
19. Rostova N. N. Ehkologiya v perspektive ehstetiki i antiantropotsentrizma // Filosofiya i obshchestvo. – Volgograd: «Uchitel'», 2020. – № 2. – S. 155-158.
20. Slabinskii V. YU., Voishcheva N. M. Kontseptsiya «zhivoi krasoty» I. A. Efremova kak bazis psikhologii otnoshenii // Efremovskie chteniya: shestnadsatsye (2013) i semnadsatsye (2014), vtoroye malye (2014): sbornik materialov mezhhregional'nykh nauchno-issledovatel'skikh konferentsii. – SPb.: Lema, 2014. – S. 70–76.
21. Slabinskii V. YU. Metodika detsko-roditel'skoi psikhoterapii samopomoshchi «Drevo kharakterA»: metodicheskoe rukovodstvo. – SPb.: Nevskii Arkhetip, 2019. – 160s.
22. Slabinskii V. YU. Psikhoterapiya. Uchebnik dlya vuzov. Standart tret'ego pokoleniya. – SPb.: Piter, 2020. – 608 s.
23. Slabinskii V. YU. Semeinaya pozitivnaya dinamicheskaya psikhoterapiya. Prakticheskoe rukovodstvo. – SPb.: Nauka i Tekhnika, 2009. – S.294-322.

24. Slabinskii V. YU. Kharakter rebenka. Diagnostika, formirovanie, metody korrektsii. – SPb.: Nauka i Tekhnika, 2012. – S.301-311.
25. Slyusarev A. S. K voprosu o razrabotke kontseptsii prirodopodobnykh tekhnologii pri profilaktike i lechenii psikhicheskikh zabolevaniy // Mezhdunarodnyi nauchno-issledovatel'skii zhurnal. – Ekaterinburg, 2018. – №1-3 (67). – S.101-106.
26. Uilson E.H. O. Biofilija. Vrozhdenaya tyaga k zhivomu kak svyaz' cheloveka s drugimi biologicheskimi vidami. – M.: Lenand., 2017. – 304s.
27. Frank S. L. Nepostizhimoe. – M.: AST, 2007. – 512s.
28. Tsin Li Sinrin-loku: yaponskoe iskusstvo «lesnykh vanN». Kak derev'ya daryat nam silu i radost'. – M.: Ehksmo, 2018. – 384s.
29. Chistopol'skaya K. A., Enikolopov S. N., Nikolaev E. L. i soavt. Svyaz' s prirodoi: vklad v dushevnoe blagopolouchie // Sbornik statei Mezhdunarodnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii «Perspektivy psikhologicheskoi nauki i praktiki». – M.: Izd. FGBOU VO MGUDIT, 2017. – S.764-767.
30. Shvetsova E. YU., Kutashov V. A. Puti povysheniya ehffektivnosti terapii trevozhnykh rasstroistv v praktike nevrologa. – Voronezh: Tsentral'nyi nauchnyi vestnik, 2016. – Tom, № 1. – S. 28-31.
31. Shipulina YU. I. Ehkoterapiya kak sposob bor'by s sindromom ehmotSIONal'nogo «vygoraniYA» pedagoga // Vestnik VIRO . – Voronezh: Izd. VIRO im. N.F. Bunakova, 2019. – №3. – S.35-39.
32. Shitova N. V. Ehkologiya lichnosti: kholisticheskii podkhod k profilaktike negativnykh posledstviy stressa v professional'noi deyatel'nosti pedagogov // Materialy XVII-oi mezhregional'noi nauchno-prakticheskoi konferentsii, posvyashchennoi Vserossiiskomu godu Ekhologii «Aktual'nye aspekty ehkologii zdorov'ya detei i molodezhi: funktsional'no-deyatel'nostnyi podkhoD». – Staryi Oskol: Rosa, 2017. – S. 15-20.
34. EH'kourt B. Iskusstvo nezhnosti: voploshchennaya mudrost' v ehkologicheskoi art-terapii // Ehkopoezhis: ehkogumanitarnye teoriya i praktika. – SPb.: «Skifiya-prinT», 2021. – Tom 2, №2. – S.63-70.

СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ КАК ЭЛЕМЕНТ ПРОАКТИВНОЙ МЯГКОЙ СИЛЫ

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Воищева Н. М., кандидат психологических наук, проректор, профессор, заведующая кафедрой психологии труда и психологии здоровья, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Аннотация. Начало специальной военной операции на Украине по демилитаризации и денацификации привело к яркому проявлению целого ряда трендов в самых разных областях жизни. Одним из таких трендов стала культура отмены русскости во всех ее проявлениях (культурном, научном, историческом и др.), что свидетельствует о трансформации военной доктрины и формировании новых театров военных действий, среди которых особое значение приобретает сфера информационно-психологического противоборства. Еще в 1960 году Е. Э. Месснер (1891-1974) предсказал, что в XXI веке главным театром военных действий станет ментальная сфера.

Принято различать жесткую силу (hard power) и мягкую силу (soft power). Жесткая сила связана с использованием метода кнута и пряника для получения желаемого результата. Мягкая сила (soft power) дает возможность привлекать людей на свою сторону без применения насилия.

В США, Германии, Великобритании и некоторых других западных странах методы психотерапии рассматриваются как элементы мягкой силы, направленной на формирование прозападного мировоззрения и системы ценностей. Продвижение определенных психотерапевтических методов на территории Восточной Европы, Постсоветского пространства и Китая финансируется западными фондами, аффилированными с государственными структурами. Так можно вспомнить, что на Украине западная психотерапия начала массово укореняться при поддержке различных западных фондов и институтов, начиная примерно с 2005, а в Белоруссии – с 2012 года.

В апреле 2022 года в ВКонтакте нами был проведен опрос российских психотерапевтов «Уважаемые коллеги, способны ли Вы отличить Добро от Зла?», в котором принял участие 86 специалистов. Выборка носила случайный характер. Почти 40% респондентов признали, что не в состоянии отличить Добро от Зла. В ситуации, когда основным актуальным запросом клиентов является выработка собственной позиции по отношению к СВО на Украине, данный показатель свидетельствует о растерянности самих специалистов, работающих в западных психотерапевтических подходах.

Для решения проблемы необходимо снятие негласного общественного запрета на разработку российских методик мировоззренческой психотерапии (для западных специалистов таких ограничений нет) и развитие проактивности у психотерапевтов и психологов-консультантов.

Ключевые слова: проактивность, позитивная динамическая психотерапия, психология отношений, мягкая сила, самоотношение, патриотизм, образ будущего, стресс.

Введение

Начало специальной военной операции на Украине по демилитаризации и денацификации (СВО) привело к яркому проявлению целого ряда трендов в самых разных областях жизни. Одним из таких трендов стала культура отмены русскости во всех ее проявлениях (культурном, научном, историческом и др.), что свидетельствует о трансформации

военной доктрины и формировании новых театров военных действий, среди которых особое значение приобретает сфера информационно-психологического противоборства. А. Г. Караяни и Ю. М. Караяни (2021) указывают, что произошло смещение вектора информационно-психологического воздействия с преимущественно враждебных аудиторий на широкие массы населения враждебных, нейтральных, дружественных стран и превращение самого населения в главную силу политических преобразований в лагере противника, что привело к изменению взглядов на реципиентов и целевые аудитории [2].

Еще в 1960 году Генштаба полковник Русской императорской армии, профессор военных наук Евгений Эдуардович Месснер (1891-1974) предсказал, что главным театром военных действий в XXI веке станет ментальная сфера: «В прежних войнах важным почиталось завоевание территории. Впредь важнейшим будет почитаться завоевание душ во враждующем государстве. Воевать будут не на двухмерной поверхности, как встарь, не в трехмерном пространстве, как было во времена зарождения военной авиации, а в четырехмерном, где психика воюющих народов является четвертым измерением...» [3]

Свои научные открытия Е. Э. Месснер изложил в тетралогии под общим названием «Проблемы войны и мира», в которую вошли книги: «Лик современной войны» (1959), «Мятеж – имя Третьей Всемирной» (1960), «Современные офицеры» (1961), «Всемирная Мятежевойна» (1971). Именно в этих трудах сформулирована и «озвучена» идея новой формы вооруженной борьбы – «борьбы мятежом» и разработана концепция информационно-психологической войны.

Пожалуй, что по уровню революционности военной мысли Е. Э. Месснера можно поставить в один ряд с Карлом фон Клаузевицем, ведь при мятежевойне меняются не только средства, но и цели войны, что хорошо иллюстрируют произошедшие за последние 30 лет на Украине изменения. «Цель мятежевойны – взять в плен» вражеский народ. Не физически, но психологически: сбить его с его идейных позиций, внести в его душу смущение и смятение. Война на нервах в эпоху, когда народы неврастеничны, требует от стратегов весьма продуманного обращения с главным фактором войны – с психикой воюющего народа...» [3].

После работ Д. Ная (2006) стало принято различать жесткую силу (hard power) и мягкую силу (soft power). Жесткая сила ориентирована на использование метода кнута и пряника для получения желаемого результата. Мягкая сила (soft power) дает возможность привлекать людей на свою сторону без применения насилия.

Одним из значимых отличий жесткой силы и мягкой силы становится цифровизация первой и необходимость личного контакта для второй. Поэтому неслучайно, полем противоборства для сторон, использующих жесткую силу, в основном становятся СМИ и социальные сети, где акцент делается на использование технологии «втягивания в активность» при помощи психологических манипуляций – крючков мемов. Ряд исследователей указывают, что мемы рассчитаны именно на «цифровых аборигенов» [1].

В основе мягкой силы – идеализация образа определенной страны или группы стран, формирование присущего гражданам этих стран мировоззрения, системы ценностей и стиля жизни. Применение мягкой силы способствует формированию в стране-жертве группы внутренних эмигрантов, в терминологии С. Л. Франка «укорененных» в культуре страны-агрессора. Необходимо отметить, что в отличие от жесткой силы, мягкая сила действует только в легитимной среде. Поэтому не случайно, проводниками мягкой силы традиционно считаются преподаватели, получившие образование за рубежом и ретранслирующие на своей родине не только полученные профессиональные знания, но и сформировавшуюся за время обучения систему ценностей.

Однако есть еще одна профессиональная группа, являющаяся проводником мягкой силы и до сего момента остающаяся в тени – психотерапевты. Психотерапия в данной статье понимается в духе Страсбургской декларации психотерапии (1991) как независимая профессия, объединяющая врачей, психологов, специалистов по социальной работе и педагогов» [4].

Методы психотерапии имеют клиническое, психологическое и мировоззренческое измерение. Только от специалиста зависит на каком из этих измерений будет сделан акцент во время консультации. Необходимо отметить, что начиная с 50-х годов в США новые подходы в психотерапии разрабатывались для решения не только клинических, но и социально-политических задач. Примером тому является история разработки семейной формы психотерапии. А проблеме медиализации наказания за нарушения социальных норм посвящено множество научных статей и монографий [4].

В контексте описания мягкой силы важно подчеркнуть, что в психотерапии в полном объеме реализуется технология «подталкивания», предложенная нобелевским лауреатом Р. Талером [6]. Психотерапевт избегает жестких императивов, которые создают у клиента ощущение манипулирования. Напротив, психотерапевт в ходе обсуждений мягко «подталкивает» клиента в нужном направлении встраивая мечты клиента в русло определенного мировоззрения и системы ценностей по принципу большие изменения малыми порциями. Важно, что психотерапевт адаптирует свою работу под каждого клиента персонально. Для каждого находят нужные только ему лично слова. Большое внимание уделяется легитимности психотерапии. Считается, что легитимность напрямую связана с безопасностью клиента и является категорией профессиональной этики.

Поэтому не случайно, в США, Германии, Великобритании и некоторых других Западных странах методы психотерапии рассматриваются как элементы мягкой силы, направленной на формирование прозападного мировоззрения и системы ценностей. Продвижение определенных психотерапевтических методов на территории Восточной Европы, Постсоветского пространства и Китая финансируются западными фондами, аффилированными с государственными структурами. Так можно вспомнить, что на Украине западная психотерапия начала массово укореняться при поддержке различных западных фондов и институтов, начиная примерно с 2005, а в Белоруссии – с 2012 года.

Важно, что современная психотерапия институализирована как вертикально интегрированная структура. Карьера в любой психотерапевтической модальности связана с прохождением обучения, личной терапии, супервизии и получением подтверждающих сертификатов в строго определенных институтах, которые можно назвать центрами принятия решений.

Предъявляемые требования могут быть самыми разными и включать в себя не только набор профессиональных навыков и умений, а например, продвигать либерально-глобалистские ценности или быть адептом определенного религиозного течения.

В России по разным оценкам насчитывается от 40 до 60 тысяч частнопрактикующих специалистов в области психотерапии, практической психологии и коучинга, охватывающих своими услугами 20-30% населения. Подавляющее число из них работают в западных модальностях и проходят супервизии у лидеров западной психотерапии. Как следствие, подавляющее количество данных специалистов транслируют своим клиентам западные ценности.

Особенно ярко это проявилось после начала СВО на Украине, когда целый ряд лидеров российской психотерапии открыто высказал свои антироссийские и проукраинские позиции.

Важно отметить, что в странах коллективного Запада сформированы институциональные ограничения, препятствующие разработке новых российских психотерапевтических методов и распространению этих новых российских методов в западных странах. Иллюстрацией этого является тот факт, что за 30-ть лет работы Европейской Ассоциации Психотерапевтов только один российский метод психотерапии был аккредитован данной организацией в то время, как западные методы, представляющие Европейскую Ассоциацию Психотерапию, аккредитуются в России автоматически.

Организация исследования

В апреле 2022 года в ВКонтате нами был проведен опрос российских психотерапевтов «Уважаемые коллеги, способны ли Вы отличить Добро от Зла?», в котором принял участие 86 специалистов. Выборка носила случайный характер. Результаты опроса приводятся в Таблице 1.

Таблица 1. Результаты опроса психотерапевтов Вконтате:
«Уважаемые коллеги, способны ли Вы отличить Добро от Зла?»

Ответы	Абс.	%
Да	52	60,4%
Нет	4	4,7%
Не мне решать, что есть Добро и Зло	12	14,0%
Всё так сложно, что я не могу принять однозначное решение	18	20,9%
	86	100%

Результаты исследования и выводы

Результаты опроса (n=86), в считающейся патриотически-ориентированной аудитории социальной сети ВКонтате показательны – почти 40% российских психотерапевтов признают, что не в состоянии отличить Добро от Зла. В ситуации, когда основным актуальным запросом клиентов является выработка собственной позиции по отношению к СВО на Украине, данный показатель свидетельствует о растерянности самих специалистов. Титов В. В. (2020) в числе основных факторов, определяющих развитие процесса идентификационной трансформации массового сознания, выделяет изменение коммуникативного ландшафта, слабость когнитивного и символического фундамента гражданской самоидентификации, расплывчатость темпоральных границ «образа нас», аморфность наполнения «образа коллективного будущего» [7].

Нам видится, что, в свете сказанного, решением проблемы станет снятие негласного общественного запрета на разработку российских методик мировоззренческой психотерапии (для западных специалистов таких ограничений нет) и развитие проактивности (в нашем понимании) у специалистов помогающих профессий и, прежде всего, психотерапевтов и психологов-консультантов.

Проактивность – это смыслоцентрированное свойство взрослой здоровой личности, основанное на этике альтруизма и «мотивах долга», связанное с умением оперировать большими пластами времени, аккумулировать и экономно использовать любые виды ресурсов, необходимые для достижения отдаленных по времени жизненных целей и проявляющееся на личностном и/или общечеловеческом уровнях (Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., 2015). Проактивный тип совладающего поведения характеризуется максимально выраженным применением проактивного и просоциального копинг-стилей и отсутствием обращения к асоциальному копинг-стилю. Проактивный тип совладающего поведения является ведущим на высшем уровне функционирования личности, где находятся гипердаптированные ориентированные на будущее люди, руководствующиеся этикой альтруизма и мотивами долга. Преобладание мотивов долга обеспечивается высоким уровнем интеллекта, высших чувств и наличием сильной воли, проявляющихся в когнитивной, эмоциональной и поведенческой составляющих отношений [5].

Необходимо проактивно включать специалистов помогающих профессий, их клиентов и организации в процесс смыслообразования в ходе которого свое собственное понимание актуальной ситуации соотносится с моделями отдаленного позитивного будущего России.

Список литературы

1. Елистратов В. Господин Мем. Нам навязали очередной дарвинизм – информационный: представление о борьбе мемов, в котором выживают сильнейшие // Изборский клуб. Русские стратегии. – 2018. – №4 (60). – С. 2-7.\
2. Караяни А. Г., Караяни Ю. М. Информационно-психологическое воздействие в контексте парадигмы стратегических коммуникаций // Национальный психологический журнал. – 2021. – №1. (41). – С. 3-14.

3. Месснер Е. Э. Всемирная мятежевойна. – М.: Кучково поле, 2004. – 511 с.
4. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
5. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Незнанов Н. Г., и соавт. Психологические особенности реактивного, активного и проактивного типов совладающего поведения: уровневый подход // Психиатрия, психотерапия и клиническая психология. – 2019. – т. 10. № 3. – С 539-545.
6. Талер Р., Санстейн К. Архитектура выбора. Как улучшить наши решения о здоровье, благосостоянии и счастье. – М.: Манн, Иванов, Фербер, 2017. – 240 с.
7. Титов В. В. К вопросу о конструировании национально-гражданской идентичности российской молодежи в цифровую эпоху // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. – 2020. – №57. – С. 257-264.

MODERN PSYCHOTHERAPY AS AN ELEMENT OF PROACTIVE SOFT POWER

Slabinsky V. Yu., Candidate of Medical Sciences, Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Voishcheva N. M., Candidate of Psychological Sciences, Vice-Rector, Professor, Head of the Department of Labor Psychology and Health Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Abstract. The start of a special military operation in Ukraine on demilitarization and denazification led to a bright manifestation of a number of trends in a variety of areas of life. One of these trends was the culture of the abolition of Russianism in all its manifestations (cultural, scientific, historical, etc.), which shows the transformation of military doctrine and the formation of new theaters of war, among which the sphere of information and psychological confrontation is of particular importance. Back in 1960, E. E. Messner (1891-1974) predicted that in the 21st century the mental sphere would become the main theater of military operations.

It is customary to distinguish between hard power and soft power. Hard power is associated with using the carrot and sticks method to produce the desired result. Soft power makes it possible to attract people to your side without the use of violence.

In the USA, Germany, Great Britain and some other Western countries, psychotherapy methods are seen as elements of soft power aimed at forming a pro-Western worldview and value system. The promotion of certain psychotherapeutic methods in Eastern Europe, post-Soviet countries and China is financed by Western funds affiliated with government agencies. Therefore, we can recall that western psychotherapy in Ukraine began to take root in the population with the support of various western foundations and institutions, starting around 2005, and in Belarus since 2012

In April 2022, on VKontakte, we conducted a survey of Russian psychotherapists "Dear colleagues, are you able to distinguish Good from Evil?" 86 specialists participated in the survey. The sample group was random. Almost 40% of respondents admitted that they were unable to distinguish Good from Evil. In a situation where the main urgent request of clients is to develop their own position in relation to a special military operation in Ukraine, this indicator shows the confusion of the specialists themselves working in western psychotherapeutic approaches.

In order to solve the problem, it is necessary to remove the unspoken public ban on the development of Russian methods of worldview psychotherapy (there are no such restrictions for western specialists) and the development of proactive psychotherapists and psychologists-consultants.

Key words: proactivity, positive dynamic psychotherapy, relationship psychology, soft power, self-attitude, patriotism, image of the future, stress.

References

1. Elistratov V. Gospodin Mem. Nam naviazali ocherednoi darvinizm – informatsionnyi: predstavlenie o bor'be memov, v kotorom vyzhivaiut sil'neishie [Mister Meme. We are forced to believe in another darvinist conception: the idea that memes struggle, and the most apt ones survive]. Izborskii klub. Russkie strategii [Izborsk club. Russian strategies]. – 2018. – №4 (60). – S. 2-7.
2. Karaiani A. G., Karaiani Iu. M. Informatsionno-psikhologicheskoe vozdeistvie v kontekste paradigmy strategicheskikh kommunikatsii [Information and psychological impact in the context of strategic communications paradigm]. Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal [National psychological journal]. – 2021. – №1. (41). – S. 3-14.
3. Messner E. E. Vsemirnaia miatezhevoina [World mutiny war]. – М.: Kuchkovo pole, 2004. – 511 s.
4. Slabinskii V. Iu. Psikhoterapiia [Psychotherapy]. Uchebnik dlia vuzov. Standart tret'ego pokoleniia. – SPb.: Piter, 2020. – 608 s.
5. Slabinsky V. Iu., Voishcheva N. M., Neznanov N. G., i soavt. Psikhologicheskie osobennosti reaktivnogo, aktivnogo i proaktivnogo tipov sovladaushchego povedeniia: urovnevnyi podkhod [Psychological features of reactive, active and proactive types of coping behavior: level approach]. Psikhiiatriia, psikhoterapiia i klinicheskaia psikhologiiia [Psychiatry, psychotherapy and clinical psychology]. – 2019. – т. 10. № 3. – S 539-545.
6. Taler R., Sanstein K. Arkhitektura vybora. Kak uluchshit' nashi resheniia o zdorov'e, blagosostoianii i schast'e [Nudge: Improving decisions about health, wealth, and happiness]. – М.: Mann, Ivanov, Ferber, 2017. – 240 s.
7. Titov V. V. K voprosu o konstruirovanii natsional'no-grazhdanskoj identichnosti rossiiskoi molodezhi v tsifrovuiu epokhu [On the creation of the national identity of russian youth in the digital age]. Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta. Filosofiiia. Sotsiologiiia. Politologiiia [Tomsk State University Journal of Philosophy, Sociology and Political Science]. – 2020. – №57. – S. 257-264.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ КРАТКОСРОЧНОЙ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ АЛКОГОЛЬНОЙ ЗАВИСИМОСТИ В КОНТЕКСТЕ ПРЕВЕНЦИИ СОЦИАЛЬНОГО СИРОТСТВА (ПИЛОТНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ)

Слабинский Владимир Юрьевич, кандидат медицинских наук, ректор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Пивнёв Никита Сергеевич, педагог-психолог отдела профилактики безнадзорности несовершеннолетних, государственное бюджетное учреждение «Тверской областной Центр социальной помощи семье и детям», Тверь.

Воищева Надежда Михайловна, кандидат психологических наук, проректор, заведующая кафедрой психологии труда и психологии здоровья, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Аннотация.

Актуальность. В настоящее время в России до 40 % случаев ограничения или лишения родительских прав связано с фактором алкогольной зависимости. Мало программ, работающих с данной группой родителей. Зачастую наличие алкогольной зависимости у родителя, закрывает перед семьей двери к получению помощи и поддержки.

С 2011 года в Тверской области работает БФ «Константа». За 11 лет помощь оказана 3560 семьям, в которых проживало 8684 ребёнка. В 2018 году БФ «Константа» выиграл президентский грант для реализации проекта «Ребенок в семье». Цель проекта – сохранение целостности семьи и превенция социального сиротства. Для достижения этой цели оказывалась социальная (продукты, одежда, вещи первой необходимости), психологическая (индивидуальная и семейная психотерапия) и медицинская помощь (психиатрическое и наркологическое лечение).

За 2021 год в программу было взято 107 семей, имеющих проблемы с употреблением алкоголя, в которых воспитывалось 215 детей. После наркологической диагностики участники программы добровольно выбирали вариант психотерапии алкогольной зависимости: комплексный (эмоционально стрессовая терапия и краткосрочная позитивная динамическая психотерапия) или моно (эмоционально стрессовая психотерапия). Из 48 человек прошедших лечение от алкогольной зависимости были сформированы две группы:

Группа 1 (n=17). Средний возраст 36,06±7,05 года. Краткосрочная позитивная динамическая психотерапия и эмоционально стрессовая терапия.

Группа 2 (n=31). Средний возраст 36,60±7,50 года. Эмоционально стрессовая терапия.

Методики. Госпитальная шкала тревоги и депрессии, БАК-конфликт, Тест Дембо-Рубинштейн.

Результаты и выводы.

На входе в программу Группа 1 и Группа 2 имели схожие показатели по всем шкалам. Достоверное различие на уровне значимости $p=0,049$ по критерию Манна-Уитни выявлено только по шкале «Мы» (в Группе 1 больше, чем в Группе 2), описывающей отношение к семье.

После психотерапии были полученные различия по двум шкалам «Толерантность» и «Ты», на наш взгляд, важные в плане прогноза отсроченных по времени результатов лечения. Толерантность – это способность уступать и поступаться своими выгодами ради результатов и желаний значимых людей. А высокий результат по шкале «Ты», как говорилось выше, объясняется созависимыми отношениями. Таким образом, снижение показателей по данным шкалам в Группе 1 говорит о повышении самостоятельности пациентов, так как они становятся более склонным добиваться собственных целей и принимать решения, не основанные на желании угодить партнёру, несущему в созависимой системе деструктивное влияние.

Если говорить, что именно в структуре данной психотерапии позволяет давать такие результаты, то, прежде всего, нужно отметить способность «инструмента» (протокол краткосрочной позитивной динамической психотерапии) переводить терапию из индивидуальной формы в форму семейной психотерапии. Данная опция позволяет прорабатывать критичность мышления, меняя ракурс разбора одних и тех же событий, устранять аффективные реакции, работая с чувством вины или стыда, а также вырабатывать ответственность, позволяя задуматься о желаемом будущем семьи.

Ключевые слова: позитивная динамическая психотерапия, психология отношений, самоотношение, самооценка, алкогольная зависимость, превенция социального сиротства.

Введение

Актуальность исследования обусловлена тем, что до 40 % случаев ограничения или лишения родительских прав связано с фактором алкогольной зависимости [1]. Более того, среди государственных социальных служб, а также некоммерческих проектов по превенции социального сиротства очень мало программ и проектов, работающих с данной группой родителей. Зачастую наличие алкогольной зависимости у родителя, закрывает перед семьей двери к получению помощи и поддержки [2].

Благотворительный Фонд «Константа» ведет свою деятельность на территории Тверской области с 2011 года. За 11 лет, фонд помог 3560 семьям, в которых проживало 8684 ребёнка. Вначале фонд занимался по большей части материальной помощью – помогал Торжокскому детскому дому, затем занимался устройством детей-сирот в приемные семьи, затем были комплексно проанализированы причины попадания детей в социальные учреждения и сделан вывод о том, что больший результат может принести превенция социального сиротства. Благополучные мать и отец, являясь первыми образцами для подражания, способны подарить своим детям уверенность в завтрашнем дне. Сотрудники БФ «Константа» сделали значительный упор на работу с родителями, находящимися в трудной жизненной ситуации или в

социально опасном положении, связанном в том числе со злоупотреблением спиртными напитками, состоящими на учете в комиссиях по делам несовершеннолетних.

Отдельно необходимо отметить проблему пессимизма сотрудников различных государственных служб и ведомств. Работа с их отношением к участникам программы – одна из главных задач успешной практики. Дело в том, что присутствующий пессимизм, с одной стороны, возникает в связи с обобщением очень тяжелых случаев, а с другой – формируется из-за отсутствия у данных сотрудников действенных инструментов, помимо направления в наркодиспансер, они не владеют дополнительными методами работы.

В 2018 году БФ «Константа» выиграл президентский грант для реализации проекта «Ребенок в семье». Цель проекта – сохранение целостности семьи и превенция социального сиротства. Для достижения этой цели оказывалась социальная (продукты, одежда, вещи первой необходимости), психологическая (индивидуальная и семейная психотерапия) и медицинская помощь (психиатрическое и наркологическое лечение).

Первый комплексный подход к психотерапии алкогольной зависимости разработал В. М. Бехтерев, предложивший сочетание личностно-ориентированной психотерапии и гипносуггестивной терапии [3]. Позже данный принцип составления программ комплексной психотерапии алкогольной зависимости развивался В. М. Мясищевым, А. Р. Довженко, Г. И. Григорьевым, И. Г. Ульяновым. В 2000-2005 гг. В. Ю. Слабинским было обследовано 1002 комбатанта участника локальных военных конфликтов. Употребление алкоголя (F10.0x1 по МКБ-10) наблюдалось у 97 %. Средняя степень интоксикации (IЮ.0x2) отмечалась у 85 %, легкая степень (F10.) – у 15 %. Употребление алкоголя пациенты оправдывали прежде всего наличием алгий, а также отечественными традициями и «больной» душой. Программа комплексной психотерапии включала 5 сеансов краткосрочной позитивной динамической психотерапии и 20 ч групповой психотерапии, для купирования патологической тяги к алкоголю использовалась методика внушения наяву «новый Я». В результате комбинации психотерапевтических подходов отмечаются положительные результаты лечения [4].

Психологи БФ «Константа» прошли полную подготовку в методе позитивной динамической психотерапии, что позволило использовать ранее накопленный опыт комплексной психотерапии алкогольной зависимости.

Организация исследования

За 2021 год в программу было взято 107 семей, имеющих проблемы с употреблением алкоголя, в которых воспитывалось 215 детей. После наркологической диагностики участники программы добровольно выбирали вариант психотерапии алкогольной зависимости: комплексный (эмоционально стрессовая терапия и краткосрочная позитивная динамическая психотерапия) или моно (эмоционально стрессовая психотерапия). Из 48 человек прошедших лечение от алкогольной зависимости были сформированы две группы:

Группа 1 (n=17). Средний возраст 36,06±7,05 года. Краткосрочная позитивная динамическая психотерапия и эмоционально стрессовая терапия.

Группа 2 (n=31). Средний возраст 36,60±7,50 года. Эмоционально стрессовая терапия.

Методики

1. The Hospital Anxiety and Depression scale (HADS) / Госпитальная шкала тревоги и депрессии (Zigmond A. S., Snaithe R. P., 1983) относится к субъективным шкалам и предназначена для скринингового выявления тревоги и депрессии. В 1993 г. М. Ю. Дробижевым шкала адаптирована для русскоязычной популяции. Шкала составлена из 14 утверждений, обслуживающих 2 субшкалы: тревога (HADSт) и депрессия (HADSд).

2. Опросник «БАК-конфликт» В. Ю. Слабинского – позволяет исследовать три кластера системы отношений по В. Н. Мясищеву: «отношение к другому – ключевой конфликт» (19 характерологических шкал), «отношение к миру вещей и явлений – актуальный конфликт» (4 шкалы), «отношение к себе – базовый конфликт» (5 шкал).

3. Шкала самооценки Дембо-Рубинштейн – методика проводится в форме свободной беседы. Самооценка оценивается по категориям: ум, характер, здоровье, счастье, успешность, карьера.

Результаты исследования

На входе в программу Группа 1 и Группа 2 имели схожие показатели по всем шкалам. Достоверное различие на уровне значимости $p=0,049$ по критерию Манна-Уитни выявлено только по шкале «Мы» (в Группе 1 больше, чем в Группе 2), описывающей отношение к семье.

В Таблице 1 представлены показатели тестов БАК-конфликт, HADS и Дембо-Рубинштейн до и после участия в программе в Группе 1 и Группе 2.

Таблица 1. Показатели тестов до и после участия в программе в Группе 1 и Группе 2, изменения по критерию Уилкоксона при $p \leq 0,05$

Показатель	Группа 1, n=17				Группа 2, n=31			
	M ± σ		Критерий Уилкоксона		M ± σ		Критерий Уилкоксона	
	до	после	Z	p	до	после	Z	p
БАК-конфликт								
Аккуратность	9,2±1,5	9,5±1,6			9,1±1,8	9,7±1,4		
Чистоплотность	10,9±1,3	9,8±1,3	-2,582	0,010	11,1±1,2	9,8±1,6	-3,137	0,002
Пунктуальность	9,9±1,3	10,3±1,4			9,9±1,7	9,7±1,5		
Вежливость	10,9±1,4	10,2±1,2	-2,142	0,032	10,4±1,4	9,6±1,2	-2,375	0,018
Искренность	9,1±2,2	8,9±2,2			9,2±1,8	9,0±1,8		
Усердие	9,8±1,3	9,4±1,9			9,9±1,8	9,1±2,0	-2,105	0,035
Обязательность	10,1±1,8	10,3±1,4			10,1±1,5	9,9±1,2		
Бережливость	9,6±1,4	9,0±3,0			9,9±1,7	9,6±1,7		
Послушание	7,6±2,5	8,3±1,9			8,0±1,7	8,7±1,7		
Справедливость	9,2±1,6	10,2±1,6			9,0±1,7	10,0±1,5	-2,674	0,007
Верность	10,9±1,1	9,1±1,4	-3,161	0,002	10,2±1,3	8,9±1,5	-3,242	0,001
Терпение	10,4±1,5	10,6±1,2			9,4±1,8	10,1±1,1	-2,230	0,026
Чувство времени	9,1±1,8	9,8±1,9			8,8±2,3	9,5±1,2		
Общительность	7,2±2,0	8,4±1,6	-2,339	0,019	7,4±2,1	8,6±1,3	-2,560	0,010
Доверие	7,9±2,1	7,3±2,3			8,0±1,9	8,0±1,7		
Оптимизм	10,8±1,2	10,6±1,7			10,1±1,4	10,7±1,1		
Нежность	9,1±1,6	9,1±1,6			8,4±1,3	8,3±1,5		
Толерантность	10,4±1,4	9,2±1,8	-2,017	0,044	9,5±2,3	9,0±1,6		
Вера	7,4±1,5	9,1±1,5	-2,523	0,012	7,7±2,3	9,1±1,3	-2,488	0,013
Телесность	7,4±2,0	7,2±2,2			7,3±2,3	7,3±2,2		
Результативность	8,6±2,3	8,1±1,8			8,6±2,5	7,9±2,0		
Социальность	8,9±1,6	9,1±1,5			9,1±1,5	8,7±1,5		
Духовность	9,5±1,5	9,4±1,8			9,7±1,8	8,9±1,6	-2,123	0,034
Я-женское	7,3±1,8	8,7±1,8	-2,544	0,011	7,7±1,9	8,9±1,6	-2,797	0,005
Я-мужское	7,5±2,0	7,4±2,0			8,6±1,7	7,5±1,4	-2,001	0,045
Ты	9,4±1,8	8,2±1,8	-2,330	0,020	9,7±1,8	9,2±1,3		
Мы	9,5±1,8	7,7±2,2	-2,693	0,007	8,6±1,7	7,2±2,1	-2,587	0,010
Пра-мы	9,5±2,3	8,3±2,4			9,2±2,3	8,4±2,0		
HADS								
Тревожность	8,1±4,4	5,9±3,7			8,3±4,0	6,1±3,6	-3,103	0,002
Депрессивность	5,8±3,4	4,2±3,6			5,1±3,4	5,0±4,0		
Дембо-Рубинштейн								
Ум (реальный)	63±19	69±19			54±22	60±19		
Ум (идеальный)	76±16	73±25			80±17	72±20		
Здоровье (реальный)	62±26	71±19			54±31	58±23		
Здоровье (идеальный)	85±17	84±17			87±17	79±21		
Характер (реальный)	69±20	76±13			59±27	66±23		
Характер (идеальный)	79±19	80±14			75±22	76±17		
Счастье (реальный)	58±25	79±19	-3,243	0,001	63±28	71±22	-2,004	0,045
Счастье (идеальный)	83±24	85±17			91±12	83±21	-2,207	0,027
Успешность (реальный)	48±24	73±18	-3,195	0,001	49±26	68±20	-4,162	0,000
Успешность (идеальный)	77±22	84±16			83±22	82±17		
Карьера (реальный)	44±29	58±23	-2,059	0,39	45±29	67±19	-3,898	0,000
Карьера (идеальный)	77±20	76±21			76±24	79±16		

Анализируя Таблицу 2, можно отметить, что к началу психотерапии представители обеих групп имели адекватную самооценку, что в контексте злоупотребления алкоголем может интерпретироваться как отсутствие критики к своему болезненному состоянию. Кроме того, в Группе 1 снизились показатели по шкалам «Ты» в сегменте самотношения и «Толерантность» в сегменте характера.

По результатам психотерапии риск изъятия ребенка из семьи сохранился в 36% случаев (в основном это отказавшиеся от психотерапии), а для 64% семей эта угроза миновала, что может считаться хорошим психотерапевтическим результатом.

Обсуждение и выводы

Полученные различия по двум шкалам «Толерантность» и «Ты», на наш взгляд, важны в плане прогноза отсроченных по времени результатов лечения. Толерантность – это способность уступать и поступаться своими выгодами ради результатов и желаний значимых людей. А высокий результат по шкале «Ты», как говорилось выше, объясняется созависимыми отношениями. Таким образом, снижение показателей по данным шкалам говорит о повышении самостоятельности пациентов, так как они становятся более склонным добиваться собственных целей и принимать решения, не основанные на желании угодить партнёру, несущему в созависимой системе деструктивное влияние.

Если говорить, что именно в структуре данной психотерапии позволяет давать такие результаты, то, прежде всего, нужно отметить способность «инструмента» (протокол краткосрочной позитивной динамической психотерапии) переводить терапию из индивидуальной формы в форму семейной психотерапии. Данная опция позволяет прорабатывать критичность мышления, меняя ракурс разбора одних и тех же событий, устранять аффективные реакции, работая с чувством вины или стыда, а также вырабатывать ответственность, позволяя задуматься о желаемом будущем семьи.

Список литературы

1. Вяльшина А. А. Распространение курения и употребления алкоголя среди сельского населения России. Социальные аспекты здоровья населения [сетевое издание] 2021; 67(5):8. URL: <http://vestnik.mednet.ru/content/view/1304/30/lang,ru/>. DOI: 10.21045/2071-5021-2021-67-5-8.
2. Пищаева А.С. Методики социальной работы с семьями, имеющими алкозависимых членов // MODERN SCIENCE. – 2021. № 4 – 1. – С. 395-398.
3. Слабинский В. Ю. Психотерапия. Учебник для вузов. Стандарт третьего поколения. – СПб.: Питер, 2020. – 608 с.
4. Слабинский В. Ю., Воищева Н. М., Шарт А. Е. Психотерапия посттравматического стрессового расстройства, осложненного приемом алкоголя. // Вестник психотерапии., 2017. – N 64 (69) – С. 106-114.

EVALUATION OF THE EFFICACY OF SHORT-TERM POSITIVE DYNAMIC PSYCHOTHERAPY IN THE TREATMENT OF ALCOHOL DEPENDENCE IN THE CONTEXT OF PREVENTION OF SOCIAL ORPHANHOOD (PILOT RESEARCH)

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Pivnev N. S., Teacher-psychologist of the Department of prevention of neglect of minors, state budgetary institution "Tver Regional Center for Social Assistance to Families and Children", Tver.

Voishcheva N. M., Ph.D., Vice-Rector, Head of the Department of Labor and Health Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of attitudes, St. Petersburg.

Annotation

Relevance. Currently in Russia, up to 40% of cases of restriction or deprivation of parental rights are associated with the factor of alcohol dependence. There are few programs that work with this group of parents. Often, the presence of alcohol dependence in a parent closes the door for the family to receive help and support.

Since 2011, the Constanta Charitable Foundation has been operating in the Tver Region. For 11 years, assistance was provided to 3,560 families with 8,684 children. In 2018, the Constanta Charitable Foundation won a presidential grant for the implementation of the Child in the Family project. The goal of the project is to preserve the integrity of the family and prevent social orphanhood. To achieve this goal, social (food, clothing, essentials), psychological (individual and family psychotherapy) and medical care (psychiatric and drug treatment) were provided.

In 2021, 107 families with problems with alcohol consumption were taken into the program, in which 215 children were brought up. After narcological diagnosis, program participants made free choice the option of alcohol addiction psychotherapy: complex (emotionally stressful therapy and short-term positive dynamic psychotherapy) or mono (emotionally stressful psychotherapy). Of the 48 people who underwent treatment for alcohol dependence, two groups were formed:

Group 1 (n=17). Mean age 36.06±7.05 years. Short-term positive dynamic psychotherapy and emotional stress therapy.

Group 2 (n=31). The average age is 36.60±7.50 years. Emotionally stress therapy.

Methods. Hospital Anxiety and Depression Scale, LHC conflict, Dembo-Rubinstein test.

Results and conclusions. At the entrance to the program, Group 1 and Group 2 had similar scores on all scales. A significant difference at a significance level of p=0.049 according to the Mann-Whitney test was found only on the "We" scale (more in Group 1 than in Group 2), which describes the attitude towards the family.

After psychotherapy, there were obtained differences on two scales "Tolerance" and "You", in our opinion, are important in terms of predicting delayed treatment results. Tolerance is the ability to give in and give up your benefits for the sake of the results and desires of significant people. And the high result on the "You" scale, as mentioned above, is explained by co-dependent relationships. Thus, the decrease in indicators according to these scales in Group 1 indicates an increase in the independence of patients, as they become more inclined to achieve their own goals and make decisions that are not based on the desire to please a partner who has a destructive influence in the codependent system.

If we say that it is in the structure of this psychotherapy that it is possible to give such results, then, first of all, it is necessary to note the ability of the "tool" (protocol of short-term positive dynamic psychotherapy) to transfer therapy from an individual form to the form

of family psychotherapy. This option allows you to work out critical thinking by changing the perspective of analyzing the same events, eliminate affective reactions by working with feelings of guilt or shame, and also develop responsibility, allowing you to think about the desired future of the family.

Key words: positive dynamic psychotherapy, relationship psychology, self-attitude, self-esteem, alcohol dependence, prevention of social orphanhood.

References

1. Vial'shina A. A. Rasprostranenie kurenii i upotrebleniia alkogolia sredi sel'skogo naseleniia Rossii. [Spread of smoking and alcohol consumption among the rural population of Russia] Sotsial'nye aspekty zdorov'ia naseleniia [setevoe izdanie] 2021; 67(5):8. URL: <http://vestnik.mednet.ru/content/view/1304/30/lang,ru/>. DOI: 10.21045/2071-5021-2021-67-5-8.
2. Pishchaeva A. S. Metodiki sotsial'noi raboty s sem'iami, imeiushchimi alkozaivsimykh chlenov [Methods of social work with families with alcohol dependent members] MODERN SCIENCE. 2021. № 4-1. S. 395-398.
3. Slabinskii V. Iu. Psikhoterapiia. Uchebnik dlia vuzov. Standart tret'ego pokoleniia. [Psychotherapy. Textbook for high schools. third generation standard] SPb.: Piter, 2020. 608 s.
4. Slabinskii V. Iu., Voishcheva N. M., Shart A. E. Psikhoterapiia posttravmaticheskogo stressovogo rasstroistva, oslozhnennogo priemom alkogolia. [Psychotherapy of post-traumatic stress disorder complicated by alcohol intake] Vestnik psikhoterapii., 2017. N 64 (69) S. 106-114.

ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ КЛЮЧЕВЫХ ПОНЯТИЙ ГИПНОЗА: ШАГ К ЕДИНОЙ МОДЕЛИ

Снигур Владимир Сергеевич, info@vladimirsnigur.ru, Москва, частная практика.

Аннотация. В этой работе предпринят шаг к созданию единой структуры и понимания ключевых компонентов и механизмов гипноза как коммуникативного процесса с практической точки зрения. Рассматривается роль идеодинамического эффекта как ключевого механизма гипноза, значение психологических и социальных факторов, модулирующих гипнотический ответ и составляющих «рамку» гипноза, а также механизм положительной обратной связи как элементарную единицу гипнотической интервенции. Рассматривается концепция сопротивления гипнозу с точки зрения механизмов обратной связи. Проведены параллели с некоторыми подходами, использующими окологипнотические и экспириенциальные элементы, а также очерчен круг вопросов, требующих дальнейшего исследования.

Ключевые слова: гипноз, внушение, диссоциация, идеодинамический эффект, сопротивление.

Введение

В современном теоретическом понимании гипноза существует три направления: неодиссоциативное, социокогнитивное и интерактивно-феноменологическое [18]. Регулярно предпринимаются попытки определить его, в той или иной степени интегрировав теоретические и практические представления и учесть сложность гипноза как явления. Разные авторы делают акцент на разных аспектах гипноза. Элкинс с соавторами [8] прослеживают развитие определения гипноза с акцентом на таких его аспектах как гипноз-как-процедура и гипноз-как-состояние. Зейг [26] рассматривает гипноз с феноменологической точки зрения, подчёркивая важность одновременного рассмотрения гипноза с позиции пациента, терапевта и наблюдателя, а также значение контекста – определения ситуации как «гипноз». Шорт [21] в определении разговорного гипноза делает акцент на целенаправленном использовании внушения для активации автоматических/диссоциированных реакций.

Анализируя и сравнивая эти подходы, опытный практик может обратить внимание, что каждый из них со своей стороны описывает единый сложный процесс, который нам приходится наблюдать в своей работе. Нет единства мнений по поводу того, что составляет его природу, особенно если учитывать не только клинический/экспериментальный контекст, но и другие варианты его применения, например, эстрадный гипноз. Кроме того, существуют сложности в том, чтобы увязать гипноз с психотерапевтическими мейнстрим-подходами. Следующие вопросы предлагаются в качестве отправной точки:

- Как связаны между собой внушение и гипноз?
- Чем гипноз отличается, если отличается, от негипнотических и других экспириенциальных интервенций?
- Каковы основные компоненты гипноза, применимые и для практики, и для преподавания?
- Как сочетаются в гипнозе формальный аспект (гипноз как процедура), отношенческий аспект (гипноз как модель отношений), коммуникативный аспект (гипноз как способ коммуникации), внутриспсихический аспект (гипноз как состояние)?
- Как вписывается гипноз в психотерапевтический процесс? Где он «начинается» и где «заканчивается»?

В попытке приблизиться к ответу на эти вопросы предлагается разложить гипноз как единое явление на несколько компонентов: *механизм гипноза, ключевые феномены гипноза, рамку гипноза*, и на основе этого дать определение гипноза и описать его элементарную единицу.

Приведённый здесь анализ основывается на психотерапевтической работе с амбулаторными пациентами, на опыте преподавания клинического гипноза, а также на обширном восьмилетнем переводческом опыте в сотрудничестве с коллегами из когнитивно-поведенческого, психодинамического и других направлений психотерапии. Сложности, возникающие в контексте преподавания гипноза, в последнее время чаще становятся предметом рассмотрения западных специалистов, и признаётся недостаточный объём внимания, уделяемого этой теме (например, [22]). При встрече с

необходимостью преподавать основы гипноза для специалистов различных профилей возникает множество вопросов, в том числе потребность в поиске универсальной терминологии, которая сочетается с разными психотерапевтическими подходами.

Идеодинамика как механизм гипноза

Идеомоторный эффект известен начиная с середины XIX века и подразумевает бессознательное выполнение моторных актов в результате произвольного моторного проявления идеи. Идеомоторный эффект известен в сфере гипноза в виде таких гипнотических феноменов как автоматическое письмо, гипнотическая катаlepsия и левитация и др. Однако эффект спонтанного проявления идеи не ограничивается моторной сферой. Внушение может вызывать изменения во всех сферах субъективного опыта – в когнитивной, аффективной, сенсорной, моторной и даже вегетативной [9]. Поэтому такой автоматический эффект спонтанного проявления или реализации идеи можно было бы более широко обозначить как идеодинамический эффект. Термин ввёл врач Дэниел Ноубэл в своей лекции «Об идеях и их динамическом влиянии» [20].

Стоит, однако, заметить, что идеодинамический эффект нельзя приписывать исключительно гипнозу и внушению. Среди многих специалистов по гипнозу существует консенсус о том, что большинство гипнотических феноменов можно наблюдать в повседневной жизни. Идеодинамический эффект можно наблюдать на повседневной основе вне контекста гипноза, транса или каких-либо изменённых состояний сознания. Фрейд в классической работе «Психопатология обыденной жизни» [11] описывал множество примеров того, что называл парапраксис, – оговорки, промахи, оплошности, которые, видимо, происходят вследствие спонтанного проявления вытесненной или подавленной мысли.

Идеодинамический эффект – *непроизвольная реализация идеи в субъективном опыте. Он может задействовать когнитивную, аффективную, моторную, сенсорную, вегетативную сферу. Может быть немедленным или отложенным.*

Как можно судить о непроизвольности проявления идеи? Она будет характеризоваться некоторым сочетанием следующих особенностей:

- удивление/эффект новизны,
- относительная субъективная непредсказуемость,
- относительная субъективная неуправляемость,
- отсутствие волевого усилия/субъектности/agency,
- задействование сфер субъективного опыта, ограниченно подверженных волевому влиянию.

Немедленный идеодинамический эффект можно наблюдать в результате внушений, действующих разные модальности и подразумевающих немедленную реакцию, например, изменения в сенсорной, моторной сфере, аффективной сфере. В качестве примера отложенного идеодинамического эффекта можно привести прайминг/посев идей, постгипнотические внушения, разные варианты когнитивного реструктурирования и других стратегических интервенций.

Идеодинамический эффект как спонтанная реализация идеи в субъективном опыте представляется *ключевым внутриспсихическим механизмом* гипноза. Внушение, в таком случае – любая коммуникация, вызывающая идеодинамические реакции.

Гипноз как фасилитация идеодинамического эффекта

Гипноз может значительно усиливать этот эффект и делать его более управляемым. С технической точки зрения механизм фасилитации идеодинамического эффекта был описан Эриксоном и Росси [9], который подразумевает 1) фиксацию внимания, 2) депотенциализацию сознательных установок, 3) бессознательный поиск, 4) бессознательные процессы и 5) гипнотический ответ. Независимо от конкретной технической реализации, результатом процедуры, которую мы называем гипнотической индукцией, является определенное состояние сознания, характеризующееся определёнными ключевыми феноменами, подробно описанными эриксоновскими авторами. Так, Зейг [26] описывает четыре феномена гипноза. Изменения во внимании и в интенсивности неразрывно связаны друг с другом: сфокусированное внимание вместе с углублением диссоциации естественным образом ведёт к повышению интенсивности того, что находится в фокусе внимания, и ослаблению «фона». Поэтому имеет смысл объединить их и выделить три ключевых феномена.



Рис. 1. Ключевые феномены гипноза.

Интервенции, направленные на сдвиги в этих трёх сферах, составляют суть гипнотической индукции. Гипнотические техники – непосредственные коммуникативные сигналы разной сложности, направленные на изменение фокуса внимания, степени межличностной откликаемости и диссоциации, что отражает особенности гипнотического состояния и способствует усилению идеодинамического эффекта, который, в свою очередь, позволяет вызывать терапевтические изменения или экспериментальные эффекты.

На основе этого предлагается следующее широкое определение гипноза:

это процесс использования коммуникативных сигналов одним человеком для целенаправленной активации идеодинамического эффекта у другого человека или группы людей.

Мы можем судить о том, является ли тот или иной процесс взаимодействия «гипнозом», по тому, происходит ли целенаправленная активация идеодинамического эффекта, т.е. спонтанной реализации идей, передаваемых субъекту и/или возникающих в его психике.

Однако одного лишь применения гипнотических техник, направленных на создание описанных выше феноменов, недостаточно для создания устойчивого идеодинамического эффекта. Эффективности гипнотических техник напрямую связана с темой гипнабельности и с дискуссией о том, все ли люди восприимчивы к гипнозу. Исследования показывают, что в гипнотическом реагировании важную роль играют как структурные особенности мозга, так и функциональные взаимодействия регионов мозга [10; 14; 15; 16; 17]. Однако, на гипнабельность оказывают влияние психологические и социальные факторы, которые необходимо учитывать перед началом гипнотической индукции. Эти факторы задают рамку, в которой происходит непосредственно гипнотическая индукция и терапевтическая/экспериментальная работа.

Рамка гипноза

Рамка гипноза – это набор межличностных и внутриличностных факторов, которые влияют на эффективность гипнотических техник. Психологические и социальные факторы регулярно упоминаются в качестве модерирующих факторов гипноза [13; 15; 18; 19]. Вместо рассмотрения по-отдельности когнитивных, социальных, контекстуальных и других переменных с практической точки зрения для удобства и наглядности выделим четыре ключевых фокусных точки, которые объединяют в себе связанные психологические и социальные факторы.



Рис. 2. Рамка гипноза.

1. Отношения/Relation

Это характеризует модель отношений между терапевтом и пациентом. Отношения могут происходить в спектре от более традиционной авторитарной модели до более перmissiveй сотрудничающей модели. Отношения могут испытывать значительное влияние со стороны бессознательных процессов и терапевта, и пациента. В аналитических терминах это может характеризовать качество объектных отношений, переноса-контрпереноса.

2. Намерение/Intention

Намерение характеризует цель, которую ставит перед собой пациент, вступая в терапевтические отношения и соглашаясь на сеанс гипноза. Косвенно она связана с более бессознательными мотивационными компонентами, но отражает, скорее, сознательный компонент, связанный с целеполаганием. Не всегда возможно проследить отчётливую сознательную цель у пациента, особенно в острых ситуациях, но по крайней мере у терапевта должно быть представление о цели, к которой он намерен двигаться.

3. Мотивация/Motivation

Степень и источники мотивации влияют на степень вовлечённости пациента и уровень общего возбуждения, где оптимальный уровень мотивации способствует максимальной эффективности и производительности. Низкая мотивация ведёт к низкой вовлечённости, чрезмерно высокая — к выгоранию и разочарованию.

4. Ожидания/Expectation

Ожидания характеризуют внутренние установки пациента касательно того, что будет происходить во время сеанса гипноза, а также его результатов и общего хода взаимодействия со специалистом.

Все четыре компонента вносят вклад в качество гипнотического раппорта.

Петля положительной обратной связи

Но гипнотическая индукция характеризуется не только усилением идеодинамического эффекта, но и его стабилизацией и использованием для создания стойких изменений в субъективной реальности субъекта. Что позволяет выработать стойкий идеодинамический эффект?

Эриксон и Росси описали технику ратификации, которая, по существу, представляет собой внешнее подкрепление для вызванных идеодинамических эффектов. Более широкую концепцию утилизации можно рассматривать как продолжение этой идеи и расширение её в том числе на внутреннее подкрепление, которое происходит 1) за счёт моделирования пациентом поведения терапевта («Я утилизирую собственные внутренние процессы»), 2) за счёт диссоциативной установки, передаваемой терапевтом («Не знать, не делать», то есть не полагаться на волевое усилие и сознательное планирование), и 3) за счёт фокуса внимания, который делает более интенсивной «фигуру» и размывает «фон» происходящего.

Гиллиген [12] использует понятие о межличностной обратной связи, которая устанавливается в рамках гипнотического раппорта. Идея внутрисубъективной обратной связи обсуждается, главным образом, авторами неклинического профиля [23]. Представление о положительной обратной связи позволяет выделить элементарную единицу гипнотического процесса — гипнотическую петлю обратной связи. Это *устойчивая психическая положительная обратная связь между идеей и её идеодинамической реализацией посредством внутреннего и/или внешнего подкрепления*. Гипнотическая петля обратной связи тесно связана с межличностной петлей обратной связи в раппорте с терапевтом, которая служит источником внешнего подкрепления для идеодинамического эффекта.

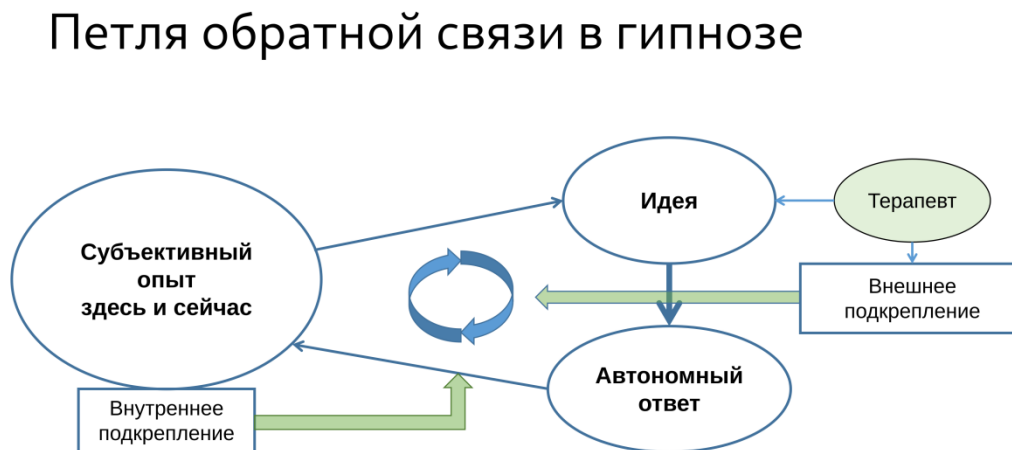


Рис. 3. Петля обратной связи в гипнозе —элементарная единица гипнотического процесса.

Вначале, присоединяясь к субъективной реальности субъекта, гипнотизёр использует внушение для индуцирования идеодинамического эффекта. Например, гипнотизёр внушает ощущение лёгкости в руке субъекта. Далее гипнотизёр использует вербальную обратную связь от субъекта и/или собственные наблюдения, чтобы уловить автономные реакции на это внушение, которые могут проявляться в форме онемения, покалывания, спонтанных мышечных сокращений, изменений тонуса и др., ратифицирует их и затем «возвращает» субъекту, усиливая и признавая эффект и, таким образом, замыкая петлю обратной связи.

Представление о состоянии гипнотического транса, которое традиционно является первой «остановкой» на пути гипнотической индукции, связано со стойкой петлей обратной связи, задействующей разные сферы субъективного опыта и основанной на концепте «сна» или «расслабления». Однако, иные исполнения гипноза могут вовсе не задействовать понятия «транс», «сон», «расслабление», однако включать те же три ключевых феномена – суженное внимание, межличностную откликаемость и диссоциацию [3; 21]. Некоторые техники создания гипнотических феноменов в бодрствующем состоянии [24] фокусируются преимущественно на выстраивании рамки и создании изолированных идеодинамических эффектов в разных сферах внутреннего опыта (например, слипание рук, внушённый паралич, галлюцинации, амнезия и др.). При этом, как правило, специалист начинает с более простых идеодинамических эффектов, например, идеосенсорных и идеомоторных, добиваясь устойчивой обратной связи с данным эффектом, после чего переходит к более сложным. При этом петли обратной связи оказываются объединёнными между собой наподобие цепочки.

Пример такой цепочки в экспериментальном гипнозе:

Непроизвольное поднятие руки — Онемение кисти руки — Внушённый паралич руки — Внушённый паралич второй руки с анестезией — Внушённый паралич ног — Амнезия имени

При исследовании гипнотических петель в экспериментальном контексте обращают на себя внимание несколько любопытных закономерностей. Во-первых, более сложный гипнотический феномен зачастую легче вызвать, выработав вначале петлю с более простым феноменом. Например, одному субъекту может быть легче развить каталепсию, но сложнее анестезию. Если вначале вызвать каталепсию руки, далее может быть намного проще вызвать перчаточную анестезию. Во-вторых, петли обратной связи могут трансформироваться друг в друга, когда один феномен трансформируется в другой, или наслаиваться друг на друга, когда при наличии двух петель, первичной и вторичной, вторичная функционально связана с первичной, а первичная петля продолжает функционировать всё то время, которое функционирует вторичная. При разрушении первичной петли вторичная также разрушается.

В клинической работе такие цепочки петель часто базируются на состоянии гипнотического транса, от которого строится дальнейшая работа с воображением, воспоминаниями или другими феноменами. Но данная модель позволяет рассматривать транс не как необходимый атрибут гипноза, а лишь как один из его феноменов.

Сопротивление

С точки зрения этой модели, сопротивление можно рассматривать на двух этапах: на этапе установления рамки и на этапе формирования гипнотической петли обратной связи.

На этапе формирования рамки сопротивление может касаться любого из элементов рамки: 1) чрезмерно низкая или высокая мотивация может негативно влиять на степень вовлечённости пациента в работу; 2) нереалистичные ожидания (завышенные, магические, связанные с опасностью и др.) требуют прояснения и коррекции до начала гипнотической индукции; 3) отсутствие цели или нереалистичная цель также может влиять на степень сотрудничества или активности в гипнозе, а 4) искажения в переносе/контрпереносе или неадекватные ролевые отношения могут негативно влиять на раппорт.

Идеодинамический эффект в гипнозе: сопротивление

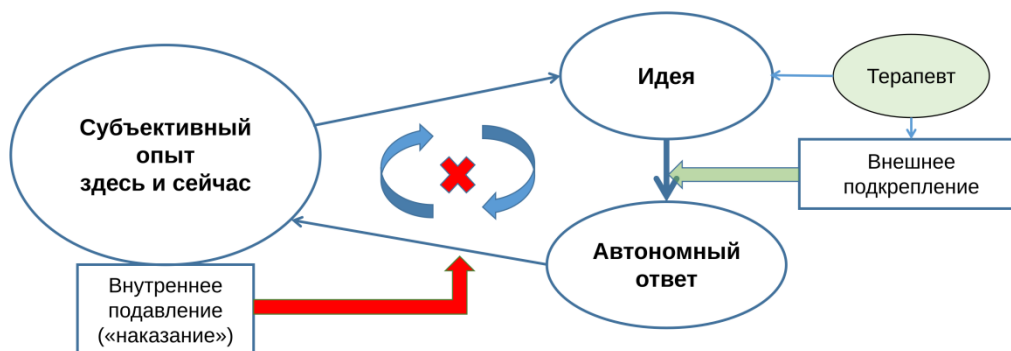


Рис. 4. Петля обратной связи в случае сопротивления внушению.

В контексте гипнотической петли обратной связи сопротивление можно трактовать как формирование негативной обратной связи между идеей и её идеодинамической реализацией. Многие техники работы с сопротивлением, описанные Эриксоном, включают утилизацию рефлекторных реакций, возникающих в ответ или в противовес идеодинамическим эффектам терапевтических внушений. Они принимаются как желаемые и уместные, после чего устанавливается положительная обратная связь для них, что может способствовать замешательству и углублению гипнотической диссоциации.

С этой точки зрения, можно рассмотреть распространённый миф о гипнозе, который заключается в следующем: «Если я понимаю и помню, что происходит в гипнозе, значит это не настоящий гипноз». Метакогнитивное функционирование само по себе может не создавать отрицательной обратной связи для идеодинамического эффекта терапевтических внушений. По-видимому, негативную связь создаёт бессознательное обесценивание или отрицание отдельных аспектов субъективного опыта, что не позволяет закрепиться идеодинамическому эффекту и мешает субъекту в полной мере быть поглощённым гипнотическим опытом. Такие процессы нередко наблюдаются у пациентов с тяжёлыми личностными расстройствами.

Заключение

Таким образом, данная модель предлагает рассматривать гипноз как психотерапевтический процесс миниатюре, где элементы рамки делают возможным эффективное использование терапевтических техник.

Внушением может быть любая коммуникация, вызывающая идеодинамический эффект. Чтобы можно было назвать определённую коммуникацию гипнозом, необходимо:

1. Установить рамку, включающую мотивацию, цель, отношения и ожидания;
2. Использовать техники для управления вниманием, откликаемостью и диссоциацией;
3. Активировать и усилить идеодинамический эффект;
4. Стабилизировать его за счёт положительной обратной связи;
5. Формировать новые более сложные петли на основе имеющихся.

Элементы гипнотической рамки служат двум основным целям: установлению терапевтического раппорта и совокупности психологических факторов, составляющих источники внешнего и внутреннего подкрепления.

Утилизация идеодинамического эффекта составляет суть терапевтической работы в гипнозе, что происходит за счёт выстраивания стойких петель положительной обратной связи между идеями, передаваемыми специалистом или возникающими в психике субъекта, и их динамическими реализациями, и их последующего объединения в цепочки путём надстраивания одной над другой, формируя стратегические интервенции.

Этот подход позволяет провести границу между гипнозом и интервенциями на основе воображения, такими как, например, рескриптинг в схема-терапии, которые также могут задействовать идеодинамический эффект и задействовать работу с вниманием, откликаемостью и диссоциацией, но обычно не имеют описанного выше сочетания процессов в полном виде.

С точки зрения преподавания, обучение гипнозу представляет собой обучение определённому набору навыков для 1) анализа и выстраивания рамки, 2) выработки ключевых феноменов гипноза с помощью коммуникативных средств, 3) выработки и стабилизации гипнотических петель обратной связи, а также 4) стратегического выстраивания цепочек петель обратной связи.

Обсуждение

Данная модель показала свою пользу в клинической работе, простоту в освоении и преподавании. Она, однако, носит эвристический характер и ставит вопросы, которые требуют более глубокого теоретического исследования. В частности, сама природа идеодинамического эффекта остаётся во многом неисследованной. Мы можем согласиться с изначальной идеей Дэниела Ноубэла [20]:

Динамическое влияния, которое оказывают некоторые идеи и потоки мыслей, в обстоятельствах ослабленного или временно отсутствующего волевого контроля, любопытным образом находят проявление в истоках множества психических болезней и, в случаях отсутствия реального безумия единичные эффекты, которые, порой, порождают идеодинамические феномены, имеют важные практические аспекты.

Роль гипноза как инструмента для моделирования и исследования психопатологии уже обсуждалась в литературе [5]. Представление о внутриспсихической петле обратной связи, возможно, позволит провести параллели с некоторыми моделями психопатологии, такими как порочный круг тревоги [6] и обосновать применение и исследование эффективности гипнотических интервенций.

Данная модель даёт возможность концептуализировать сопротивление гипнозу. Механизмы возникновения внутриспсихической отрицательной обратной связи относительно идеодинамического эффекта представляют особый интерес для понимания природы сопротивления на этапе гипнотической индукции. Такого рода сопротивление может коррелировать с функционированием примитивных защит отрицания и идеализации/обесценивания, с динамической точки зрения, или с функционированием ранних дезадаптивных схем наподобие подавления эмоций и жёстких стандартов, с точки зрения когнитивной психологии. В связи с этим интересным направлением исследования видится выявление связи между гипнабельностью и активностью ранних дезадаптивных схем, уровнем структурной организации личности и активностью психологических защит. Всестороннего изучения требуют психологические и социальные факторы, влияющие на гипнабельность и гипнотическое реагирование.

Механизм внутриспсихической обратной связи позволяет перевести фокус с индуцирования транса как особого состояния гипноза на коммуникативный аспект взаимодействий и индуцирование конкретных гипнотических феноменов. В этом отношении любопытно исследовать, как соотносится степень гипнабельности, определённая с помощью стандартных инструментов, с лёгкостью индукции конкретных гипнотических феноменов. Также важно понять, имеют ли различия паттерны активации коры мозга при использовании гипнотических наведений на основе разных гипнотических феноменов или модальностей.

Некоторые авторы [1; 2; 25] указывают на важность стратегического формулирования интервенций и выстраивания цепочек интервенций. Представление о петлях обратной связи и об объединении их в цепочки может быть полезным инструментом для концептуализации такого рода интервенций.

Список литературы

1. Alladin, A. Evidence-based hypnotherapy for depression. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2010; 58:2:165-168.
2. Alladin, A., & Amundson, J. Cognitive hypnotherapy as a transdiagnostic protocol for emotional disorders. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2016; 64:2:147-166.

3. Bányai, É.I. Active-alert hypnosis: History, research, and applications. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2018;61(2):88-107.
4. Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., Emery, G. *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press; 1979.
5. Bell V., Oakley, D.A., Halligan, P.W., Deeley, Q. Dissociation in hysteria and hypnosis: Evidence from cognitive neuroscience. *Journal of Neurology, Neurosurgery, and Psychiatry* 2011;82: 332-339.
6. Clark, D. M. A cognitive model of panic. *Behavior Research and Therapy* 1986; 24: 461-470.
7. Erickson, M.H., Rossi, E.L., Rossi, S.I. *Hypnotic realities: The induction of clinical hypnosis and forms of indirect suggestion*. New York: Irvington Publishers; 1976.
8. Elkins, G. R., Barabasz, A.F., Coucil, J. R., Spiegel, D. Advancing research and practice: The revised APA definition of hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2015; 63(1): 1-9.
9. Erickson, M.H., Rossi, E.L. *Hypnotherapy: An exploratory casebook*. New York: Irvington Publishers; 1979.
10. Faymonville, M. E., Roediger, L., Fiore, G. D., Delguedre, C. et al. Increased cerebral functional connectivity underlying the antinociceptive effects of hypnosis. *Cognitive Brain Research* 2003; 17:255-262.
11. Freud, S. *Psychopathology of everyday life*. New York: The Macmillan company; 1914.
12. Gilligan, S.G. Ericksonian approaches to clinical hypnosis. In J.K. Zeig (Ed.). *Ericksonian approaches to hypnosis and psychotherapy* (pp. 87-103). New York: Brunner/Mazel; 1981.
13. Hammond, D.C. An integrative, multi-factor conceptualization of hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2005; 48:2-3.
14. Hoefft, F., Gabrieli, J. D. E., Whitfield-Gabrieli, S. et al. Functional brain basis of hypnotizability. *Archives of General Psychiatry* 2012; 69(10):1064-1072.
15. Jensen, M.P., Adachi, T., Tomé-Pires, C. et al. Mechanisms of hypnosis: Toward the development of a biopsychosocial model. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2015; 63(1):34-75.
16. Jiang, H., White, M. P., Greicius, M. D. et al. Brain activity and functional connectivity associated with hypnosis. *Cerebral Cortex* 2017; 1, 27(8):4083-4093.
17. Landry, M., Lifshitz, M., Raz, A. Brain correlates of hypnosis: A systematic review and meta-analytic exploration. *Neuroscience & Biobehavioral Review* 2017; 81(Pt A):75-98.
18. Lynn, S.J., Kirsch, I. *Essentials of clinical hypnosis: An evidence based approach*. Washington, DC: American psychological association; 2006.
19. Lynn, S.J., Maxwell R, Green JP. The hypnotic induction in the broad scheme of hypnosis: A sociocognitive perspective. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2017; 59(4):363-384.
20. Noble, D. Three lectures on the correlation of psychology and physiology. *Association Medical Journal* 1854; 2(81):642-646.
21. Short, D. Conversational hypnosis: Conceptual and technical differences relative to traditional hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 2018; 61(2):125-139.
22. Shugarman, L.I. Exploring, evolving, and refining hypnosis education. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2017; 59(3):231-232.
23. Tripp, J. *How Hypnosis Works (The Hypnotic Loop)* [Video]. YouTube; March 4 2020. <https://www.youtube.com/watch?v=o0MKrCnWfa0>
24. Tripp, J. *Hypnotic 'Jedi Skills' | Hypnosis Without Trance* [Video]. YouTube; March 6 2020. <https://www.youtube.com/watch?v=JY4c0BGXZPk>
25. Yapko, M. D. *Treating depression with hypnosis: integrating cognitive-behavioral and strategic approaches*. New York: Routledge; 2001.
26. Zeig, J.K. An Ericksonian phenomenological approach to therapeutic hypnotic induction and symptom utilization. In J.K.Zeig & S.R.Lankton (Eds.), *Developing Ericksonian therapy: State of the art* (pp. 353-375). New York: Brunner/Mazel; 1988.

RETHINKING THE KEY CONCEPTS OF HYPNOSIS: A STEP TOWARDS A UNIFIED MODEL

Snigur Vladimir Sergeievich, MD, info@vladimirsnigur.ru, Moscow, private practice.

Abstract. The aim of this work is to make a step towards creating a unified structure and understanding of the essential components and mechanisms of hypnosis. The role of the ideodynamic effect as a central mechanism of hypnosis, the importance of psychological and social factors that moderate the hypnotic response and make up the 'frame' of hypnosis, and the positive feedback mechanism as an elementary unit of hypnotic intervention, are examined. The concept of hypnotic resistance is conceptualized in terms of the feedback mechanisms. Parallels are drawn with some approaches that use near-hypnotic and experiential elements, in order to identify more precisely the features unique to hypnosis, and a range of issues requiring further investigation is outlined.

Keywords: hypnosis, suggestion, ideodynamics, resistance, feedback loop

References

1. Alladin, A. Evidence-based hypnotherapy for depression. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2010; 58:2:165-168.
2. Alladin, A., & Amundson, J. Cognitive hypnotherapy as a transdiagnostic protocol for emotional disorders. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2016; 64:2:147-166.
3. Bányai, É.I. Active-alert hypnosis: History, research, and applications. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2018;61(2):88-107.
4. Beck, A.T., Rush, A.J., Shaw, B.F., Emery, G. *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press; 1979.

5. Bell V., Oakley, D.A., Halligan, P.W., Deeley, Q. Dissociation in hysteria and hypnosis: Evidence from cognitive neuroscience. *Journal of Neurology, Neurosurgery, and Psychiatry* 2011;82: 332-339.
6. Clark, D. M. A cognitive model of panic. *Behavior Research and Therapy* 1986; 24: 461–470.
7. Erickson, M.H., Rossi, E.L., Rossi, S.I. *Hypnotic realities: The induction of clinical hypnosis and forms of indirect suggestion*. New York: Irvington Publishers; 1976.
8. Elkins, G. R., Barabasz, A.F., Coucil, J. R., Spiegel, D. Advancing research and practice: The revised APA definition of hypnosis. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2015; 63(1): 1-9.
9. Erickson, M.H., Rossi, E.L. *Hypnotherapy: An exploratory casebook*. New York: Irvington Publishers; 1979.
10. Faymonville, M. E., Roediger, L., Fiore, G. D., Delguedre, C. et al. Increased cerebral connectivity underlying the antinociceptive effects of hypnosis. *Cognitive Brain Research* 2003; 17:255-262.
11. Freud, S. *Psychopathology of everyday life*. New York: The Macmillan company; 1914.
12. Gilligan, S.G. Ericksonian approaches to clinical hypnosis. In J.K. Zeig (Ed.). *Ericksonian approaches to hypnosis and psychotherapy* (pp. 87-103). New York: Brunner/Mazel; 1981.
13. Hammond, D.C. An integrative, multi-factor conceptualization of hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2005; 48:2-3.
14. Hoeft, F., Gabrieli, J. D. E., Whitfield-Gabrieli, S. et al. Functional brain basis of hypnotizability. *Archives of General Psychiatry* 2012; 69(10):1064-1072.
15. Jensen, M.P., Adachi, T., Tomé-Pires, C. et al. Mechanisms of hypnosis: Toward the development of a biopsychosocial model. *International Journal of Clinical and Experimental Hypnosis* 2015; 63(1):34–75.
16. Jiang, H., White, M. P., Greicius, M. D. et al. Brain activity and functional connectivity associated with hypnosis. *Cerebral Cortex* 2017; 1, 27(8):4083-4093.
17. Landry, M., Lifshitz, M., Raz, A. Brain correlates of hypnosis: A systematic review and meta-analytic exploration. *Neuroscience & Biobehavioral Review* 2017; 81(Pt A):75–98.
18. Lynn, S.J., Kirsch, I. *Essentials of clinical hypnosis: An evidence based approach*. Washington, DC: American psychological association; 2006.
19. Lynn, S.J., Maxwell R, Green JP. The hypnotic induction in the broad scheme of hypnosis: A sociocognitive perspective. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2017; 59(4):363–384.
20. Noble, D. Three lectures on the correlation of psychology and physiology. *Association Medical Journal* 1854; 2(81):642–646.
21. Short, D. Conversational hypnosis: Conceptual and technical differences relative to traditional hypnosis. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 2018; 61(2):125–139.
22. Shugarman, L.I. Exploring, evolving, and refining hypnosis education. *American Journal of Clinical Hypnosis* 2017; 59(3):231–232.
23. Tripp, J. *How Hypnosis Works (The Hypnotic Loop)* [Video]. YouTube; March 4 2020. <https://www.youtube.com/watch?v=o0MKrCnWfa0>
24. Tripp, J. *Hypnotic 'Jedi Skills' | Hypnosis Without Trance* [Video]. YouTube; March 6 2020. <https://www.youtube.com/watch?v=JY4c0BGXZPk>
25. Yapko, M. D. *Treating depression with hypnosis: integrating cognitive-behavioral and strategic approaches*. New York: Routledge; 2001.
26. Zeig, J.K. An Ericksonian phenomenological approach to therapeutic hypnotic induction and symptom utilization. In J.K.Zeig & S.R.Lankton (Eds.), *Developing Ericksonian therapy: State of the art* (pp. 353-375). New York: Brunner/Mazel; 1988.

ЧЕТЫРЕ ОШИБКИ ЗИГМУНДА ФРЕЙДА И АВТОРСКАЯ 4-Х ЧАСТНАЯ МОДЕЛЬ СОДЕРЖАНИЯ ПСИХИКИ

Табидзе Александр Александрович, клинический психолог, член-корреспондент Российской Академии Естественных Наук (секция «Геополитика и безопасность»), директор Научного Центра «ПСИХОПЕДАГОГИКА» Минобрнауки РФ, доктор физико-математических наук, профессор, действительный член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги (руководитель модальности «Музыкально-интегральная психотерапия»), Москва, Россия. a.a.tabidze@yandex.ru

Аннотация. Показано, что образная модель психики Зигмунда Фрейда (наездник на лошади) имеет свои ограничения, тормозящие развитие психологической, психотерапевтической и социальной наук. Представлена дальнейшая разработка этой модели. Показано, что за преодоление агрессивных качеств человека отвечает новый элемент модели – дух, хозяин, вид, находящийся в его бессознательном. Найдено, что возникновение этого элемента в психике человека обеспечивается степенью эмоциональной зрелости человека.

Цель работы – довести до внимания ученых Восточно-Европейского Института Психоанализа (СПб) и Московского Института Психоанализа выводы этой работы.

Ключевые слова: Модель психики Фрейда, модель психики Табидзе, два бессознательных, агрессивные качества, инстинкт сохранения вида, степень эмоциональной зрелости.

Введение

Психология – наука новая, ещё не установившаяся. В ней еще нет единого общепринятого образного представления содержания психики человека, фактически нет своего собственного образного предмета.

Что такое образное представление? Например, в физике модель атома ранее представлялась в виде пудинга, начиненного изюминками (электронами, модель Томсона). Эта модель была тупиковой и не могла иметь практического применения.

В настоящее время принята планетарная модель Резерфорда, в которой вокруг ядра вращаются электроны. Такое образное планетарное представление атома позволило совершить прорыв в создании мощных новых источников энергии – атомных электростанций и в создании атомного и ядерного оружия.

Аналогичная ситуация имеет место в психологии. В чём причина тупикового положения психологии? В том что она пока не в состоянии обосновать и изменить самоагрессивное и агрессивное поведение человека на всех ступенях социальной лестницы (психогенные заболевания, разводы, противостояние, войны и др.)

В настоящее время общепринятым образным представлением психики является двухчастная модель Зигмунда Фрейда, которая имеет свои ограничения, фактически –ошибки.

Что это за ошибки?

Ошибка первая: Сознание человека – базис, оно первично; бессознательное – надстройка, оно вторично.

До З. Фрейда основным содержанием психики было – сознание (Карл Маркс, «Бытие определяет сознание», 1859). Т.е. базисом психики являлось сознание. Отсюда человек – венец природы, хозяин своей жизни, поступков, событий. Естественно, что педагогическая и психологическая цель совершенствования психики в этом случае – совершенствование сознания, повышение его осознанности.



Рис.1. Образная 2-х частная модель психики З. Фрейда (1923).

Зигмунд Фрейд внёс в науку гениальную гипотезу о существовании в структуре психики кроме сознания – некоего бессознательного, учитывающего инстинкты человека. Образная модель такого представления – всадник (сознание) на лошади (бессознательное) (1923) (Рис.1).

Целью созданного им психокоррекционного психоанализа было повышение осознанности, преодоление психических травм, полученных в детстве, путём осознания раскрытых им 10 защитных механизмов бессознательного. Здесь также, как у К.Маркса, ведущая роль в психике оставалась за сознанием.

Хотя в этой модели сознание и бессознательное автономные , независимые структуры, тем не менее им было принято, что сознание проявляет свою психическую реакцию одновременно или раньше бессознательного. Сознание по-прежнему – базис, ведущее, оно первично.

Так ли это? Оказалось – не так.

Начиная с 2002 года выходят статьи и книги Арндта Трайдла (Институт Мозга, Вена) о визуализации эмоциональных состояний. С помощью магнитной электроэнцефалографии им показано, что возбуждение нейронов в коре головного мозга, отвечающего за сознательные, когнитивные, ментальные процессы, как реакция на эмоционально значимый стимул, отстает от возбуждения нейронов в лимбической системе, отвечающей за эмоциональное реагирование, на 0,2-0,3 секунды / 1 /.

Следовательно, если эмоции возникают до их осознания, то, естественно, что они являются продуктом бессознательного. Отсюда вытекает фундаментальный вывод, что если бессознательная, эмоциональная сфера опережает понятийную, сознательную, то она и является базисом, первичной, а сознание, поскольку отстает, – надстройкой, вторичной.

Итак, бессознательное – базис, первично; сознание – надстройка, вторично.

Поэтому в модели З. Фрейда поводья должны быть представлены наоборот – не у всадника, а у лошади. Эти фигуры должны поменяться местами. В таком случае эта модель естественно преобразуется в модель кукловод – марионетка (рис. 2). Продолжая этот вывод кукловод должен быть с лицом лошади. Но лошадь-травоядное животное, и её психофизиология не сочетается с психофизиологией млекопитающегося человека. Поэтому правильнее выбрать млекопитающееся животное, например – тигр. Млекопитающие животные – агрессивны.

Из этого рисунка чётко и наглядно видна природа агрессии человека – это его агрессивное животное бессознательное.

Этим объясняется внутренняя агрессия бессознательного на личность человека – психогенные заболевания, и внешняя агрессия – конфликтные отношения, войны. Следу этому выводу Зигмунд Фрейд и его последователь Конрад Лоренц (Нобелевский лауреат) пришли к неутешительному выводу о неизбежном самоуничтожении человека.



Рис. 2. Новое представление психики.
Кукловод (бессознательное - тигр) и марионетка (сознание - человек).

Таким образом, современная психология и педагогика совершенствует не ту сферу. Поэтому в совершенствовании психики на первое место должна быть поставлена эмоциональная сфера – снижение агрессивных качеств бессознательного-тигра, а не совершенствование сознания, личности с помощью социоцентрических методов.

Для решения такой задачи – психоанализ непригоден. Это первая ошибка Зигмунда Фрейда.

Какие же это социоцентрические методы? Это:

1. психоанализ З. Фрейда (Решетникова М.М.);
2. теория отношений К.Маркса - В.Н.Мясищев,,
3. личностно ориентированная реконструктивная психотерапия Б.Д. Карвасарского (ЛОРП);
4. Когнитивно-поведенческая терапия Аарона Бека (КПТ), (Ковпака В.Д., КурпатовА.В., Козлова Н.И.);
5. культурно-историческая теория Л.С. Выготского (Асмолова А.Г.) и мн. др.

Таким образом у психологии и психотерапии появляется четкие мишени психокоррекции – эмоциональные качества кукловода-тигра (бессознательного), которые можно напрямую измерять психодиагностическими методами и корректировать психотерапевтическими (не психологическими) техниками и также оценивать результат психокоррекции.

Поэтому расхожие формулы совершенствования психики типа – «Путь к себе», «Помоги себе сам», «Познай себя и ты познаешь мир» – не верны и вводят в замешательство.

Теперь у нас есть четкий отдельный автономный объект совершенствования психики – эмоциональная сфера. Отсюда следуют другие формулы – «Путь к кукловоду», «Помоги кукловоду», «Познай кукловода и ты познаешь мир», и наконец «Сделай кукловода своим другом с человеческим лицом».

Здесь мимоходом решается основной вопрос философии: «Что первично? – материя или сознание». Ответ – «Ни то, ни другое. Первично – бессознательное».

Ошибка вторая: Бессознательное – одно. Мораль и нравственность равнозначны.

Одновременно со своей образной двухчастной моделью, Зигмунд Фрейд вводит в психотерапию трехчастную гипотетическую модель – Ид, Эго и СуперЭго. Ид представляет инстинкты человека (бессознательное), Эго – его социальный опыт (сознание), СуперЭго – его моральный и нравственный (духовный) компонент.

Здесь сразу бросается в глаза противоречие – несовпадение двухчастной и трехчастной модели. Это противоречие З. Фрейд преодолевает утверждением, что всадник (сознание) является одновременно носителем как социального опыта, так и морального и нравственного (духовного) компонента, то есть носителем одновременно Эго и СуперЭго.

Многие авторы в психотерапевтических кругах придерживаются фрейдовской позиции – что духовность социализирована в структуре сознания, то есть является как и мораль, аспектом ментальности.

Возможно ли это? Нет, невозможно.

Как невозможно «впрячь в одну повозку коня и трепетную лань». Потому, что мораль и нравственность различные социальные категории. Потому что моральные устои изменчивы и зависят от устоев социальной системы. Например – «Спекулянт, валютчик, изменник Родины» были недавно жёстко осуждаемы в нашем обществе, сейчас устои изменились и изменились эти имена на « бизнесмен, брокер, двойное гражданства» и стали одобряемыми.

А нравственные устои «не убий, не укради, не лжесвидетельствуй и др.» – незыблемы.

Поэтому нами в модель З.Фрейда вводится два бессознательных: индивидуальное, представляющего инстинкт сохранения индивида и коллективное, видовое (в соответствии с гипотезами К.Г.Юнга, Вернадского В.И.), представляющее, интересы инстинкта сохранения вида. Это равносильно одновременному присутствию в человеке сил добра и сил зла, черта искусителя и ангела хранителя. В авторской модели они представлены ребёнком-кентавром и духом, хозяином сидящим в карете (рис. 3).



Рис. 3. Образная 4-х частная модель психики Табидзе А.А. (2016)

Таким образом бессознательных в психике два – индивидуальное и видовое, при этом мораль и нравственность неравнозначны и они разнесены – мораль является продуктом сознания, аспектом ментальности, рациональности, интеллектуальной культуры человека, а нравственность (духовность) – аспектом видовой эмоциональности (эмоциональной культуры, эмоциональной зрелости человека). За мораль в авторской модели отвечает кучер, за нравственность – дух, хозяин, вид.

Ошибка третья: Механизм агрессии человека – психологический.

В своей модели, всадник на лошади, З. Фрейд игнорирует материальный носитель как сознания, так и бессознательного. По этому поводу сам З.Фрейд писал « У меня нет никаких ни теоретических, на терапевтических знаний, так что мне приходится вести себя так , как если бы передо мной было только психологическое» /2/. Из этого изречения следует, что несмотря на недостаточность информации он принимает и утверждает психологическую, социальную природу агрессии человека. Этой же позиции придерживается проф. Решетников М.М. в своей статье « О социально-психологической природе деструктивного поведения, агрессивности и общемирового роста преступности» /3/.

Правомерно ли это? Нет, не правомерно.

В клинической психологии хорошо известно, что между бессознательными эмоциональными состояниями человека и его вегетативно-эндокринными реакциями имеется тесная *психофизиологическая связь*.

Феномен агрессии человека не может быть рассмотрен без феномена самоагрессии. Бессознательные эмоциональные негативные состояния, которые человек допускает присутствовать в своей психике и являются фактом самоагрессии. Так бессознательные эмоциональные реакции тревожности приводят к выработке организмом высоких значений гормонов нездоровья, в частности – кортизола, которые приводят к внутренней самоагрессии, саморазрушению организма. Психодиагностика с помощью теста Кеттелла пациентов клиники неврозов демонстрирует у 100% высокий уровень тревожности и напряженности у этих пациентов /4/. Уровень кортизола в сыворотке крови пациентов с тревожной депрессией более чем в 5 раз выше по сравнению с нормальными значениями /5/. И эти же состояния тревожности и напряженности являются платформой внешней агрессивности человека. Так заключенные пенитенциарной системы также демонстрируют высокий уровень эмоциональной тревожности и напряженности /6/.

Таким образом механизм агрессии не психологический, а психофизиологический.

Тело является исполнительной частью бессознательного и должно быть включено в структуру психики. В клинической психологии этот факт давно учитывается , в результате чего здесь обычно рассматривается 3-х частная био (тело) - психо (бессознательное) -социальная (сознание) модель. В авторской модели тело представлено каретой (рис 3).

В психологии, как видно из статьи проф. Решетникова М.М. /3 / этот факт игнорируется.

Ошибка четыре: Причина психической травмы социальная – детские негативные ситуации и переживания.

Такое правомерно только в том случае, если в структуре психики отсутствует психофизиология тела, как в предыдущем случае. Тогда считается, что ребёнок при рождении – «табула rasa», чистый лист бумаги, и все его негативные качества обусловлены негативным детством и негативным воспитанием.

Но сейчас хорошо известно, что психологические качества кроме средового влияния передаются по наследству.

Остается вопрос – в каком соотношении? .

Ряд ученых и даже политиков обосновывают и принимают высокую наследственную передачу психологических признаков, в частности тревожности, – до 70-80%. /7, 8, 9 /.

Тем не менее, некоторые отечественные психологи, например проф. Козлов Н.И. (Ректор Университета Практической Психологии «Синтон») считает наследственный вклад незначительным – около 5% и поэтому излагает преимущественно социальную природу травмы, что на наш взгляд – неправомерно.

Автор настоящей статьи экспериментально показал, что некоторые психологические и психофизиологические (электропунктурные) признаки передаются по наследству /10/. Также автор обнаружил низкую эффективность психокоррекционной работы психологическими методами, например КПТ /11/ и высокую при психокоррекции напрямую в работе с эмоциональными состояниями /12 / или родовыми программами (расстановки Хеллингера).

Таким образом причина психической травмы больше наследственная – 70%, чем социальная – 30% .

ИСПРАВЛЕНИЕ ОШИБОК.

Для исправления ошибок используются методы психотерапевтической педагогики (ПТП) /13,14/ на основе авторской психодеформационной концепции личности /15/. В работах /16-18/ обоснована необходимость ввода в психологию нового психодиагностического показателя психологического здоровья – степени эмоциональной зрелости EQ. Этот показатель является критерием переход модели З.Фрейда в авторскую.

$$EQ = C + L + O + Q4,$$

где измеряются полярные психологические качества: - C – эмоциональная неустойчивость, - L – подозрительность, - O – тревожность, - Q4 – напряженность и +C – эмоциональная устойчивость, +L – доброжелательность, +O – спокойствие, +Q4 – расслабленность.

Когда сумма этих качеств – отрицательная, то гормоны стресса (кортизол и др.) блокируют проявление инстинкта сохранения вида и перед нами эмоционально незрелый человек (модель З.Фрейда). Если сумма положительная, то гормоны здоровья (дофамин, окситоцин и др.) включают инстинкт сохранения вида и перед нами эмоционально зрелый (модель Табидзе А.А., 2016).

Цель педагогики и психологии – психокоррекция негативных психологических мишеней – (- C, - L, - O, - Q4), достижение человеком положительной степени эмоциональной зрелости (EQ=+5), а для профессионального психолога (EQ= +10 и выше), тогда его психика соответствует авторской 4-х частной модели психики и его бессознательное приобретает человеческий вид (рис.4).

Тогда у него включается инстинкт сохранения вида, формируются положительные качества (+ C, + L, + O, + Q4), улучшаются за счёт возникшей внутренней гармонии отношения, он становится неуязвим к психосоматике и неврозам.

ЭМОЦИОНАЛЬНО НЕЗРЕЛЫЙ

ЭМОЦИОНАЛЬНО ЗРЕЛЫЙ

Фактор	ОТРИЦАТЕЛЬНЫЙ ПОЛЮС	-5	-4	-3	-2	-1	0	1	2	3	4	5	ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЙ ПОЛЮС
C	ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ НЕУСТОЙЧИВОСТЬ												ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ
L	ПОДОЗРИТЕЛЬНОСТЬ												ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ
O	ТРЕВОЖНОСТЬ												СПОКОЙСТВИЕ
Q4	НАПРЯЖЕННОСТЬ												РАССЛАБЛЕННОСТЬ



Рис.4. Образный портрет эмоционально незрелого и эмоционально зрелого человека.

Поэтому первая и главнейшая задача любого психолога – установить к какой категории психики относится его бессознательное, и вторая – перейти в группу эмоционально зрелых личностей с EQ больше или равно (+10).

Выводы

Итак, мы имеем новую образную четырёх-частную модель психики, свободную от недостатков двух-частной модели З.Фрейда. Авторская модель содержит две инстанции и – сознание (кучер) и суммарное бессознательное (неразрывных кареты, ребёнка-кентавра и духа). Эта модель является основой единой теории психологии личности и основой педагогической системы совершенствования нравственных (духовных) качеств человека /16-18 /.

С момента создания прежней образной модели Зигмунда Фрейда прошло 100 лет. Научная мысль не стоит на месте. Как видно из настоящей статьи модель З.Фрейда устарела и её использование в прежнем виде тормозит развитие психологической, психотерапевтической и социальных наук.

Уже более 10 лет в психотерапии развивается гипотетическая био-психо-социо-духовная концепция психики проф. Макарова В.В. /19/. Настоящая статья является подтверждением правомерности этой концепции и её практическим развитием.

Предлагаю в научной и практической психологии и психотерапии широко использовать авторскую образную 4-х частную модель психики.

На наш взгляд она позволяет совершить прорыв и преодолеть существующую тупиковую ситуацию в психологии – её глубокий методологический кризис.

Список литературы

1. Арндт Трандл «Нейромаркетинг. Визуализация эмоций», Москва, 2018, - 114 с.
2. Freud S. Project of scientific psychology/-295/ Цит. По Решетников М.М. «Психическое расстройство. Лекции. СПб. ВЕИП. 2008 – 373 с., стр.160
3. Решетников М.М. « О социально – психологической природе деструктивного поведения, агрессивности и общемирового роста преступности». Психологическая газета 30 октября 2018 г., <https://psy.su/feed/7097/>
4. Табидзе А.А. « Теория и практика генезиса психогенных заболеваний», Журнал «Психотерапия», 2014, №11, стр. 2-10.
5. Максимова Н.М. и др. « Взаимосвязь моноаминергических и гормональной систем в патогенезе тревожной депрессии». Сб. научных трудов «Актуальные вопросы теоретической и клинической психонейроэндокринологии», Москва, 2007, - 197с., стр. 106-118.
6. Антонян Ю.М., Эминов В.Е. «Личность преступника. Криминологическое исследование», Москва, 2014, -368 с.
7. Ли Кунь Ю «Из третьего мира в первый», Москва «Манн, Иванов, Фарбер»,2016, -576 с., стр. 120
8. Ларри Хелл, Дениел Зиглер «Теории личности» СПб, Питер, 2016, - 608 с., стр. 312
9. Калинин Д.А. « Система «Генетика счастья»,Изд. АСТ., 2016
10. Табидзе А.А. « О возможностях приборной диагностики», Журнал «Психотерапия», 2010, №4, стр. 29-34
11. Козлов Н.И., Лебедев А.Н. «Опыт использования опросника Кеттелла для объективной оценки результативности психологического тренинга» <https://psychologos.ru/articles/view/opyt-ispolzovaniya-oprosnika-kettella-dlya-obektivnoy-ocenki-rezultativnosti-psihiologicheskogo-treninga.---n.i.-kozlovzpt-a.n.-lebedev>
12. Успенская С.Ю., Ляшенко Л.А., Табидзе А.А.» Об эффективности музыкотерапии и ауто-тренинга» 26 мая 2014 г. http://www.ampp.ru/files/Tabidze_Ob_effektivnosti_muzikoterapii_i_autotreninga.pdf
13. Востриков А.А., Табидзе А.А. «Психотерапевтическая педагогика» Книга 2. Учебное пособие. Изд. «Продуктивная педагогика», Томск, 2008, -237 стр.
14. Востриков А.А., Табидзе А.А., «Самозащита от табакокурения и наркотиков, эмоционально-волевая саморегуляция» Учебное пособие для учащихся, учителей и родителей. Томск, Москва, 2009, -194 с.
15. Табидзе А.А. «О механизмах социальных конфликтов, или попытка сопоставления психоаналитической и психодеформационной концепции личности» Журнал «Психотерапия» 2015, №10, стр.63 – 72.
16. Табидзе А.А. «Новая парадигма психологии личности, или кто в доме хозяин?» // Антология российской психотерапии и психологии. Выпуск 8. Достижения и перспективы российской психотерапии Материалы Итогового международного научно-практического конгресса (Москва, 30 октября – 3 ноября 2019) Стр.101-109, стр.151, стр.152 <https://oppl.ru/docs/novaya-paradigma-psihiologii-lichnostiili-kto-v-dome-hozyain.pdf>
17. Табидзе А.А. «Единая теория психологии личности и эмоциональная зрелость психолога» Материалы Всероссийского психологического форума «Психология сегодня, актуальные исследования и перспективы», Том 1, Екатеринбург, 28 - 30 сентября, 2022, стр.797- 799. https://elar.ufrb.ru/bitstream/10995/117617/1/978-5-7996-3516-9_2022_174.pdf
18. Табидзе А.А. «Психофизиологические и психологические детерминанты агрессивности и эмоциональная зрелость личности как основа национальной безопасности» Материалы Первого экстерриториального конгресса «Планета психотерапии», Выпуск №10, 2022, стр. 130-135 <https://oppl.ru/up/files/vypuski-antologii/antologiya-v10-06.2022.pdf>
19. Макаров В.В. « Горизонты психотерапии». Журнал «Психотерапия», 2011, №10, стр.47-53

FOUR MISTAKES OF SIGMUND FREUD AND THE AUTHOR'S 4-X PRIVATE MODEL OF THE CONTENT OF THE PSYCHE

Tabidze Alexander Alexandrovich, Clinical psychologist, corresponding member of the Russian Academy of Natural Sciences (section "Geopolitics and Security"), Director of the Scientific Center "PSYCHOPEDAGOGICS" of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation, Doctor of Physical and Mathematical Sciences, Professor, full member of the All-Russian

Professional Psychotherapeutic League (head of the modality "Music-integral Psychotherapy"), Moscow, Russia.
a.a.tabidze@yandex.ru

Annotation. It is shown that Sigmund Freud's figurative model of the psyche (a rider on a horse) has its own limitations that inhibit the development of psychological, psychotherapeutic and social sciences. Further development of this model is presented. It is shown that a new element of the model is responsible for overcoming aggressive qualities of a person – a spirit, a host, a species located in his unconscious. It is found that the occurrence of this element in the human psyche is provided by the degree of emotional maturity of a person.

The purpose of the work is to bring to the attention of scientists of the Eastern European Institute of Psychoanalysis (St. Petersburg) and the Moscow Institute of Psychoanalysis the conclusions of this work.

Keywords: Freud's model of the psyche, Tabidze's model of the psyche, two unconscious, aggressive qualities, the instinct to preserve the species, the degree of emotional maturity.

References

1. Arndt Trundle "Neuromarketing. Visualization of emotions", Moscow, 2018, 114 p.
2. Freud S. Project of scientific psychology/-295/ Cit. According to Reshetnikov M.M. "Mental disorder. Lectures. SPB. VEIP. 2008 – 373 p., p.160
3. Reshetnikov M.M. "On the socio-psychological nature of destructive behavior, aggressiveness and global crime growth". Psychological Newspaper October 30, 2018, <https://psy.su/feed/7097/>
4. Tabidze A.A. "Theory and practice of the genesis of psychogenic diseases", Journal "Psychotherapy", 2014, No. 11, pp. 2-10.
5. Maksimova N.M. et al. "The relationship of monoaminergic and hormonal systems in the pathogenesis of anxiety depression." Collection of scientific papers "Topical issues of theoretical and clinical psychoendocrinology", Moscow, 2007, - 197s., pp. 106-118.
6. Antonyan Yu.M., Eminov V.E. "The identity of the criminal. Criminological and psychological research", Moscow, 2014, -368 p.
7. Li Kun Yu "From the third world to the first", Moscow "Mann, Ivanov, Farber", 2016, -576 p., p. 120
8. Larry Hjell, Daniel Ziegler "Theories of personality" St. Petersburg, St. Petersburg, 2016, - 608 p., p. 312
9. Kalinskiy D.A. "System "Genetics of happiness", Ed. AST., 2016
10. Tabidze A.A. "On the possibilities of instrument diagnostics", Journal "Psychotherapy", 2010, No. 4, pp. 29-34
11. Kozlov N.I. Lebedev A.N. "Experience of using the Kettell questionnaire for an objective assessment of the effectiveness of psychological training" <https://psychologos.ru/articles/view/opyt-ispolzovaniya-oprosnika-kettella-dlya-obektivnoy-ocenki-rezultativnosti-psihologicheskogo-treninga.---n.i.-kozlovzpt-a.n.-lebedev>
12. Uspenskaya S.Yu., Lyashenko L.A., Tabidze A.A. "On the effectiveness of music therapy and auto-training" May 26, 2014 http://www.amp.ru/files/Tabidze_Ob_effektivnosti_muzikoterapii_i_autotreninga.pdf
13. Vostrikov A.A., Tabidze A.A. "Psychotherapeutic pedagogy" Book 2. Textbook. Ed. "Productive pedagogy", Tomsk, 2008, -237 p.
14. Vostrikov A.A., Tabidze A.A., "Self-protection from smoking and drugs, emotional and volitional self-regulation" Textbook for students, teachers and parents. Tomsk, Moscow, 2009, -194 p.
15. Tabidze A.A. "On the mechanisms of social conflicts, or an attempt to compare the psychoanalytic and psychodeformational concepts of personality" Journal "Psychotherapy" 2015, No. 10, pp.63-72.
16. Tabidze A.A. "A new paradigm of personality psychology, or who is the boss in the house //Anthology logic of Russian psychotherapy and psychology. Issue 8. Achievements and prospects of russian psychotherapy Materials of the Final International Scientific and Practical Congress (Moscow, October 30 – November 3, 2019) pp.101-109, p.151, p.152 <https://oppl.ru/docs/novaya-paradigma-psihologii-lichnostiili-kto-v-dome-hozyain.pdf>
17. Tabidze A.A. "UNIFIED THEORY OF PERSONALITY PSYCHOLOGY AND EMOTIONAL MATURITY OF a PSYCHOLOGIST" Materials of the All-Russian Psychological Forum "PSYCHOLOGY TODAY, CURRENT RESEARCH AND PROSPECTS", Volume 1, Yekaterinburg, September 28 -30, 2022, pp.797- 799. https://elar.ufu.ru/bitstream/10995/117617/1/978-5-7996-3516-9_2022_174.pdf
18. Tabidze A.A. "PSYCHOPHYSIOLOGICAL AND PSYCHOLOGICAL DETERMINANTS OF AGGRESSIVENESS AND EMOTIONAL MATURITY OF PERSONALITY AS THE BASIS OF NATIONAL SECURITY" Materials of the First extraterritorial Congress "Planet of psychotherapy", Issue No. 10, 2022, pp. 130-135 <https://oppl.ru/up/files/vypuski-antologii/antologiya-v10-06.2022.pdf>
19. Makarov V.V. "Horizons of psychotherapy". Journal "Psychotherapy", 2011, No. 10, pp.47-53

ЛИЧНОСТНЫЙ АНАЛИЗ ДЛЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ САМОЦЕННОСТИ – ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ПСИХОТЕРАПИИ

Цветкова Надежда Ивановна, svetkova_ni@mail.ru, частнопрактикующий психолог с 1998 года, групповой тренер, супервизор, автор книг по психологии.

Аннотация. В статье заявляется эффективный авторский подход в психологической терапии: Личностный анализ для восстановления самооценности. Что даёт отличные результаты в краткосрочной психотерапии. В статье обращается внимание на проблемы в психологической помощи, что ведёт к неудовлетворённости клиентов и их недоверию психологии и психотерапии. Это понижает доступность психологической помощи для клиентов и достоинство профессии психолога.

Ключевые слова: личность, личностный анализ, самооценность, восстановление самооценности, личностный рост.

Психотерапия "не работает"?

Глубокие исследования в моей многолетней работе с клиентами в индивидуальной и групповой психологической терапии позволяют мне утверждать, что мы обладаем потрясающей возможностью изменять себя и свою жизнь (и жизнь своих детей). Однако используется эта возможность не так широко, как бы хотелось, чтобы делать мир лучше. Претензии к качеству оказываемой услуги активно обсуждаются на психологических форумах, где немало "пострадавших от психотерапии", кто в личном опыте убедил себя в том, что она "не работает", тем самым в дальнейшем лишаясь способа себе помочь.

Вот пример такого высказывания: *"Я была в психотерапии больше четырёх лет, прошла около десятка специалистов, к кому-то ходила больше года, к кому-то на несколько сессий. Первоначальным запросом было налаживание общения с окружающими. В процессе выяснилось, что у меня тревожность и депрессия. С ними я до сих пор и живу."*

Как полезную оцениваю работу с первым психологом, с которой я научилась распознавать свои чувства и вытащила основную травму. Со вторым кое-что добавила в части осознания моих отношений с матерью. Но плохого было гораздо больше, чем хорошего. Некоторые психологи оставляли меня в худшем состоянии, чем я была до этого – было нарушение границ, агрессивное продавливание своей позиции, которое потом объяснялось тем, что это была провокация, и т.д. За это время у меня накопилось недоверие к психологии, которого раньше не было. Возможно, все эти годы мне попадались некомпетентные специалисты.

Жутко кроет от осознания того, что все мои улучшения и вся моя титаническая (как мне казалось) работа над собой ни к чему не привели. Сейчас я в очередной раз попала в полноценную депрессию и думаю, стоит ли к кому-то обращаться. Я не выдержу очередной перебор психологов. С другой стороны, жить дальше с тем уровнем тревоги и депрессии (и психосоматики) я тоже не могу. И я хочу понять, есть ли смысл дальше искать психолога, и если искать, то как?"

Недоверие психологам – действительно распространённый мотив избегания терапии и серьёзный барьер к получению профессиональной помощи. Возможно, такое недоверие оправдано тем, что при нынешнем обилии психологов нередко наблюдается низкая эффективность психологической помощи, приводящая клиентов к неудовлетворённости и отказу от дальнейшего обращения к специалистам. Может быть, это связано с притоком "быстро подготовленных" психологов в последнее время, которые не могут взять, да и сразу стать хорошими специалистами для работы в психотерапии. Для чего необходимы: 1) качественная подготовка психологов (к чему много вопросов) и 2) добротная практика "подмастерьев" под кураторством уже сложившихся профессионалов. Чтобы начинающие психологи осваивали практику под "присмотром" профессионального сообщества той или иной терапевтической школы с заботой о качестве оказываемой помощи на пользу клиентам и сохранению достоинства профессии.

Откладывая по тем или иным причинам решение своей проблемы, люди обращаются за помощью, когда ситуация становится уже критической – разрушены отношения, психосоматика заявляет о проблеме на уровне тела, депрессия устраивает саботаж: "не так живёшь"... И лишь с психологом к человеку приходит понимание, что своевременная работа над собой могла бы спасти отношения и своё здоровье, не упустить воспитание ребёнка, не растратить время своей жизни на пустое – всё это вызывает большое сожаление.

Как терапию сделать эффективной

В многолетней практике индивидуальной и групповой работы с клиентами мы кропотливо разбирались в том, как устроен Внутренний мир в человеке, как складываются психологические проблемы в процессе детской адаптации, как они проявляются во взрослой жизни, и что помогает их распознаванию, чтобы от них освободиться. Обширная и "живая" информация из "первых рук" около четырёх тысяч моих клиентов, а также личные открытия позволили обобщить наблюдения и утвердиться в том, что может сделать терапию более понятной, быстрой и эффективной, чтобы она приносила пользу людям. Для этого нужно понимать, как мы устроены. Ведь до сих пор существует трудность понимания психологии человека: что движет его поведением, и что им управляет, каковы изначальные причины психологических проблем.

Задаваясь вопросом "кто я?", люди чаще всего отождествляют себя с личностью, уравнивая понятия "личность" и "человек". Однако ошибочно считать, что "я – это личность", потому что человеческая Личность – продукт социальный, формируется в контакте с миром после рождения ребёнка. Однокоренное слово "личина" (маска) указывает на это, чтобы рассматривать Личность как внешнее "я" относительно Я-Внутреннего с функцией защиты и посредника между Внутренним миром и миром внешним. Из этой позиции у неё два вектора внимания: внутрь – к Себе и вовне – к миру. Соответственно, и два уровня отношений: с Собой и с другими.

И что же скрывается внутри себя за этой "социальной оболочкой"? Там – природное Изначальное Я, наша неповторимая Индивидуальность, которой каждый из нас рождается в мир. В ней как в программе саморазвития заложены наши способности, задатки, таланты – все внутренние возможности для дальнейшего развёртывания. Как, например, в маленьком жёлуде присутствуют все свойства и задатки стать могучим дубом со всеми его будущими ветвями и корнями. Так и человеческая Индивидуальность способна раскрыться и воплотиться заложенными в ней свойствами, если не мешать процессу саморазвития, а создать для этого все необходимые условия.

Личность начинает складываться в ребёнке с запечатлевания маминого образа как первоначального контакта с миром, который "вселяется" в сознание, постепенно образуя его второе "я", похожее на маму. Согласно воззрениям Л. С. Выготского, *"Личность – первичное, что создается вместе с высшими функциями сознания в социальных"*

отношениях... и сами эти функции, перенесённые в личность... становятся основой социальной структуры личности", внутренним "диалогом" по типу "субъект-субъект"[1, с. 59, 54].

То есть в отличие от Индивидуальности с Личностью мы не рождаемся. Она формируется в отношениях ребёнка со своей мамой (или замещающей родительской фигурой) как адаптация к социуму и несёт в себе социальную функцию общения с другими и с Собой (со своей Индивидуальностью). Считается, что к пяти годам Личность в ребёнке вполне сформирована, а к семи закрепляется как характер. И при благоприятном воспитании к шести-семи годам ребёнок уже готов адекватно управлять своим поведением. Постепенно он берёт в свои руки заботу о Себе до полной автономии от родителей.

Личность – это функция, адаптирующая свою Индивидуальность к миру подобно маме, заботящейся о беспомощном ребёнке, когда он не способен жить без неё. Индивидуальность также зависима от своей Личности, как маленький ребёнок от своей мамы. Наверное, поэтому, когда я задаю вопрос: "Кто главный в паре мама/ребёнок?", практически все отвечают, что это мама. Увы, ответ неправильный. И связан он с родительской позицией, которая отражает полную зависимость ребёнка от родителя и не учитывает собственную "программу" саморазвития и самореализации его Индивидуальности. На самом деле в паре с мамой главный, конечно же, ребёнок. Ведь до того, как его не было, женщина и не называлась мамой, а стала ею, лишь благодаря его рождению. Соответственно, и внутри нас главная – Индивидуальность, с которой мы родились, а Личность сформировалась уже при жизни. Она призвана заботиться о Своём Внутреннем Я, как мама о своём ребёнке.

Для своей Индивидуальности Личность – единственное "окно", через которое та может проявлять Себя, познавать мир и открываться. Выстраивая эффективные способы взаимодействия с миром, Личность как "социальная оболочка" обеспечивает доступ Индивидуальности к необходимым внешним возможностям для удовлетворения внутренних потребностей на всех уровнях существования – физическом, душевном, духовном.

Причина психологических проблем – нарушение самооценности человека

Принято считать, что в человеке может быть много разных психологических проблем. Но при ближайшем рассмотрении оказывается, что практически все они сводятся к обесцениванию Личностью своего Внутреннего Я, то есть к нарушению и даже потере Самоценности, когда человек не знает, не ценит в себе Себя – свою Индивидуальность. Нередко она даже изгоняется из своей жизни "захватившей власть" собственной Личностью. И тогда закрываются пути к Самопознанию, Самопроявлению и Самореализации, когда это "Само" в себе неинтересно или бывает даже ненавистно собственной Личности. Такой человек живёт не Собой и не Своей жизнью, а в сценарии травмированного детства.

Как и где нарушается Самоценность в человеке? Происходит это при формировании Личности в ребёнке раннего возраста в условиях неценностного отношения к нему со стороны матери (или замещающей родительской фигуры). Отчего ребёнок сам (его Личность) также неценностно начинает относиться к Себе (своей Индивидуальности), чем отменяется его природная Самоценность. Это приводит к Внутреннему конфликту в себе, который затрудняет удовлетворение внутренних потребностей. Следствием чего и становятся всевозможные проблемы, с которыми человек обращается к психологу.

Однако запрос в терапии на восстановление Самоценности – весьма редкое явление. Чаще клиент готов "проработать" с психологом множество своих проблем (в действительности являющихся симптомами его нарушенной Самоценности, о чём он не знает). Если психолог берётся искать решение по первому запросу клиента, это означает работу со следствием, а не с причиной проблемы. Тогда терапия надолго и вхолостую, потому что нарушенная Самоценность создаёт много симптомов, и "убирая" один, на его месте появляется новый. Проблема неразрешима до тех пор, пока не устранена её настоящая причина – обесценивание Личностью своей Индивидуальности.

Личностный анализ для восстановления самооценности

Более десяти лет в работе с клиентами этот подход складывался, уточнялся и обрёл конкретные очертания в моей новой книге "Личностный анализ. 10 шагов для восстановления самооценности". Когда главным предметом внимания в терапии становится Личность – второе "я" человека как "социальная оболочка" для своего Внутреннего Я. Это позволяет клиенту в работе с психологом вскрывать глубинные истоки своего проблемного поведения. Тогда он может найти причину проблемы, осознав связь между её проявлением "сейчас" и тем, что происходило "тогда" и "там", где она образовалась при формировании Личности в ребёнке. Исследуя отношения Личности с Собой, можно распознать личностные искажения, которые и создают самому себе проблемы.

Осознание причин, по которым Личность неценностно относится к своему Внутреннему Я, позволяет менять отношения внутри себя на ценностные, это становится для человека "чудесным" выходом из его психологической проблемы. Он как будто "заново рождается" для своей новой жизни, когда начинает понимать ценность Индивидуальности в себе, как только в нём устанавливается безоценочное самовосприятие. Восстановление Самоценности в человеке меняет всё – он "взрослеет", восстанавливается вера в Себя, появляется желание и право быть Собой, становится легко на душе, происходит оздоровление тела, облегчаются контакты с миром, меняются жизненные цели, возрастает энергия на их воплощение. И открывается жизненный смысл как процесс от самопознания через самопроявление к самореализации. Это серьёзная ступень в Личностном росте человека, когда, распознав смысл своей жизни, он может двигаться к его воплощению.

Направленный на изменение Личности от незрелости к зрелости Личностный анализ способен стать для клиента таким процессом самопознания, в котором с помощью психолога ему удаётся окончательно разобраться в своей проблеме. А также урегулировать свои внутренние и внешние отношения, вернуть возможность жить в ладу с Собой и миром. И перестать нуждаться в психологах – считаю это основным критерием эффективной терапии. Она приводит человека к

Личностной зрелости (взрослости), когда определяющим критерием становится САМОценность – ценностное, дружественное отношение Личности к Себе – своей Индивидуальности с искренней заботой об удовлетворении своих внутренних потребностей на всех уровнях существования: телесном, душевном, духовном. Лишь после этого человек способен ценностно и заботливо относиться к другим.

Об этом пишут в отзывах мои клиенты. "Муж недавно сказал: "Ты меняешься, стала позитивной, спокойной, радостной". Да! Истоком моей проблемы было обесценивание себя. Родители внушили мне это своим отношением! А сейчас чувствую: Я ХОРОШАЯ! Меня можно любить. Я ощутила любовь к себе маленькой и желание заботиться о ней, стать мамой для себя маленькой! Моя ценность восстанавливалась по крупицам. Самое главное, что со мной произошло: я ощутила осознание собственной ценности! Я – ценная, потому что я есть! Я люблю и принимаю себя. Я чувствую комфорт в душе! Сейчас, если я не хочу чего-то – я не делаю и не чувствую ни вины, ни страха. Никогда так не делала! Это очень круто!"

Задача работы над собой в Личностном анализе – это не приобрести какие-то новые навыки, улучшить себя и сделаться новым собой, а в том, чтобы познать Себя – того, кто "я есть", восстановив с Собой Самоценностные отношения, познакомить с Собой свою Личность, собрать себя в целостное Я, чтобы жить в ладу с Собой и миром.

Список литературы

1. Выготский Л. С. Конкретная психология человека. М.: Вестник МГУ, серия Психология, 1986, №1, с. 59, 54.
2. Цветкова Н. И. Личностный анализ. 10 шагов для восстановления самооценности. Краснодар, 2023. 256 с.

PERSONAL ANALYSIS TO RESTORE SELF-WORTH IS AN EFFECTIVE WAY OF PSYCHOTHERAPY

Tsvetkova Nadezhda Ivanovna, e-mail: cvetkova_ni@mail.ru, private practicing psychologist since 1998, group coach, supervisor since 2002, author of books on psychology.

Keywords: personality, personality analysis, self-worth, restoration of self-worth, personal growth.

The article draws attention to the insufficiently effective help of psychologists, which leads to dissatisfaction of clients and their distrust of psychology and psychotherapy. This reduces the availability of psychological care for clients and the dignity of the profession of a psychologist. The article states an effective author's approach in psychological therapy: Personal analysis to restore self-worth. Which gives excellent results in short-term psychotherapy.

References

1. Vigotskii L. S. Konkretnaya psikhologiya cheloveka [Concrete human psychology]. M.: Vestnik MGU, seriya Psikhologiya, 1986, №1, s. 59, 54.
2. Tsvetkova N. I. Lichnostnii analiz. 10 shagov dlya vosstanovleniya samotsennosti [Personal analysis. 10 steps to restoring self-worth]. Krasnodar, 2023. 256 s.

ТЕЗИСЫ

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В БИЗНЕСЕ

Бирюкова Елена Павловна, психолог-консультант, консультант по стратегическому управлению и развитию, член-корреспондент Международной академии информатизации. Россия, Санкт-Петербург. lena762004@gmail.com

PSYCHOLOGICAL COUNSELING IN BUSINESS

Biryukova Elena Pavlovna, St Petersburg, Russia.

То, на чём сфокусировано наше внимание, – то и определяет жизнь. Бизнес-среда не является исключением. Рассматривая бизнес как совокупность шести компонентов (автор пр. Надя Жексембаева) – Прогнозирование – Дизайн – Реализация (процессный подход) и Системность – Культура – Мышление (компетентностный подход), важно сосредоточиться на достижении высокого уровня жизнеспособности.

В бизнесе легко формировать устойчивый климат, в котором сотрудники будут сфокусированы на достижениях и ценностях с помощью профессиональных психологов и коучей, по штатному расписанию, «менеджеров по счастью».

Этот подход подтверждает своё право на существование как в малых, так и в крупных компаниях. Важно оценить текущий уровень приверженности ценностям, с одной стороны, самой компании, с другой стороны, ценностям работников. Выбор сильных компетенций (в том числе личностных) специалистов позволяет повышать их уровень счастья, и, как следствие, улучшать позитивный настрой клиентов и эффективность всего бизнеса.

Практики встраиваются на уровень бизнес-процессов и целевых показателей, таких, как удовлетворенность, использование потенциала, уровень коммуникабельности (социальные связи) и даже наслаждение. Профессиональное консультирование является основой построения уникального подхода, который вызывает повышение лояльности к бизнесу и стремление каждого проживать жизнь в максимально позитивном ключе.

ПОЧЕМУ БИЗНЕС ОТДАЕТ ПРЕДПОЧТЕНИЕ СУДАМ ПЕРЕД МЕДИАЦИЕЙ?

Гребенкина Татьяна Юрьевна, uptime@uptime-top.ru, Действительный член ОППЛ, профессиональный медиатор, управляющий партнер консалтинговой компании «Аптайм» (Новосибирск)

WHY DOES BUSINESS PREFER ARBITRATION OVER MEDIATION WHEN SOLVING CORPORATE CONFLICTS?

Grebenkina Tatiana Yurievna, Novosibirsk, Russia.

За последние 5-7 лет практика применения медиации в решении корпоративных споров получила большее распространение и развитие. Формируется сообщество медиаторов и информационное поле с одной стороны и запрос на разные варианты решения корпоративных споров с другой. Параллельно применение медиации периодически обсуждается на уровне законодательной и исполнительной власти. Сейчас в России появились новые обучающие программы по разным направлениям медиации, и как следствие количество профессиональных медиаторов в разных сферах.

Однако на сегодняшний день существует ряд причин, по которым представители бизнес сообщества выбирает решать свои конфликты в суде, игнорируя возможность использования процедуры медиации. Одна из причин – низкая осведомленность предпринимателей о 193 ФЗ, о преимуществах медиации. В качестве иллюстрации этого тезиса докладчик провел экспресс-исследование среди 100 предпринимателей России. Предпринимателям было предложено ответить на очень простой вопрос: «Что вы знаете о медиации в Российской Федерации». Докладчик рассмотрит наиболее типичные ответы представителей предпринимательского сообщества, проанализирует причины и следствия таких взглядов бизнесменов на предоставленную им возможность.

Также в докладе прозвучит сравнительная характеристика международного законодательного регулирования корпоративных споров и российского.

ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ГРУППЫ В УСЛОВИЯХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА

Жегурова Оксана Александровна, ассистент кафедры психологии здоровья и отклоняющегося поведения Санкт-Петербургского государственного университета, ведущий консультант Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета, Россия, Санкт-Петербург. sivuda@list.ru

Красько Елена Леонидовна, ведущий специалист Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета, Россия, Санкт-Петербург. e.krasko@spbu.ru

EXPERIENCE OF CONDUCTING AN ART THERAPY GROUP IN A PSYCHOLOGICAL CLINIC OF A UNIVERSITY

Zhegurova Oksana Aleksandrovna, Lecturer at the department of psychology of health and deviant behavior. Saint Petersburg State University, consultant Psychological Clinic, St. Petersburg State University, Russia St. Petersburg sivuda@list.ru

Krasko Elena Leonidovna, Leading Specialist, Psychological Clinic, St. Petersburg State University, Russia, St. Petersburg e.krasko@spbu.ru

В условиях мегаполиса, когда большинство проживающих в нем испытывают дефицит времени, растет запрос на краткосрочные форматы психологической помощи. Высокий уровень стресса, усиливающаяся тревога, как ответ на происходящие изменения в мире, увеличивают потребность в психотерапевтической работе с акцентом на исследовании эмоциональной сферы и поддержке. Одной из особенностей работы психологической службы вуза является большое

количество заявок на получение психологической помощи. Учитывая все эти обстоятельства, была разработана и реализована арт-терапевтическая программа по работе с агрессией в малой закрытой группе. Условия проведения группы: 4 встречи в вечернее время (по 3 часа), 2 ведущих и 6 участников. Как нам представляется, это позволило реализовать следующие возможности: быстрого формирования контакта и доверительной атмосферы; активного участия; сочетания элементов индивидуальной и групповой работы; получения объемной и разнообразной обратной связи как от участников, так и от ведущих группы. Каждая встреча была сфокусирована на конкретной теме с озвучиваемыми задачами, что позволяло участникам видеть результаты по завершению занятия. Опыт организации группы показал, что ведущий должен обладать не только навыками ведения группы, но и знаниями нюансов размещения информации в социальных сетях; быть готовым к реалиям оказания бесплатной психологической помощи: большому количеству желающих попасть в группу и одновременно – постепенному уменьшению количества участников.

РОЛЬ ПРИРОДЫ И ВОСПИТАНИЯ В РАЗВИТИИ ПРИВЯЗАННОСТИ

Козлов М.Ю., ПКБ №4 им П.Б. Ганнушкина, Москва, Россия.

THE ROLE OF NATURE AND NURTURE IN THE DEVELOPMENT OF ATTACHMENT

Kozlov M.Y., PSH No. 4 named after P.B. Gannushkina, Moscow, Russia. 420i33@mail.ru

В последнее время отмечается появление значительного количества интересных работ по теории привязанности, поскольку в вопросе детско-родительских, партнерских, дружеских и терапевтических взаимоотношений, эта модель является базовой и обладает высоким объяснительным потенциалом. Особенно важен вопрос о соотношении биологического и социального в происхождении привязанности, которому в последние десятилетия было посвящено несколько научных статей. Чаще всего авторы склоняются к решению в пользу большей генетической детерминации, а социальной среде уделяется роль «оформления» этого процесса (Junewicz, Alexandra, 2018). Некоторые авторы стараются преодолеть дилемму «nature/nurture» с помощью холистического подхода, в котором воспитание представляется частью природы, биологической программы, не лишенной своих особенностей. Для клиницистов, понимание не столько дуалистичной, сколько системной природы внутренних рабочих моделей может играть важную роль при постановке терапевтических целей, в частности такой важной и распространенной как аффективная регуляция, в которой безопасная привязанность может играть значительную роль (Meyer, D.; Wood, S.; Stanley, B., 2013). Резюмируя: в вопросе происхождения привязанности, значительную роль играют биологические факторы, что ставит определенные пределы возможностям их психологической коррекции.

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЖИТЕЛЕЙ ПРИГРАНИЧНЫХ С УКРАИНОЙ РЕГИОНОВ В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ

Лаврова Нина Михайловна, действительный член ОППЛ, руководитель комитета по медиации ОППЛ, руководитель модальности «Системная семейная психотерапия: восточная версия», психотерапевт Европейского реестра, директор Центра «Альянс». Россия, Санкт-Петербург.

Бутенко Светлана Александровна, педагог-психолог (высшей квалификационной категории) ОГБУ «Белгородский региональный центр психолого-медико-социального сопровождения». Россия, Белгород

Лавров Никанор Васильевич, кандидат медицинских наук, доцент Санкт-Петербургского государственного педиатрического медицинского университета. Россия, Санкт-Петербург.

Зезюлинская Инна Алексеевна, психотерапевт единого реестра ЕАП, руководитель Центра прикладной психологии «Гармония» и арт-терапевтической мастерской «Краски души». Россия, Севастополь.

FEATURES OF THE EMOTIONAL STATE OF RESIDENTS OF THE REGIONS BORDERING UKRAINE IN THE CONDITIONS OF A SPECIAL MILITARY OPERATION

Nina Lavrova, professor RANS, full member of the PPL, head of the modality System family psychotherapy: Eastern version of the PPL, head of the mediation Committee of the PPL, psychotherapist of the European registry, director of the Center «Alliance». Russia, St, Petersburg.

Nikanor Lavrov, Ph. D., associate professor of the St. Petersburg state pediatric medical University. Russia, St, Petersburg.

Svetlana Butenko, teacher-psychologist (of the highest qualification category) of the Belgorod regional center for psychological, medical and social support. Russia, Belgorod.

Inna Zezyulinskaya, psychotherapist of the European registry, head of the Centre of applied psychology «Harmony», founder of original online school «Colours of Life». Russia, Sevastopol.

Во время специальной военной операции с ноября 2022 по февраль 2023 года произвели измерение тревожности 708 жителей регионов, приграничных с Украиной. Тест (А. П. Бизюк и др., 1993) позволял оценивать компоненты эмоционального состояния, а также ситуационную тревожность (СТ-С) в момент прохождения теста и личностную тревожность (СТ-Л), свойственную предшествующему годовому периоду. В процессе всех наблюдений повышенная СТ-Л постоянно прослеживалась у большинства респондентов. Выраженность СТ-С варьировала по отношению к СТ-Л. Если в ноябре уровень СТ-С чаще всего снижался по отношению к СТ-Л, то в декабре перед Новогодними праздниками СТ-С превышала СТ-Л у большинства респондентов. В январе и феврале соотношение СТ-С и СТ-Л вновь изменилось. Не было отмечено преобладание какого-то одного из вариантов равенства, повышения или снижения уровня СТ-С по отношению к СТ-Л. Сравнение выраженности компонентов эмоционального состояния респондентов выделило астенизацию и тревожную оценку перспективы в качестве наиболее стойких последствий напряженных жизненных обстоятельств. Вариабельность СТ-

С объясняется отсутствием упорядоченности переживаний вследствие недостаточной адаптации к ситуации. Мобилизация интеллекта с обращением к личному опыту способствовала адаптации. Имеется в виду, что снижение СТ-С обусловлено упорядоченностью функционального состояния благодаря переходу к использованию эффективных стратегий принятия решений, в основе которых лежит позитивный личный опыт.

РАЗРЕШЕНИЕ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДОВ ПРОЦЕССУАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Морозова Анна Сергеевна, Председатель Свердловского отделения Общероссийской профессиональной психотерапевтической Лиги, психолог, тренер, консультант, действительный член ОППЛ.

RESOLUTION OF INTERNAL CONFLICTS USING THE METHODS OF PROCESS-ORIENTED PSYCHOLOGY

Morozova Anna Sergeevna, Ekaterinburg, Russia.

В докладе дается описание четырех фаз конфликта по А.Минделлу. Рассматривается процесс-ориентированная медитация с осознанием фаз в течение дня. Структура и описание упражнения-медитации. Также приводятся примеры упражнений и самостоятельной внутренней работы во время общения с природой.

Конфликты случаются во всех сферах жизни. Внутренние конфликты происходят между интроектами и желаниями человека. В работах А.Минделла в структуре конфликта выделяются четыре фазы. Первая фаза удовольствия, когда человек думает о себе и своих желаниях. Вторая фаза содержит в себе напряженность и конфликт, это фаза борьбы. В третьей фазе люди готовы меняться ролями и снижать уровень конфликта, принять противоположную сторону. В четвертой фазе человек чувствует себя расслабленно и отстраненно, максимально спокойно, движимый тонким чувством бесконечного «Дао, невыразимого словами». То, что называется «процессуальный ум», единство противоположностей. Для работы с внутренними конфликтами можно использовать внутреннюю работу, определяя, на какой фазе находишься в течение дня. Усиливая переживания с помощью движения, звуков, идей, можно быстрее проходить любую фазу и двигаться к следующей. Регулярная процесс-ориентированная медитация ведет к повышению осознанности. Проблемы могут иметь отношение к прошлым трудностям и семейной истории, но они также связаны с краями и границами человека. При недостаточно гибкой идентификации с «я» многие проблемы можно решить путем смягчения края и вбирания в себя части энергии из противостоящего. Важно не застыть в одной фазе, а передвигаться по ним. Для преодоления внешних острых групповых конфликтов в процессуально-ориентированном подходе обычно проводят Мировую работу, во время которых каждая сторона может быть услышана.

МЕДИАЦИЯ КОРПОРАТИВНЫХ КОНФЛИКТОВ. ТЕХНОЛОГИЯ «ТРЕТЬЕ РЕШЕНИЕ»

Муравьева Анна Витальевна, uptime@uptime-top.ru, Действительный член ОППЛ, профессиональный медиатор, управляющий партнер консалтинговой компании «Аптайм» (Новосибирск)

RESOLVING CORPORATE CONFLICTS THROUGH MEDIATION. «THE THIRD OPTION» TECHNOLOGY

Muravyeva Anna Vitalievna, Novosibirsk, Russia.

Когда возникает сверхнакаленный конфликт между собственниками бизнеса, в первую очередь страдает сам бизнес. Собственники переходят в позицию позиционного торга с задачей удовлетворить свои интересы, перетягивают одеяло на свою сторону и перестают видеть последствия таких решений. Отсюда большое количество некрасивых «разводов» бывших партнеров по бизнесу.

Задача медиатора корпоративных споров – помочь собственникам увидеть новое пространство решений, в котором удовлетворяются интересы как самих собственников, так и бизнеса (бизнес при этом является третьей стороной конфликта, интересы которого никто не защищает).

Для этого в основу медиативного подхода «третье решение» положена модель стратегий поведения в конфликтной ситуации Блейка-Муттона. При этом роль защиты интересов третьей стороны, а именно бизнеса, берет на себя медиатор. Для этого он постоянно фокусирует внимание медиантов на вопросе: «Как это решение повлияет на бизнес?», тем самым сдвигая пространство обсуждения с личных интересов на общие интересы и в область сотрудничества.

ФЕНОМЕН ВЫСОКОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ИЛИ КТО ТАКИЕ ВЧЛ

Полякова Валентина Валентиновна, клинический психолог, гипнотерапевт, действительный член ОППЛ, Россия, Нижний Новгород, Нижегородский центр регрессивной терапии, pv@regipnoz.ru

THE PHENOMENON OF HIGHLY SENSITIVE PERSON OR WHO ARE THE HSP

Polyakova Valentina Valentinovna, clinical psychologist, hypnotherapist, Russia, Nizhny Novgorod.

Феномен высокой чувствительности человека изучается в психологии с XX в. на старте исследований был представлен избирательно как вариант пограничных состояний, требующий медикаментозной коррекции. Впервые комплексно этот феномен описала клинический психолог Э. Эйрон, выявив, что высокая чувствительность человека является физиологической особенностью нервной системы. Такой взгляд требует пересмотра и всестороннего рассмотрения профессиональными исследователями, психологами, психотерапевтами, физиологами, врачами темы высокочувствительных людей.

ВЧЛ существовали во все времена и являлись духовно-нравственной опорой для общества. Это мудрецы и философы, писатели и изобретатели, прогрессивные ученые и учителя, целители и мастера врачевания, эксперты в своем деле – все

это заложено с рождения и способно раскрыться при благоприятном развитии. Высоко чувствительный человек – это человек, воспринимающий мир глобальней, тоньше и ярче. Это люди с нестандартным мышлением, способностью видеть суть и предвидеть динамику жизненных процессов. Свойство является врожденным, наследуемым и является вариантом психологической нормы.

Психологическая помощь и поддержка таким людям имеет особенности и нюансы, в отсутствии знаний которых, терапия для высокочувствительных становится скорее проблемой, чем пользой. Актуальность заявленной темы обусловлена необходимостью глубокого изучения данного феномена для развития и совершенствования качественной психологической помощи высокочувствительным людям, ВЧЛ.

РАБОТА С ПСИХОТРАВМОЙ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

Протопопов Владимир Сергеевич, клинический психолог, руководитель научной части ООО «НИИ Системная психология», член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги (ОППЛ). pvs@systems-psy.ru

Васюткина Анна Сергеевна, клинический психолог, научный работник ООО «НИИ Системная психология» andreeva_anna@systems-psy.ru

WORK WITH PSYCHOTRAUMA IN PSYCHOLOGICAL COUNSELING AND PSYCHOTHERAPY

Protopopov V.S., Vasyutkina A.S.

В психотерапевтической практике мы применяем авторскую методику «Душа» для терапии личной и трансгенерационной психотравмы. Методика основывается на современных подходах терапии, работе с бессознательным, принципах проживания утраты, основах психосинтеза, аутогенных тренировок, на теории и практике системных семейных расстановок.

Феномен трансгенерационной травмы в том, что человек как часть семейной системы наделен психическим наследством, чувственным опытом, передающимся из поколения в поколение и оказывающим бессознательное влияние. Когда в роду участник перенес психотравму, которая не была психически переработана, не прожита, то такая «незавершенная» травма остается в чувственном опыте рода и создает психическое, физическое напряжение в последующих поколениях.

Методика «Душа» помогает обнаружить, проявить эти связи, переработать чувственный опыт, предотвратить негативное бессознательное влияние в настоящем, сформировать чувство благодарности и принятия как необходимый фундамент восстановления системной целостности личности и инициации процесса психической, ментальной зрелости.

Так расширяется сознание на чувственный опыт рода, который впоследствии можем передать нашим детям. Обретая психическую зрелость, освободившись от личных и трансгенерационных психотравм, человеку открывается свободный выбор выстраивания отношений в собственной семье, с партнером, детьми, дружеских, рабочих отношений, самореализации и полного принятия себя как части мира.

СУПЕРВИЗИЯ КАК МЕТАКОГНИТИВНЫЙ ПРОЦЕСС

Значение метакогнитивного познания в формировании профессиональной идентичности супервизора

Ревин Константин Сергеевич, клинический психолог, аккредитованный полимодальный супервизор ОППЛ, ГБУЗ ГПБ №7 им. Ак. Павлова «Клиника неврозов». Kosty.revin@gmail.com

Ключевые слова: Психотерапия, супервизия, метапознание, идентичность, эффективность.

В настоящее время знания, полученные когнитивной наукой, приоткрыли содержание человеческого сознания и понимания метапознавательных процессов. Метапознание, как показано, занимает центральную роль в как в предмете психотерапевтической работы, так и в эффективности деятельности и обучения. Однако, зачастую эти достижения не используются в практической работе, а в целом ситуация напоминает попытку двух людей, находящихся по разные стороны от забора сделать подкоп, но копают они в разных местах.

Целью данного доклада выступает увязать между собой некоторые достижения когнитивной науки с практическими областями психотерапевтической работы и понять, чем в настоящее время эти достижения могут быть полезны в практике. В этом контексте важным видится обсуждение характера и значимости метакогниций со стороны клиента и терапевта, супервизанта и супервизора.

В истории взаимоотношений психологии и психотерапии можно заметить ряд закономерностей. В конце 1950-х годов психоаналитики активно занимались изучением закономерностей формирования психической деятельности, и практическим путем была сформулирована концепция У.Биона о формировании психики и значение в этом процессе проективной идентификации. Одна из основных идея этой концепции заключалась в следующем – нормальное развитие психической деятельности происходит путем тестирования аффектом реальности и последующая индукция изменений. Позднее в ленинградской школе психологии в 1980-х –1990-х годах Б.Ф. Ломов, Л.М. Веккер, Б.Г. Ананьев и другие при экспериментальном изучении образа восприятия приходят к похожим выводам – формирование дифференцированно-синтезированного образа восприятия происходит через активное взаимодействие с элементами реальности. Тем самым сформировалась доказательная база для теории, существующей в практической психотерапии.

В наше время происходит похожая ситуация – в когнитивной психологии активно разрабатываются исследования сознания и метапознания, что может выступить доказательной базой для существующих в психотерапии современных концепций. Однако, в силу того, что традиционно психотерапия разрабатывалась преимущественно врачами и в рамках медицинских дисциплин, в психотерапию перекочевали те же проблемы с доказательностью, что и в медицине. В итоге мы видим неутешительный вывод, наблюдаемый в метанализах современных исследований эффективности психотерапии – за

концепции появившиеся за последние 30 лет не показали большей эффективности, чем ранее существующие. Вкупе с этим, нельзя забывать в целом о проблеме доказанной эффективности психотерапии. Таким образом, видится особая значимость в учете результатов когнитивной психологии в психотерапевтической работе и разработка психотерапевтических концепций на базе доказательной психологии.

Рассматривая значение метакогнитивного познания в процессе психотерапии и супервизии, можно обратить внимание на такие понятия как, стратегии поведения в когнитивно-поведенческой терапии, внутриличностная структура в психодинамических концепциях и индивидуальный опыт в феноменологических концепциях. Каждое из этих понятий, по сути, используется для описания ментальной репрезентации, которые сейчас активно изучаются в рамках исследований метапознавательных процессов. В ряде теоретических моделей, например модель Е.Ерткина, особую значимость имеют взаимодействие метакогнитивного знания (ментальной репрезентации), метакогнитивных навыков (способов переработки информации и знаний о себе) и метакогнитивных переживаний (реакции на предыдущие процессы переработки). Особо ярко взаимодействие этих 3-ех компонентов мы видим в рамках супервизионного процесса, когда супервизант приносит метакогнитивные переживания о клиенте, уже интегрированные в знания о клиенте, о себе или находящиеся в этом процессе. Там, на супервизии, группа или супервизор помогают специалисту пройти цикл между этими тремя компонентами, для углубления понимания клиента, возникновения метакогнитивных переживаний нового уровня и разрядки этих переживаний. Таким образом, понимание разнообразия организации всех трех компонентов у разных людей и в целом необходимо для эффективного супервизора. В противном случае риск превращения супервизии из способа преодоления трудности во времяпрепровождение оказывается очень высоким. Эти выводы можно также применить и к психотерапевтической работе.

В свете описанного, хочется привлечь внимание коллег к взаимоотношениям исследований в психологии и психотерапевтическими концепциями. Автору видится, что взаимосвязь этих областей может помочь преодолеть застой, который наблюдается в психотерапии последние 10-15 лет, и дать почву для решения проблем эффективности и доказательности в психотерапии.

SUPERVISION AS A METACOGNITIVE PROCESS

Significance of metacognition in the formation of a Supervisor's Professional Identity

Revin Konstantin Sergeevich, Clinical Psychologist, Accredited polymodal supervisor OPPL, GBUZ GPB № 7 n. a. Ak. Pavlov "Clinic of neuroses". Kosty.revin@gmail.com

Keywords: Psychotherapy, supervision, metacognition, identity, effectiveness

The knowledge gained by cognitive science has now opened up the content of human consciousness and understanding of metacognitive processes. Metacognition has been shown to occupy a central role in both the subject matter of psychotherapy and in the effectiveness of activity and learning. However, these advances are often not used in practical work, and the overall situation resembles an attempt of two people on opposite sides of a fence trying to dig, but they are digging in different places.

The purpose of this paper is to connect some achievements of cognitive science to practical areas of psychotherapy work and to understand how these achievements can currently be useful in practice. In this context, a discussion of the nature and significance of metacognitions on the part of client and therapist, supervisor and supervisee seems important.

In the history of the relationship between psychology and psychotherapy, it is possible to notice a number of regularities. At the end of the 1950s, psychoanalysts were actively engaged in studying patterns of mental activity formation, therefore W. Bion's concept of mental formation and importance of projective identification in this process was formulated on basis of practical work in this field.

One of the basic ideas of this concept was the following – the normal development of mental activity occurs through affect testing of reality and the subsequent induction of change. Later in the Leningrad school of psychology in the 1980's and 1990's B.F. Lomov, L.M. Vekker, B.G. Ananyev and others reached similar conclusions during the experimental study of the perceptual image – the formation of a differentiated and synthesized perceptual image occurs through active interaction with elements of reality. This formed the evidence base for the theory that exists in practical psychotherapy.

Nowadays, a similar situation is occurring – studies of consciousness and metacognition are being actively developed in cognitive psychology, which can serve as an evidentiary base for current concepts existing in psychotherapy. However, due to the fact that psychotherapy was traditionally developed mainly by doctors and within the framework of medical disciplines, the same problems of evidence as in medicine have migrated to psychotherapy. As a result, we see the disappointing conclusion observed in meta-analyses of contemporary research on the efficacy of psychotherapy – the concepts that have emerged over the past 30 years have shown no greater efficacy than previously existing ones. Coupled with this, the problem of proven efficacy of psychotherapy in general cannot be forgotten. Consequently, it is seems especially important to take into consideration the results of cognitive psychology in psychotherapeutic work and to develop psychotherapeutic concepts on the basis of evidence-based psychology. Considering the importance of metacognition in the process of psychotherapy and supervision, should be paid attention to such concepts as behavioral strategies in cognitive-behavioral therapy, intrapersonal structure in psychodynamic concepts and individual experience in phenomenological concepts. Each of these concepts is essentially used to describe mental representations, which are now being actively explored in metacognitive research. In a number of theoretical models, such as E.Erткиn's model, the interactions of metacognitive knowledge (mental representation), metacognitive skills (ways of processing information and knowledge about oneself), and metacognitive experiences (reactions to previous processes of processing) are of particular importance. We see a particularly pronounced interaction of these 3 components in the supervisory process when the supervisor brings metacognitive experiences about the client that have already been integrated into, or are in the process of being integrated into, knowledge about the client, about the self. There, in supervision, the group or supervisor helps the professional to go through full cycle between these three components to deepen understanding of the client, emerge new level metacognitive experiences and defuse these

experiences. Thus, understanding the diversity of organization of all three components in different people and in general is necessary for an effective supervisor. Otherwise, the risk of turning supervision from a way of overcoming difficulty into just a conversation very high. These conclusions can also be applied to psychotherapeutic work. In the light of the above, I would like to draw colleagues' attention to the relationship between research in psychology and psychotherapy concepts. The author believes that the interrelation of these fields can help to overcome the stagnation observed in psychotherapy in the last 10-15 years and provide the ground for solving problems of effectiveness and evidence in psychotherapy.

ОСОБЕННОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ МУЖЧИН, ПОДЛЕЖАЩИХ МОБИЛИЗАЦИИ, В ПЕРИОД ЕЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Рухлова Анна Размиковна, психолог, специалист по телесно-ориентированной психотерапии, тренер МИППИП «Интеграция», действительный член ОППЛ, Екатеринбург. Anna.rukhlov.psy@yandex.ru

Обращение за психологической помощью мужской частью населения всегда занимала меньший процент, чем женской. Мужчины реже позволяют себе чувственно-эмоциональное раскрытие, чаще склонны подавлять свои эмоции. В данном докладе рассматриваются особенности консультирования, эмоциональные состояния, актуальные переживания и поведение, семейная ситуация мужчин подлежащих мобилизации в период ее объявления. Также представлена статистическая выборка психологов работающих с мужчинами.

Растерянность, паника, замирание и последующая суэта, агрессия и поиск виновных, это лишь небольшая часть переживаний, с которыми столкнулись мужчины в период объявления о частичной мобилизации. Изменения в семейных отношениях, переоценка ценностей, одиночество и невозможность разделить переживания с кем-либо толкают на действия, которые не всегда являются адекватными происходящему. Вопрос адаптации всегда становится более актуальным в период кризисных ситуаций. Принять изменившуюся ситуацию, тот факт, что как прежде уже не будет, отгоревать и жить дальше, все это способствует адаптации. Идея, вернуть все как было, заикленность в этом состоянии ведет к снижению адаптивных способностей. Развитая коммуникативная способность дает возможность обсуждать сложившуюся ситуацию, делиться своими переживаниями, таким образом снижая уровень тревоги. Изоляция, дистанцирование усиливают тревогу и состояние безысходности. Имея опыт и возможность говорить о своих переживаниях, позволять себе эмоционально-чувственное раскрытие в клиент-терапевтических отношениях дает возможность проживать данный период жизни более полно. Одной из целью терапии ставится формулирование запроса клиентом, что поможет адаптироваться, почувствовать устойчивость и способность адекватно выстраивать коммуникацию и действовать.

Ключевые слова: Частичная мобилизация, кризис, психологическое консультирование мужчин, психологическая поддержка, тревожность, клиент-терапевтические взаимоотношения, адаптация.

FEATURES OF COUNSELING MEN SUBJECT TO MOBILIZATION DURING THE PERIOD OF ITS ANNOUNCEMENT

Rukhlova Anna Razmikovna, psychologist, body-oriented therapy specialist, trainer at IIPPIP "Integration", full member of RPPL. Ekaterinburg, Russia. Anna.rukhlov.psy@yandex.ru

The report examines the specifics of counseling men to be mobilized during the period when mobilization is announced. Questions are raised about the emotional state of men in this period and the change in family relationship. Various types of reactions to changing conditions and adaptive ability are considered. The author describes the role of communicative skills in adaptation in a situation of loss of stability. Statistical data on men's requests for psychological help is presented.

Keywords: partial mobilization, crisis, psychological counseling of men, psychological support, anxiety, client-therapeutic relationships, adaptation.

ДЕНЬГИ КАК ИНСТРУМЕНТ РЕГУЛИРОВАНИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Рычков Андрей Михайлович, наблюдательный член ОППЛ, бизнесмен, студент магистратуры кафедры социальной психологии Гуманитарного Университета, Екатеринбург

MONEY AS A TOOL FOR REGULATING FAMILY RELATIONSHIPS

Rychkov A.M., member of the OPPL, businessman, master's student of the Department of Social Psychology of the Humanities University, Yekaterinburg.

Феномен денег изучается с древнейших времен. Многие мыслители рассматривали деньги в своих трудах. Георг Зиммель в своей работе детально разобрал значение денег и связал его с системой ценностей, позже его мысли продолжил Серж Московичи.

В отношениях человека с другими людьми происходит обмен ценностями, приходится чем-то жертвовать и получать что-то взамен. В процессе эволюции возникает такой инструмент, как деньги. Постепенно они превратились из монет в пластиковые карты и виртуальные средства. Деньги стали некоей субстанцией, способной материализовать любые наши желания.

В современном обществе СМИ внушают человеку искусственные потребности. В погоне за новыми объектами желаний человек заикливаются на жажде денег. Городская среда обезличивает человека, он теряет свою индивидуальность. Деньги для него становятся самоцелью.

В семейных отношениях деньги – это одна из самых распространенных причин конфликтов. Невидимые денежные связи тянутся между родителями и детьми. Молодожены тратят деньги, опираясь на опыт своих родителей, традиции и обычаи. Многие браки распадаются ввиду отсутствия взаимопонимания, из-за различий во взглядах на то, каким должен быть семейный бюджет.

В обществе боятся затрагивать тему денег, существует определенное табу. У каждого из членов семьи может быть свое

мнение по поводу справедливого распределения финансов. Деньги могут быть как причиной проблем, так и средством их решения. Деньгами можно возместить причиненный моральный или физический вред, компенсировать недостаток своего внимания. С помощью денег человек может проявлять свою любовь к другим членам семьи. Деньги – это энергия, которая пронизывает все семейные отношения и является одним из главных инструментов их регулирования.

СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ: НОВАЯ ТЕНДЕНЦИЯ ИЛИ НОВАЯ РЕАЛЬНОСТЬ?

Савельева Олеся Игоревна, olesyasav88@gmail.com, психолог-сексолог.

FAMILY THERAPY: NEW PROGRESS OR NEW REALITY?

Savelyeva Olesya, olesyasav88@gmail.com, psychologist-sexologist.

Семейная терапия считается молодым направлением в психологии. Несмотря на то, что появилась семейная терапия в 1957 г., в России она только начинает популяризироваться. В России стоит выделить некоторые особенности, которые ограничивают популярность семейной терапии. Одной из таких особенностей является ориентир на социум – «а что скажут люди, если узнают, что мы ходим к семейному терапевту»? Для большинства семей в XXI в. до сих пор важно мнение окружающих людей. Боясь критики со стороны, семьи в итоге остаются с нерешенными проблемами.

Также важную роль в популяризации семейной терапии играет экономическая ситуация. Не каждая семья может себе позволить даже 1 сеанс психотерапии. В России представлены программы для поддержки демографии, в виде материнского капитала, а также региональные жилищные программы. Но до сих пор не уделяется внимание на региональном и федеральном уровнях такому инструменту, как семейная терапия. В январе 2022 г. на 41 тыс заключенных браков пришлось 44 тыс. разводов. Среди распространенных причин разводов – бедность, взаимное непонимание и измены. Семьи, которые уже дошли до бракоразводного процесса, считают это единственным решением сложившихся и накопившихся проблем. Государство при бракоразводном процессе предоставляет только срок до трех месяцев на примирение. Но не в одном законодательном акте не прописана процедура этого примирения. Возможно, если бы пары в это срок примирения обязали посетить определенное количество сеансов семейной терапии, то количество желающих в итоге развестись приняло бы тенденцию к сокращению.

К ВОПРОСУ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ПОГРАНИЧНЫХ РАССТРОЙСТВ

Слабинский В. Ю., кандидат медицинских наук, ректор, профессор, заведующий кафедрой психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

Белан Р.М., ассистент кафедры психотерапии и клинической психологии, Петербургская школа психотерапии и психологии отношений, Санкт-Петербург.

ON THE EFFECTIVENESS OF POSITIVE DYNAMIC PSYCHOTHERAPY IN THE TREATMENT OF BORDERLINE DISORDERS

Slabinsky V. Yu., MD, Ph.D., Rector, Professor, Head of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

Belan R.M. MD, assistant of the Department of Psychotherapy and Clinical Psychology, St. Petersburg School of Psychotherapy and Psychology of Attitudes, St. Petersburg.

На современном этапе актуально обобщение опыта клинического применения новых отечественных методов психотерапии. Позитивная динамическая психотерапия В. Ю. Слабинского (ПДП) базируется на психологии отношений Лазурского-Мясищева, интегрирует наработки Петербургской школы психотерапии – лучшее из психотерапии перевоспитанием Бехтерева, аретотерапии Яроцкого, ортопедии отношений Зигель, патогенетической терапии Мясищева, личностно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии Карвасарского, Исуриной, Ташлыкова.

В 2011-2019 гг. врач-психотерапевт Р. М. Белан применял ПДП в отделении лечения пограничных расстройств и психотерапии ФГБУ НМИЦ ПН им. В. М. Бехтерева.

Общее количество пациентов – 663 чел. Все пациенты были разбиты на три группы:

1. Прошедшие курс ПДП без психофармакотерапии – 289 чел.
2. Прошедшие курс ПДП совместно с психофармакотерапией – 225 чел.
3. Прошедшие курс психофармакотерапии без ПДП – 149 чел.

Результаты терапии (по шкале Гамильтона) после 3 недель лечения:

1. В 1 группе уровень тревоги и депрессии снизился до нормы.
2. Во 2 группе уровень тревоги и депрессии снизился до нормы.
3. В 3 группе уровень тревоги и депрессии снизился до низкой патологии.

Результаты терапии (по шкале Гамильтона) через 1 год после лечения:

1. В 1 группе уровень тревоги и депрессии остался в норме.
2. Во 2 группе уровень тревоги и депрессии повысился до низкой патологии.
3. В 3 группе уровень тревоги и депрессии повысился до средней патологии.

Вывод: ПДП является эффективным методом терапии пограничных расстройств.

АНАЛИЗ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СТАТУСА СТУДЕНТОВ-МИГРАНТОВ КАК ФАКТОРА-ПРЕДИКАТА САМОПОВРЕЖДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ

Тагильцева Е.В., старший преподаватель ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный медицинский университет» Минздрава России, Новосибирск, Россия, leiderline@mail.ru.

ANALYSIS OF THE EMOTIONAL STATUS OF MIGRANT STUDENTS AS A PREDICATE FACTOR OF SELF-HARMING BEHAVIOR

Tagiltseva E.V., Novosibirsk, Russia.

Состояние миграции является потенциальным фактором риска самоповреждающего поведения, особенно среди несовершеннолетних, в силу их более высокой уязвимости к различным миграционным стрессовым факторам, которые увеличивают риски для психического здоровья. Наличие двух родителей-мигрантов увеличивает риск несуицидального повреждения среди подростков-мигрантов в 2,23 раза, суицидальных попыток в 5,5 раз (Plener, et al., 2015). В качестве факторов, увеличивающих риск самоповреждающего (DSH) и суицидального поведения приводятся такие, как ощущение одиночества; высокий уровень тревоги и безнадежности; кумулятивный стресс (Baralla, 2021). Цель исследования: выявить группу риска самоповреждающего поведения среди студентов-мигрантов. В исследовании приняло участие 109 (N=109) студентов аграрного вуза ($17,61 \pm 0,67$), проживающих в городе Новосибирске, являющиеся гражданами Киргизии, Таджикистана, Казахстана. Группа, менее адаптированных к российской культуре 55 (N=55) первокурсников и более адаптированных 54 (N=54) третькурсников. Все студенты обучаются и проживают в группах мигрантов близких культур. В рамках данного исследования использовались опросники: «Шкала воспринимаемого стресса-10», методика диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина, методика экспресс-диагностики невроза. Группа первокурсников-мигрантов демонстрирует показатели высокой ситуационной тревожности $45,69 \pm 8,49$ балла у 54,55% студентов и личностной – $47,8 \pm 9,87$ балла у 61,82% студентов. Слабое понимание окружающей действительности, плохое знание русского языка, низкая прогностичность формирует высокий тревожный фон. К третьему курсу отмечается снижение уровня тревожности у части студентов-мигрантов, высокие показатели остаются у 25,93% ($39,35 \pm 7,58$) и 33,3% ($40,78 \pm 8,24$) студентов в части ситуационной и личностной тревожности соответственно. Воспринимаемый стресс у первокурсников $26,22 \pm 5,61$ баллов, у третькурсников $29,44 \pm 6,69$ баллов, при пороговом значении 24,44 ($p < 0,01$). Повышенный уровень невротической симптоматики демонстрируют 43,64% первокурсников и 25,93% третькурсников. Среди положительной динамики по снижению появлений невротической симптоматики выделяются три студента, у которых показатели по данному фактору доходят до 53 баллов. Выводы: В результате исследования выявлено, что среди группы более адаптированных студентов-мигрантов 5,55% (n=3) находятся в зоне риска самоповреждающего поведения. В качестве мишенной коррекции для снижения деструктивного влияния стресса и тревожности на мигрантов в российском вузе предлагаем уделять особое внимание проработке этнокультуральных предрассудков.

ИГРОВАЯ АДДИКЦИЯ КАК ФАКТОР, УСУГУБЛЯЮЩИЙ ЧУВСТВО ОДИНОЧЕСТВА

Е.В. Тагильцева¹, П.С. Аунбу², М.И. Бахтин³, А.А. Ермоленко⁴, П.М. Карафинка⁵

¹ФГБОУ ВО НГМУ, старший преподаватель кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, leiderline@mail.ru

²ФГБОУ ВО НГМУ, студент 4 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, aunbuq@mail.ru

³ФГБОУ ВО НГМУ, студент 4 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, marheblaster@gmail.com

⁴ФГБОУ ВО НГМУ, студентка 4 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, bright.alina@ya.ru

⁵ФГБОУ ВО НГМУ, студент 4 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, karafinkap@mail.ru

GAMING ADDICTION AS A FACTOR AGGRAVATING THE FEELING OF LONELINESS

E.V. Tagiltseva, P.S. Aunbu, M.I. Bakhtin, A.A. Ermolenko, P.M. Karafinka

Век информационных технологий требует использовать компьютер в разных сферах жизни, современные поколения начинают им пользоваться с раннего детства.

Н.А. Носова отмечает, что происходит «смещение цели в виртуальную реальность для восполнения недостающих сфер жизни личности через иллюзорное удовлетворение основных потребностей человека за счет конструирования в виртуальной реальности новой личности». К. Суррат считает, что в виртуальном мире в сообществах формируются новые нормы и иерархические структуры.

Ц.П. Короленко отмечал притягательность виртуальной реальности, как возможность многочисленных анонимных социальных интеракций, реализация фантазий, нахождение желаемых «собеседников», доступ к различным видам развлечений.

Формируется зависимость, осложненная отсутствием навыков межличностной коммуникации и стрессоустойчивости.

Общение в Интернете снижает риск фрустрации, при желании вы можете отключить звук, выйти из социальной сети или заблокировать собеседника, все перечисленные стратегии поведения строятся на неадаптивном копинге бегство-избегание. Для общения с человеком в реальности придется нарабатывать другие модели поведения, что при уже имеющемся дискомфорте сложно реализовать без поддержки извне. Таким образом компьютер и Интернет превращаются для индивида в соблазн и средство заместить сложную для него подлинную жизнь в реальном мире пребыванием в вымышленной

действительности. Исследования в университете Карнеги-Меллона (США) показали, что интенсивное использование сети Интернет ведет к сужению социальных связей, вплоть до одиночества, к сокращению внутрисемейного общения, развитию депрессивных состояний.

Кроме вышеуказанной проблемы актуальной становится и другая, описанная О. В. Закревской, что в компьютерных играх герой имеет как правило несколько жизней, что у детей дошкольного и младшего школьного возраста, которые себя ассоциируют с героем, формирует уверенность в том, что смерть – это не навсегда, за смертью наступает еще одна жизнь. Таким образом, компьютерная зависимость влияет, и на мотивационную сферу, и на отношения с другими людьми, что может приводить к возникновению депрессивных мыслей, вследствие чего, появляется вероятность возникновения у человека суицидальных мыслей.

АКЦЕНТУАЦИИ ХАРАКТЕРА КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ АУТОДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Е.В. Тагильцева¹, Н. Н. Колосова², Д. С. Артамонова³, С. А. Гердюк⁴, О. В. Посевкина⁵

¹ФГБОУ ВО НГМУ, преподаватель кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, leiderline@mail.ru

² ФГБОУ ВО НГМУ, студентка 4 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, kolosova-16@mail.ru

³ФГБОУ ВО НГМУ, студент 1 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, dash.art04@gmail.com

⁴ФГБОУ ВО НГМУ, студентка 1 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, sofia.gerdyuk@bk.ru

⁵ ФГБОУ ВО НГМУ, ассистент кафедры пропедевтики внутренних болезней, posevkina66@yandex.ru

CHARACTER ACCENTUATION AS A FACTOR IN THE FORMATION OF AUTODESTRUCTIVE BEHAVIOR

E.V. Tagiltseva, N. N. Kolosova, D. S. Artamonova, S. A. Serdyuk, O. V. Posevkina

Чрезмерное усиление и выраженность отдельных черт характера или их сочетания, проявляемые в избирательном отношении личности к психологическим воздействиям определенного рода при хорошей или даже повышенной устойчивости к другим, способствуют формированию аутодеструктивного поведения человека.

Кульнева О.А. и др. (2020) провели анализ подростков с акцентуациями наиболее склонных к самоповреждающему и суицидальному поведению, размещены в порядке возрастания аутодеструктивного поведения. Неустойчивый тип (риск суицида отсутствует). Гипертимный тип акцентуации (склонны к саморазрушающему виктимному поведению: тяга к риску, новым впечатлениям, острым ощущениям). Психастенический и шизоидный тип (агрессивное или саморазрушающее виктимное поведение, облегчающее контакты со сверстниками). Сенситивный тип (не делятся своими переживаниями, накапливая чувство вины за свою неполноценность, постепенно приходя к мысли о бессмысленности своего существования). Циклоидный тип (возможность суицида зависит от фазы, совершается обычно в стрессовой ситуации на высоте аффекта). Истероидный тип (главная черта - демонстративность, что обуславливает склонность к суицидному шантажу). Эпилептоидный тип (характерна демонстративная форма суицидального поведения, мотивом служит желание причинить обидчику вред, напугать кого-то, добиваясь своих целей). Эмоционально-лабильный тип акцентуации (склонны к суицидному поведению аффективного типа, быстро принимают решение и быстро его осуществляют).

Таким образом можно отметить, что в детском и подростковом возрасте основным критерием нормативного развития личности выступает успешность социализации. Важная особенность аутодеструкции – социально-психологическая дезадаптация, вызванная рядом условий, среди которых ведущая роль принадлежит структурам личности как отражению складывающихся отношений и связей с существенными характеристиками человеческого бытия. Это даёт основание рассматривать подростков с саморазрушением как дезадаптированных, находящихся в социально опасном положении.

БУЛИНГОВАЯ СТРУКТУРА В ШКОЛЕ, КАК МЕХАНИЗМ КОМПЕНСАЦИИ НАПРЯЖЕНИЯ

Е.В. Тагильцева¹, О.В. Посевкина², М.И. Бахтин³, А.С. Зайцева⁴, М.А. Муранов⁵

¹ФГБОУ ВО НГМУ, преподаватель кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, leiderline@mail.ru

²ФГБОУ ВО НГМУ, ассистент кафедры пропедевтики внутренних болезней, posevkina66@yandex.ru

³ФГБОУ ВО НГМУ, студент 4 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, marheblaster@gmail.com

⁴ФГБОУ ВО НГМУ, студентка 3 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, nastyazaytseva19@mail.ru

⁵ФГБОУ ВО НГМУ, студент 3 курса кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии, muranov6@mail.ru

BULLYING STRUCTURE AT SCHOOL AS A STRESS COMPENSATION MECHANISM

E.V. Tagiltseva, N. N. Kolosova, D. S. Artamonova, S. A. Serdyuk, O. V. Posevkina

Повышенный уровень стресса в подростковой среде является одним из последствий прохождения возрастных кризисов и взросления. Отсутствию эффективных моделей и навыков преодоления трудностей приводит отдельную группу подростков к деструктивному компенсаторному поведению, одним из которых является буллинг. Роли участников буллинга: жертва, инициатор, наблюдатель, защитник и помощник. Мы провели исследование буллинг-структуры в средней школе

Новосибирской области. В исследовании приняли участие 36 школьников 9 – 11 класса. Подростки демонстрируют высокий уровень стресса, 56% повышенный уровень перенапряжения и 50% высокий уровень противодействия стрессу. Наиболее подверженные стрессу подростки использовали роли инициаторов конфликтных ситуаций (8%) и их жертв (19%). Обычно исследователи уделяют больше внимания жертвам буллинга, отмечая наличие у них элементы самоповреждающего поведения. Действительно, жертвы буллинга более уязвимы и испытывают высокое психологическое напряжение в таких контактах. Нами выявлено, что инициатор также испытывает высокое психологическое напряжение находящее разрядку в травле одноклассников, что демонстрируют корреляционные связи шкалы «Инициатор» со шкалами «Перенапряжение» ($r=0,46$, $p<0,05$) и «Воспринимаемый стресс», ($r=-0,45$, $p<0,05$). Подросток, выбирающий роль инициатора в буллинг структуре, испытывает стресс из-за проблем в семье, успеваемостью в школе, отношениями со сверстниками из-за чего повышается уровень стресса. Для снижения стресса и перенапряжения, инициатор, использует агрессивное поведение по отношению к своему коллективу, получая разрядку. Аналогичную структуру компенсации напряжения имеет самоповреждающее поведение, как способ уменьшения чрезмерного напряжения и давления стресса. Выработанная деструктивная модель поведения несет риски для инициатора в будущем, при отсутствии возможности сброса напряжения через буллинг бывший инициатор будет искать новые модели поведения для сброса напряжения, и модель атодеструктивного поведения наиболее близкая к привычной.

ИЕРАРХИЯ ЦЕННОСТЕЙ В СУПЕРВИЗОРСКОЙ РАБОТЕ: ЧЕСТНОСТЬ И КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ

Тebeneва Ирина irina.tebeneva@gmail.com . Супервизор. Частная практика.

HIERARCHY OF VALUES IN SUPERVISORY WORK: HONESTY AND CONFIDENTIALITY

Tebeneva Irina irina.tebeneva@gmail.com . Supervisor. Private practice.

В своей работе супервизор старается соблюдать все принципы, необходимые для эффективной групповой работы. При этом возникают ситуации, когда супервизор не может гарантировать соблюдение каждого из них полноценно. Возникает иерархия, которая принимается им и группой.

Рассмотрим кейс. Во время групповой супервизии один из участников узнал своего клиента по деталям истории, представленной супервизантом. По заданному вопросу стало ясно, что ошибки нет, действительно, к ним ходит один и тот же клиент. Оба участника группы не были оповещены о том, что все это время клиент посещает двух специалистов одновременно. Более того, каждый из супервизантов имел совершенно противоположное мнение о клиенте. Супервизант, вынесший случай на супервизию сообщал о трудностях выполнения контракта клиентом, постоянные отмены и переносы сессий, отрешенность клиента от тела, сильные эмоции и чувства терапевта в контрпереносе. Второй участник группы, к которому ходил этот же клиент, предполагал, что имеет дело с клиентом невротического уровня, который обратился с целью поддержки в процессе вынашивания ребенка. После супервизии у группы встал вопрос: мог ли второй специалист не называть имя и не выдавать информацию о своем клиенте, которого супервизирует другой член группы? Не нарушает ли это принцип конфиденциальности, о котором мы договариваемся в группе. С другой стороны, что могло бы произойти, если бы второй член группы не заявил о том, что это и его клиент тоже, и, что существуют совершенно другие факты, другой запрос и другие жизненные обстоятельства, предъявляемые специалисту. Могла ли быть супервизия эффективной при сохранении конфиденциальности, но при нарушении принципа честности и открытости членов группы?

Для обсуждения данных вопросов было принято решение отдельно обсудить ситуацию и выработать стратегию дальнейшего поведения обоих терапевтов. В данном случае полнота информации о клиенте явилась ключом к прояснению отношений между клиентом и специалистами, что подтвердилось позже. В группе было много психотических контрпереносов, были предположения о возможной психиатрии. Честность участника группы в данном случае очень помогла супервизанту осознать, что с ним происходило на сессиях. Мы проигрывали в группе ситуацию, когда терапевт, узнавший своего клиента, отказался бы участвовать в супервизии в данный день (такое правило используют некоторые супервизорские группы, когда одновременно внутри группы есть пересечения по родственникам или семейным парам). У данного правила есть обратная сторона, все участники группы, и супервизант, понимают, что есть информация, скрытая от группы. В этой информации всегда может находиться часть, которая не проявится ни в сессиях, ни в супервизиях. Кроме этого, все участники группы понимают, что сама по себе групповая супервизия уже исключает полную конфиденциальность для клиента, потому что случай интроецируется в личность каждого члена группы. Иерархия ценностей в группе подсказала нам как выстроить дальнейшую работу с клиентом. Потому что возник вопрос следующего уровня отношений - скрывать ли от клиента, что оба терапевта знают о ситуации, сохраняя теперь конфиденциальность работы, которая происходит в супервизорской группе. По факту, одному из терапевтов теперь предстояло признаться, что его коллега выносил случай клиента на группу и случай был узнаваем. Оба терапевта испытывали комплекс неприятных чувств, хотя у каждого из терапевтов было устное разрешение от клиента на супервизию. Если бы группа выбрала конфиденциальность как приоритетный принцип, то оба терапевта могли продолжать работу с клиентом, обладая информацией, которую не могут проговорить. Может ли быть несвобода и тайна залогом достаточно хорошей работы в психотерапии? Мы посчитали этот путь невозможным, потому что под сомнение ставится сама психотерапия как таковая. В данный момент, ситуация разыгралась следующим образом – клиент отменил сессию у одного терапевта, но пришел к другому и продолжает ходить к одному. Честный разговор с клиентом добавил ясности в психотерапевтическую работу, кроме этого, клиент признался, что наблюдается у психиатра и имеет подтвержденный психиатрический диагноз. Группа прошла нарциссическое испытание и выдержала свою неидеальность, каждый терапевт осознал ограниченность своих возможностей и грань «достаточно хорошего терапевта» и «всемогущего терапевта». По сути, в данном кейсе все участники осознали свою неидеальность и возможность выстраивать иерархичность в своей работе. Супервизия для клиента обернулась возможностью предъявлять свои разные части

текущему терапевту, без страха быть осужденным, и с пониманием того, что все идеи и решения могут открыто и безопасно обсуждаться на сессиях.

ИНТЕГРАТИВНЫЙ ПОДХОД ПРИ ТРАВМЕ СИСТЕМНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Яруллина Лира Халимовна, Педагог-психолог 1 категории, Тверская обл. г. Конаково, МБОУ СОШ №7 г. Конаково
Травма – это событие, которое порождает необычно сильные или неуправляемые чувства или само кризисное состояние человека. Последствия травмы: посттравматический синдром (PTSD), зависимая форма поведения, суицидальные мысли, расщепление личности, интериоризация агрессора, психосоматические заболевания, влияние на социальные аспекты (влияние травмы на окружение человека).

Под интегративным подходом в данном случае подразумевается использование соматической терапии, холистической арт-терапии, гештальт-терапии.

Подобная подборка методик вполне целесообразно использовать, когда клиент – взрослый человек, у которого наблюдается детская психологическая травма. Учитывая, что существуют различные подходы к классификации психологических травм, речь идет о травме развития, травме с утратой базового доверия к родителям, связанная с разрушением эмоциональных связей, о травме системных отношений (когда совершались поступки, которые трудно оправдать этически и морально).

При психоконсультировании и психотерапии эффективно работает схема, по которой процесс взаимодействия с клиентом начинается именно с соматической терапии, безусловно, как второй шаг после установления ясных терапевтических отношений: создания безопасного пространства, надежности, доверительных отношений, сотрудничества.

Соматическая терапия, в силу того, что она направлена на работу с телесными аспектами, дает возможность проработки травматического переживания через мышцы тела, через дыхание, когда вспоминая пережитые события, клиент описывает свои ощущения в теле, работает с дыханием.

Следующий шаг, когда установлена связь с ядром травматической реакции: это может быть гипервозбуждение, сжатие, диссоциация, оцепенение, связанное с чувством беспомощности, можно обратиться к холистическому подходу арт-терапии. Данный подход позволяет выплеснуть наружу переживания, страхи, напряжения через движения кистью по бумаге, через цвета. Обязательной составляющей данного вида терапии является телесно выразить те переживания, которые переполняли клиента в процессе рисования (встать на рисунок, проделать те движения, которые тебя переполняли и хотят вырваться наружу). Как завершающий этап – обратная связь с психотерапевтом.

После нескольких сеансов соматической психотерапии и арт-терапии, в зависимости от состояния клиента и результатов психотерапии, возможно обращение к гештальт-терапии во взаимосвязи с экзистенциальной психотерапией, как завершающему и закрепляющему этапу. Здесь можно обратиться, например, к технике «Фигура и Фон».

В целом весь предлагаемый нами подбор методик: соматическая психотерапия, холистическая арт-терапия, гештальт-терапия отвечают принципам глубокой экзистенциально-феноменологической работы с переживаниями человека и рассматривает травму как экзистенциальный кризис.

INTEGRATIVE APPROACH TO THE TRAUMA OF SYSTEMIC RELATIONS

Yarullina Lira Khalimovna, Psychologist of the 1st category, Tver region Konakovo, School 7.

Keywords: trauma of systemic relations, integrative approach, integrative approach in psychological counseling, in psychotherapy. Somatic therapy, holistic art therapy, gestalt therapy.

Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига
Саморегулируемая организация Национальная ассоциация развития
психотерапевтической и психологической науки и практики
«Союз психотерапевтов и психологов»

**X Международный научно-практический конгресс
психологов-консультантов, психотерапевтов и представителей помогающих профессий
в Санкт-Петербурге**

**«ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ,
ПСИХОТЕРАПИИ В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ»**

31 марта – 1 апреля 2023 года

КОМИТЕТЫ КОНГРЕССА

Организационный комитет конгресса:

Макаров Виктор Викторович — Президент конгресса. Доктор медицинских наук, профессор, Президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования. Москва, Россия.

Румянцева Инга Викторовна — Президент конгресса. Психолог, вице-президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, председатель комитета по супервизии ОППЛ, сертифицированный супервизор ОППЛ, действительный член ОППЛ, член наблюдательного совета Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов». Санкт-Петербург, Россия.

Слабинский Владимир Юрьевич — член локального оргкомитета. Кандидат медицинских наук, вице-президент, председатель комитета по Этике и защите профессиональных прав ОППЛ, вице-президент, председатель Совета ректоров Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов». Ректор АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», Президент Международной ассоциации «Позитивная Динамическая Психотерапия». Санкт-Петербург, Россия.

Программный комитет конгресса:

Макаров Виктор Викторович — Президент конгресса. Доктор медицинских наук, профессор, Президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования. Москва, Россия.

Румянцева Инга Викторовна — Президент конгресса. Психолог, вице-президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, председатель комитета по супервизии ОППЛ, сертифицированный супервизор ОППЛ, действительный член ОППЛ, член наблюдательного совета Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов». Санкт-Петербург, Россия.

Слабинский Владимир Юрьевич — член локального оргкомитета. Кандидат медицинских наук, вице-президент, председатель комитета по Этике и защите профессиональных прав ОППЛ, вице-президент, председатель Совета ректоров Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов». Ректор АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», Президент Международной ассоциации «Позитивная Динамическая Психотерапия». Санкт-Петербург, Россия.

Федоряка Денис Александрович — врач-психотерапевт, кандидат психологических наук, ведущий динамических, супервизорских и балинтовских групп, сертифицированный супервизор ОППЛ, обладатель Европейского сертификата психотерапевта. Санкт-Петербург, Россия.

Зиновьева Елена Викторовна — кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности СПбГУ, научный руководитель Психологической клиники СПбГУ, психолог-консультант, немедицинский психотерапевт в полимодальном подходе, член РПО, член ОППЛ. Санкт-Петербург, Россия.

Сарайкин Дмитрий Михайлович — действительный член и аккредитованный супервизор ОППЛ, сертифицированный специалист в области психодинамической психотерапии и супервизор DAP (Германия), лауреат премии Г. Аммона, обладатель Европейского сертификата психотерапевта. Санкт-Петербург, Россия.

Воищева Надежда Михайловна — кандидат психологических наук, член комитета по Этике и защите профессиональных прав ОППЛ, проректор АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», вице-президент Международной ассоциации «Позитивная Динамическая Психотерапия». Санкт-Петербург, Россия.

Журавель Вадим Александрович — ученик В.Н. Мясичева, клинический психолог, историк психологии и психотерапии, председатель Центрального Совета Международной ассоциации «Позитивная Динамическая Психотерапия». Санкт-Петербург, Россия.

Снигур Владимир Сергеевич — врач-психотерапевт, переводчик-синхронист, аккредитованный супервизор, сертифицированный специалист по ТФП, член Русскоязычного общества ТФП, член Координационного совета Ассоциации специалистов в области клинического гипноза, автор и преподаватель курса «Основы клинического гипноза». Москва, Россия.

Кузовкин Виктор Владимирович — кандидат психологических наук, доцент, начальник отдела информации ПИ РАО, директор НП НПЦ «Триада», эксперт в области аккредитации специалистов, член Группы стандартов «Саморегулируемой организации Национальной ассоциации развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов», действительный член ОППЛ, руководитель комитета образования ЦС ОППЛ, руководитель модальности «Клиентоцентрированная психотерапия», личный психотерапевт и супервизор ОППЛ международного уровня в модальности «Клиентоцентрированная психотерапия», аккредитованный клиентоцентрированный психотерапевт. Москва, Россия.

НАУЧНАЯ ПРОГРАММА

*Санкт-Петербург, Конгресс-холл «Васильевский»
Наб. реки Смоленки д. 2*

ПЛЕНАРНОЕ ЗАСЕДАНИЕ КОНГРЕССА
31 марта, зал «Александровский», 10.30-17.00

ПРЕДСЕДАТЕЛИ: *Макаров Виктор Викторович (Москва), Катков Александр Лазаревич (Санкт-Петербург)*

ОТКРЫТИЕ КОНГРЕССА. ПРИВЕТСТВИЯ.

НОВЕЙШАЯ ЭПОХА И ПУТЬ ПСИХОТЕРАПИИ

Макаров Виктор Викторович – президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации Психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по Психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования, доктор медицинских наук, профессор. Россия, Москва.

Важно, когда психотерапия немного опережает время. Тогда мы готовы к новым вызовам. Проживая Традиционную Эпоху и Новое Время, мы готовились к эволюционному наступлению Новейшей Эпохи, и были буквально катапультированы в нее пандемией COVID-19 и Специальной Военной Операцией. Теперь кончилось мирное время и все иное, включая наше прошлое, настоящее и будущее. Психотерапия и психологическое консультирование все более востребованы, рождается множество организационных форм и субспециальностей в нашей области, наши технологии широко используются как профессионалами, так и не профессионалами. Для нашего сообщества множество новейших вызовов. И мы, несомненно, с честью справимся с ними!

АКАДЕМИЯ НАУЧНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ КАК НОВЫЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Катков Александр Лазаревич – доктор медицинских наук, профессор, вице-президент ОППЛ, председатель Международного ученого совета по психотерапии, руководитель образовательных и научных программ МИСПиК. Россия, Санкт-Петербург.

ВАЖНОСТЬ И ЗНАЧИМОСТЬ КОНФЕРЕНЦИЙ И КОНГРЕССОВ В РАЗВИТИИ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

Румянцева Инга Викторовна – вице-президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, председатель Регионального Отделения ОППЛ в Санкт-Петербурге и СЗФО. Председатель комитета по супервизии ОППЛ, сертифицированный супервизор ОППЛ, обладатель Европейского сертификата психотерапевта, член наблюдательного совета Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», психолог, организатор международных научных конгрессов. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматриваются цели и задачи, а так же актуальность проведения конгрессов и конференций в современном обществе.

НОВОСТИ МЕЖДУНАРОДНОГО СОТРУДНИЧЕСТВА И ТЕКУЩИЕ ТРЕНДЫ РАЗВИТИЯ ПСИХОТЕРАПИИ ЗАРУБЕЖОМ И В РОССИИ

Камалова София Цихиловна – ученый секретарь Центрального Совета ОППЛ, официальный представитель ОППЛ в международных организациях, действительный член ОППЛ, национальный представитель Российской Федерации в Европейской ассоциации психотерапии, социальный и клинический психолог, немедицинский полимодальный и семейный психотерапевт, транзактный аналитик, обладатель Европейского сертификата психотерапевта, зам. главного редактора Профессиональной психотерапевтической газеты и Антологии Российской психотерапии и психологии.

Нидерланды, Боксмер – Россия, Москва.

В докладе автор обобщит события, прошедшие в области международного сотрудничества ОППЛ за прошедший год, и обозначит текущие тренды развития психотерапии в Европе: утверждение методических рекомендаций для психотерапии, проводимой в онлайн формате; лоббирование единых стандартов психотерапии в Европе; вторую фазу разработки ключевых профессиональных компетенций психотерапевта – компетенции в модальностях психотерапии; переработку и переосмысление этических стандартов профессии психотерапевта.

ПОЗИТИВНАЯ ДИНАМИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ – МЕТОД, РАЗВИВАЮЩИЙ ТРАДИЦИИ ПЕТЕРБУРГСКОЙ ШКОЛЫ ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИИ ОТНОШЕНИЙ (БОЛЕЕ 100 ЛЕТ ПРЯМОЙ ПЕРЕДАЧИ ОТ УЧИТЕЛЯ К УЧЕНИКУ)

Слабинский Владимир Юрьевич – кандидат медицинских наук, врач-психотерапевт, психиатр, нарколог, сексолог, клинический психолог, автор метода «Позитивная динамическая психотерапия», вице-президент и председатель комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ, вице-президент СРО «Союз психотерапевтов и психологов», ректор АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», президент Международной ассоциации «Позитивная динамическая психотерапия», восьмикратный лауреат Национального психологического конкурса «Золотая Психея». Россия, Санкт-Петербург.

Воищева Надежда Михайловна – кандидат психологических наук, клинический психолог, действительный член, член комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ, проректор по научной работе АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», вице-президент Международной Ассоциации «Позитивная динамическая психотерапия», восьмикратный лауреат Национального психологического конкурса «Золотая Психея». Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будут озвучены предпосылки создания и отличительные особенности метода позитивной динамической психотерапии В.Ю. Слабинского. Метод ведет линию преемственности от В.М. Бехтерева, в системном виде интегрирует в себе лучшие наработки петербургской школы психотерапии, выстраивая теорию личности на фундаменте уровневого подхода А.Ф. Лазурского и психологии отношений В.Н. Мясищева. ПДП – единственный современный метод петербургской школы психотерапии, имеющий все 3 формы: индивидуальную, семейную и групповую. В русле метода разработано порядка 50 авторских диагностических и психотерапевтических методик, таких как «Герб семьи», «Древо характера», «Позитивная куклотерапия», «Архетипические образы в работе с ПТСР: птица Гамаюн», «Матрица идентичностей: автопортрет в технике коллажа», «Тренинг проактивного поведения» и др.

КАКОЙ ТЫ ПСИХОЛОГ/ПСИХОТЕРАПЕВТ, И ЧТО МЕШАЕТ ТЕБЕ САМОРЕАЛИЗОВАТЬСЯ В ПРОФЕССИИ?

Макарова Екатерина Викторовна – вице-президент, председатель комитета по обучающей личной терапии Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, MSc., сертифицированный обучающий личный терапевт, личный терапевт-адвайзер, аккредитованный супервизор, преподаватель международного уровня, председатель международной секции ОППЛ, действительный член ОППЛ. Россия, Москва.

Реалии новейшего времени, информационный перегруз, страх будущего стали внезапной и экстремальной реальностью жизни жителей нашей планеты. Знакомые с ресурсами психотерапии и еще сомневающиеся, но остро нуждающиеся в поддержке люди привычно или впервые обратились за помощью к психологам и психотерапевтам. В докладе будет показано, с помощью каких ресурсов успешно адаптирующиеся коллеги смогли ответить на вызов современности и расширить свою практику.

МЕТОДОЛОГИЯ РАБОТЫ В ПАРНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ В ГЕШТАЛЬТ-ПОДХОДЕ

Демьяненко Алексей Михайлович – психиатр-психотерапевт, сертифицированный гештальт-терапевт, сертификат GATLA, сертифицированный специалист в Кливлендской и Кейп Код Моделях, заведующий Городским психотерапевтическим центром, руководитель оргметодотдела по психотерапии, руководитель регионального отделения Российской психотерапевтической ассоциации (РПА), супервизор РПА, преподаватель Восточно-Европейского Гештальт Института. Автор и ведущий образовательных программ УЦ им. Н.П. Бехтеревой, член Координационного совета Российской психотерапевтической ассоциации (РПА), член EAGT, член Российского общества психиатров (РОП), почетный член Ассоциации Когнитивно-Поведенческой Психотерапии (АКПП). Россия, Санкт-Петербург.

ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА СУПЕРВИЗОРА: НОВЫЙ ФОРМАТ ОБУЧЕНИЯ В НОВОЙ ПРОФЕССИИ

Федоряка Денис Александрович – психотерапевт, кандидат психологических наук, групповой терапевт, держатель Европейского сертификата по психотерапии, супервизор ОППЛ, автор учебного пособия «Супервизия в психотерапевтической практике». Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается порядок и перспектива нового формата в обучении супервизоров. Дается определение личностной проблемы применительно к супервизорскому процессу. Обсуждается актуальность и необходимость проработки специфических личностных проблем как для опытных, так и начинающих супервизоров. Кратко рассматривается

содержание и порядок личностных проблем супервизоров. Обсуждается опыт проведения тренинга по данной программе в рамках обучения супервизоров ОППЛ.

ВТОРИЧНАЯ ТРАВМА ПСИХОТЕРАПЕВТА, РАБОТАЮЩЕГО С КЛИЕНТАМИ, ПЕРЕЖИВАЮЩИМИ ЭКСТРЕМАЛЬНУЮ СИТУАЦИЮ

Авагимян Анжела Албертовна – медицинский психолог ПКБ №1 им. Н.А. Алексеева ДЗМ, действительный член ОППЛ, сертифицированный психолог-консультант Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Института психосоматики и психотерапии г. Потсдам, Германия), сертифицированный супервизор-руководитель Балинтовских групп Международного уровня (сертификат Германского Балинтовского общества и ОППЛ), сертифицированный супервизор Международного уровня ОППЛ, личный терапевт-адвайзер ОППЛ, член Балинтовских обществ Великобритании и Германии, президент Российского Балинтовского общества, дипломант конкурса «Золотая психея», участник реестра «100 психологов России». Россия, Москва.

В докладе рассматривается вторичная травма, или «вторичный травматический стресс» – изменения во внутреннем опыте терапевта, которые возникают в результате его эмпатической вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматическое состояние. Специалисту сложно избежать вторичной травмы, так как для того, чтобы помочь клиенту, он должен сопереживать его страданиям, а это сопереживание создает условия для вторичной травматизации. Определяются критерии сходства и развития вторичного травматического стресса, синдрома профессионального выгорания и ПТСР, а также пути помощи при этих состояниях.

КЛЯТВА ГИППОКРАТА И ПСИХОТЕРАПЕВТ

Есельсон Семен Борисович – член Правления Европейской Федерации экзистенциальной терапии, член Оргкомитета и эксперт III Всемирного Конгресса по экзистенциальной терапии (Афины, 2023), член Оргкомитета I Всемирного Конгресса по экзистенциальной терапии (Лондон, 2015), член Оргкомитета I Европейского Конгресса по экзистенциальной терапии (Вена, 2019), рук. модальности «экзистенциальная терапия» ОППЛ, президент МОО «Национальное объединение экзистенциальных консультантов и терапевтов», руководитель Совета Международного Института экзистенциального консультирования (МИЭК). Россия, Ростов-на-Дону.

В докладе психотерапия рассматривается как практика, выросшая из медицины и унаследовавшая её этические проблемы. На примерах из истории собственной медицинской династии и из истории мировой медицины обсуждаются «фундаментальные мотивации», которыми руководствуются врачи, сопоставляя их с образом клятвы Гиппократова, трансформировавшуюся в XX веке в Женевскую декларацию 1948. На взгляд автора, её дух и требования размылись в обширных Этических Кодексах по психотерапии. Обсуждается возможность их переосмысления и переработки с целью отделить в них дух клятвы Гиппократова от множества профессиональных канонов деятельности психотерапевта.

ПОДГОТОВКА СОВРЕМЕННОГО ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА: НОВЫЙ ВЗГЛЯД НА МЕЖМОДАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ

Зиновьева Елена Викторовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности СПбГУ, руководитель Психологической клиники СПбГУ, сертифицированный супервизор ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будут обсуждаться вопросы, связанные с подготовкой психологов-консультантов. Будет предложен новый взгляд на межмодальные компетенции которыми должен обладать специалист с позиции трех направлений: факторов эффективности психологического консультирования и психотерапии, вызовов времени и особенностей современных клиентов, представителей поколения Z.

ОСНОВНЫЕ ТРУДНОСТИ НАЧАЛА ЧАСТНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ И СТРАТЕГИИ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ В СИСТЕМЕ ПОСЛЕДИПЛОМНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Климов Александр Александрович – клинический психолог, руководитель Портала ДПО для психологов и психотерапевтов.

СТРАТЕГИЧЕСКИЕ ЗАДАЧИ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ ЕЕ РАЗВИТИЯ

Кузовкин Виктор Владимирович – кандидат психологических наук, доцент, начальник отдела информации Психологического института Российской академии образования, действительный член, руководитель Комитета образования Центрального совета и руководитель модальности «Клиентоцентрированная психотерапия» Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, аккредитованный клиентоцентрированный психотерапевт. Россия, Москва.

В докладе будет представлено авторское видение того, какие стратегические задачи должна решать консультативная психология на современном этапе ее развития, особенно в связи с принятием профессионального стандарта «Психолог-консультант». Будут рассмотрены возможности использования такого инструмента, как структура методологического

знания, для анализа научности консультативной психологии, в сопряжении с современной психотехнической методологией, основателем которой является Ф.Е. Василюк.

«НАРУШЕННОЕ ОТНОШЕНИЕ» КАК ЦЕНТРАЛЬНАЯ МИШЕНЬ ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ (РЕКОНСТРУКТИВНОЙ) ПСИХОТЕРАПИИ (ЛОРП) Б.Д. КАРВАСАРСКОГО, Г.Л. ИСУРИНОЙ, В.А. ТАШЛЫКОВА

Ляшковская Светлана Владимировна – врач-психотерапевт, кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник, главный специалист Федерального консультационно-методического Центра по психотерапии НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева, член Координационного совета и Совета супервизоров Российской Психотерапевтической Ассоциации. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будет рассмотрено понятие «отношение», как концептуализация основной единицы измерения личности человека, а также изложено понимание того, как феноменологически проявляется нарушенное отношение, лежащее в основе психологических проблем и психогенных симптомов.

МЕХАНИЗМ ПРОЕКТИВНОЙ ИДЕНТИФИКАЦИИ КАК ОБЛАСТЬ ИССЛЕДОВАНИЯ ПРИ СУПЕРВИЗИИ СЛУЧАЯ ПОГРАНИЧНОГО КЛИЕНТА

Сарайкин Дмитрий Михайлович – действительный член, преподаватель международного уровня и сертифицированный супервизор ОППЛ, член Комитета по супервизии, сертифицированный специалист в области индивидуальной и групповой психоаналитической психотерапии и супервизии (DAP), обладатель Европейского сертификата психотерапевта. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будут представлены результаты супервизорской работы со специалистами, работающими с погранично функционирующими клиентами, описаны типичные сложности и терапевтические тупики, представленные в кейсах. В частности, будут рассмотрены проявления проективной идентификации и последствия её воздействия на специалистов, даны основные технические рекомендации по ее анализу и преодолению.

КОМПЛЕКСНОЕ ПТСР КАК СИНДРОМ В РАМКАХ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ?

Снигур Владимир Сергеевич – врач-психотерапевт, переводчик-синхронист, сертифицированный ТФП-терапевт, специалист в области клинического гипноза и невербальной коммуникации, действительный член, аккредитованный супервизор и преподаватель ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается концептуализация феноменов травмы привязанности и раннего развития в свете изменений в МКБ-11. Проводится сравнение КПТСР и расстройств личности как смежных диагностических категорий. Рассматриваются диагностические особенности этих состояний с точки зрения современной психоаналитической теории объектных отношений, обсуждаются возможности для психотерапии.

ПСИХОТЕРАПИЯ ЗДОРОВЫХ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Стрельченко Андрей Борисович – доктор медицинских наук, действительный член и официальный преподаватель международного уровня Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, Аккредитованный специалист СРО «Союз психотерапевтов и психологов». Россия, Москва.

Одынь Вера Владимировна – врач-эксперт высшей категории, Заслуженный работник здравоохранения РФ. Россия, Москва.

В докладе обсуждается оказание психотерапевтической помощи кризисным группам населения в чрезвычайных и кризисных ситуациях с методологических и методических позиций психотерапии здоровых. Обосновывается роль и место психотерапии здоровых как одного из направлений Социальной психотерапии. Подчеркивается важность рассмотрения опыта прошлых лет с современных позиций Общей теории психотерапии.

СОЗНАНИЕ КАК МНОГОУРОВНЕВЫЙ И МНОГОВЕКТОРНЫЙ ПРОСТРАНСТВЕННЫЙ ФЕНОМЕН

Ермошин Андрей Фёдорович – кандидат психологических наук, врач-психотерапевт, автор психокатализа, руководитель Центра Доктора Ермошина и Центра Психокатализа. Россия, Москва.

Рассмотрим уровни сознания и направления, по которым оно функционирует, на основе опыта работы в психотерапии методом психокатализа. Понимание пространственного устройства сознания помогает организовать мероприятия по восстановлению его нормальной работы в случае поломки. Рассмотрим проявления разочарования, пережитого предательства, испуга, утраты и других травмирующих переживаний с точки зрения соматопсихологии, и методы психотерапевтической помощи при такого рода нарушениях.

НАУЧНЫЕ КОНФЕРЕНЦИИ КОНГРЕССА

Конференция «НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ В ПСИХОТЕРАПИИ» 1 апреля, зал «Димитриевский», 10.00-18.00

ПРЕДСЕДАТЕЛИ: *Катков Александр Лазаревич, Титова Влада Викторовна (Санкт-Петербург)*

Аннотация конференции: В принятой на уровне профессионального сообщества Стратегии общественного развития психотерапии в Российской Федерации наиболее приоритетной задачей является утверждение статуса профессиональной психотерапии как самостоятельного научного направления и академической дисциплины. Результаты профильных научных исследований, проводимых в самые последние годы, убедительно свидетельствуют о том, что психотерапия в РФ уверенно продвигается в заданном направлении. Доклады участников настоящей Конференции иллюстрируют методологическую зрелость, научную новизну и полноценную доказательную базу представляемых здесь исследовательских фрагментов, результатов и выводов.

ПРИВЕСТВИЯ ОРГАНИЗАТОРОВ И ГОСТЕЙ КОНФЕРЕНЦИИ (10.00-10.15)

**ОБЩИЕ ВОПРОСЫ, МЕТОДОЛОГИЯ НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ В СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ.
ПСИХОТЕХНОЛОГИИ КАК ОБЪЕКТ НАУЧНОГО ИССЛЕДОВАНИЯ (10.15-10.45)**

Катков Александр Лазаревич – доктор медицинских наук, профессор, вице-президент ОППЛ, председатель Международного ученого совета по психотерапии, руководитель образовательных и научных программ МИСПиК. Россия, Санкт-Петербург.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (10.45-11.00)

ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ И ПРИМЕНЕНИЯ МЕТОДОВ МАССОВОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ТЕСТИРОВАНИЯ (11.00-11.20)

Бурикова Инга Сергеевна – кандидат психологических наук, доцент факультета социальных технологий СЗИУ РАНХиГС. Россия, Санкт-Петербург.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (11.20-11.30)

ИНСТИНКТ СОХРАНЕНИЯ ВИДА КАК ОСНОВА СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ (11.30-11.50)

Табидзе Александр Александрович – профессор, доктор физико-математических наук, член-корреспондент РАЕН, директор московского научного центра стрессоустойчивости «Психопедагогика». Россия, Москва.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (11.50-12.00)

**ПСИХОТЕРАПИЯ ВЛАСТИ – МЕТОДИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПОЛИТИЧЕСКИХ ДЕЯТЕЛЕЙ
ПРОФЕССОРА А.И. ЮРЬЕВА (12.00-12.20)**

Коновалова Мария Александровна – кандидат психологических наук, доцент факультета социальных технологий СЗИУ РАНХиГС. Россия. Санкт-Петербург.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (12.20-12.30)

**СОЦИАЛЬНЫЙ СТРЕСС И ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ: ДИАГНОСТИКА, ПРОФИЛАКТИКА,
АЛГОРИТМЫ ТЕРАПИИ И САМОПСИХОТЕРАПИИ (12.30-12.50)**

Титова Влада Викторовна – кандидат медицинских наук., доцент кафедры психиатрии ФГБУ ДПО «Центральная государственная медицинская академия» Управления делами Президента РФ, доцент кафедры психосоматики и психотерапии ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет» Минздрава РФ. Россия, Санкт-Петербург.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (12.50-13.00)

**ОБОСНОВАНИЕ ТАКТИКИ РАБОТЫ С ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИМИ МИШЕНЯМИ С УЧЕТОМ
НЕЙРОПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ХАРАКТЕРИСТИК ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ КЛИЕНТОВ (13.00-13.20)**

Стрельченко Андрей Борисович – доктор медицинских наук, действительный член Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, официальный преподаватель ОППЛ международного уровня, ученый и практик с опытом разработки, и внедрения системы медико-психологического обеспечения летчиков и космонавтов, оказания экстренной психотерапевтической и психологической помощи в условиях ЧС. Россия, Москва.

В докладе обсуждается нейropsychологические корреляты психологической устойчивости специалистов в чрезвычайных и кризисных ситуациях. Обосновывается тактика и стратегия психологического сопровождения и психотерапии специалистов на разных этапах чрезвычайных и кризисных ситуаций. Рассматривается опыт выбора соответствующих психотерапевтических мишеней в зависимости от функционального состояния клиентов.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (13.20-13.30)

ПЕРЕРЫВ (13.30-14.00)

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ТЕХНОЛОГИЙ СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ. ЭФФЕКТИВНОСТЬ КРИЗИСНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ, ОКАЗЫВАЕМОЙ ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ В ОНЛАЙН ФОРМАТЕ (по материалам проекта «JANYM») - **14.00-14.20.**

Клюжина Наталья Михайловна – аккредитованный социальный психотерапевт, магистр юриспруденции, директор Международного института социальной психотерапии и консультирования, руководитель проекта «JANYM». Казахстан, Алматы.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (14.20-14.30)

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ВНУТРЕННЕЙ КАРТИНЫ БОЛЕЗНИ ПРИ НЕВРОЗАХ (14.30-14.50)

Чугунов Даниил Николаевич – кандидат психологических наук, психолог, психотерапевт Единого Европейского реестра (ЕАР). Россия, Санкт-Петербург.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (14.50-15.00)

ИССЛЕДОВАНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММ НЕПРЕРЫВНОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ, ОКАЗЫВАЮЩИХ ЭКСТРЕННУЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКУЮ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ И ПОДРОСТКАМ В ФОРМАТЕ ОНЛАЙН (по материалам проекта «JANYM») - **15.00-15.20**

Шильдебаева Назгуль Абдуллаевна – аккредитованный социальный психотерапевт, эксперт ОО «Janym» руководитель Программы непрерывной подготовки консультантов проекта «JANYM». Казахстан, Алматы.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (15.20-15.30)

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ СТРАТЕГИЯ ВОССТАНОВЛЕНИЯ РЕСУРСНОГО СОСТОЯНИЯ СОТРУДНИКА СИСТЕМЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ В ФОРМАТЕ ГРУППОВОГО ТРЕНИНГА (15.30-15.50)

Савкин Владимир Викторович – кандидат биологических наук, аккредитованный полимодальный психотерапевт СРО АСПП (РФ), действительный член ОППЛ. Казахстан, Астана.

Обсуждение доклада: вопросы-ответы, реплики (15.50-16.00)

СОВМЕСТНОЕ ЗАСЕДАНИЕ МЕЖДУНАРОДНОГО УЧЕНОГО СОВЕТА И АКАДЕМИЧЕСКОГО СОВЕТА ПО НАУЧНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ (16.00-17.30)

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ КОНФЕРЕНЦИИ (17.30-18.00)

КРУГЛЫЕ СТОЛЫ КОНГРЕССА

**Фундаментальный круглый стол
ПРЕЗИДЕНТСКОГО РЕЗЕРВА ОППЛ И СРО НАЦИОНАЛЬНАЯ АССОЦИАЦИЯ
«СОЮЗ ПСИХОТЕРАПЕВТОВ И ПСИХОЛОГОВ»**

1 апреля, зал «Павловский», 10.00-11.30

+ онлайн-трансляция на Youtube

МОДЕРАТОРЫ: Макаров Виктор Викторович, Данилова Анна Владимировна (Москва)

Президентский кадровый резерв это орган Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», созданный в целях подготовки кадров для замещения ответственных должностей в обозначенных выше организациях. Был создан в 2020 году, на базе Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги и Саморегулируемой организации Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов».

На круглом столе мы заглянем в будущее! Обсудим вопросы трендов развития нашей профессии и профессионального сообщества, формирование личного бренда специалиста, информационное продвижение профессионала и вопросы профессиональной этики в информационном пространстве, в Новейшее время. Вместе с вами мы обсудим новые идеи развития и технологические инновации, ответим на ваши вопросы и найдем решения вызовам современности.

На круглом столе прозвучат доклады:

- Макарова Виктора Викторовича, Президента Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Саморегулируемой организации Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов»;
- Даниловой Анны Владимировны, Председателя Комитета информационного объединения и развития ОППЛ и СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов»;
- Слабинского Владимира Юрьевича, вице-президента ОППЛ и СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов», Председателя комитета по Этике и защите профессиональных прав Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги.
- Коршиковой Марии Алексеевны, вице-президента Саморегулируемой организации Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов»;
- Калашникова Андрея Сергеевича, клинического и организационного психолога, автора метода структурного консультирования, руководителя комитета коучинга ОППЛ, члена Президентского совета СРО «Союз Психотерапевтов и психологов» (выступление: «Проблемно-ориентированная классификация психотехнологий как методологическая основа подготовки востребованных рынком специалистов»).

Фундаментальный круглый стол
«ЭТИКА И ЗАЩИТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ПРАВ В ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ»
1 апреля, зал «Павловский», 11.45-13.15

МОДЕРАТОР: *Слабинский Владимир Юрьевич, Воищева Надежда Михайловна (Санкт-Петербург)*

Круглый стол
«О РАЗВИТИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНДАРТА ПО ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ КОНСУЛЬТИРОВАНИЮ»
с участием авторов стандарта
1 апреля, зал «Петровский», 14.15-15.00

МОДЕРАТОРЫ: *Макаров Виктор Викторович, Коршикова Мария Алексеевна (Москва)*

ВЫСТУПАЮЩИЕ: *Макаров В.В., Коршикова М.А., Кузовкин В.В.*

Круглый стол
ПРОДВИЖЕНИЕ И СУДЬБА МОЛОДОГО ПРОФЕССИОНАЛА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ,
ПСИХОТЕРАПИИ И СРЕДНЕЕ СОСТОЯВШЕЕСЯ ПОКОЛЕНИЕ»
1 апреля, зал «Петровский», 15.15-16.00

МОДЕРАТОРЫ: *Макаров Виктор Викторович, Макарова Екатерина Викторовна, Коршикова Мария Алексеевна (Москва)*

Круглый стол
«РАЗВИТИЕ СУПЕРВИЗИИ В СОВРЕМЕННОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ПРОСТРАНСТВЕ»
1 апреля, зал «Исааковский», 19.00-20.00

МОДЕРАТОРЫ: *Румянцева Инга Викторовна (Санкт-Петербург), Овчинникова Юлия Ионовна (Москва)*

ВЫСТУПАЮЩИЕ: *Снигур В.С., Сарайкин Д.М., Костричкин А.А., Овчинникова Ю.И., Перемолотова И.А., Олейникова А.В., Беляева В.И.*

СЕКЦИОННЫЕ ЗАСЕДАНИЯ КОНГРЕССА

Секционное заседание
«ГРУППОВАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»

1 апреля, зал «Петровский», 16.15-17.30

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: *Ксюпов Тимур Бактвеевич (Санкт-Петербург)*

ГРУППОВАЯ ДИНАМИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В ОНЛАЙН ФОРМАТЕ

Ксюпов Тимур Бактвеевич – врач-психотерапевт СПб ГБУЗ ПНД №1. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматриваются особенности проведения групповой динамической психотерапии в онлайн формате. Представляется видение автором основных характеристик онлайн группы. Обсуждаются качественные отличия групповой динамики в онлайн формате. Рассматриваются перспективы применения онлайн групповой психотерапии в современном обществе.

СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ. ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПО РАБОТЕ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ ДЛЯ ЧЛЕНОВ СЕМЕЙ МОБИЛИЗОВАННЫХ, ВОЕННОСЛУЖАЩИХ И ЛЮДЕЙ, КОМУ НУЖНА ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

Деларье (Дьячкова) Алла Игоревна – семейный психотерапевт, сексолог. Руководитель Калининградского отделения ОППЛ. Россия, Калининград.

В докладе, на примере действующего проекта, рассматривается, как, в современном мире, специалистам помогающих профессий возможно оказывать психологическую помощь с государственной поддержкой.

ОПЫТ ГРУППОВОЙ ТЕРАПИИ СЛАБОСЛЫШАЩИХ ПОДРОСТКОВ В УСЛОВИЯХ ИНТЕРНАТА: РЕАЛЬНАЯ ЭФФЕКТИВНОСТЬ И ДОЛГОСРОЧНЫЕ ЦЕЛИ

Лисьев Дмитрий Александрович – психолог, действительный член ОППЛ, педагог-психолог Екатеринбургской школы-интерната №13 для слабослышащих детей. Россия, Екатеринбург.

В докладе описывается опыт работы со слабослышащими подростками в формате терапевтических групп, основанных на гештальт-подходе. Рассматривается проблематика адаптации базовых материалов, изначально разработанных для здоровых детей, описываются значимые особенности развития детей, непосредственно влияющие на динамику терапии. Ставится вопрос подходов к оценке эффективности работы психолога, освещаются вопросы взаимодействия психолога с педагогическим коллективом интерната. Обозначаются возможные долгосрочные мишени групповой терапии и перспективы их достижения.

ОПЫТ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ В ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ГРУППЕ «РОДИТЕЛЬСКИЙ КЛАСС». АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ РОДИТЕЛЬ-РЕБЕНОК

Сковронская Лидия Васильевна – практикующий психолог и психотерапевт, автор двух книг, тренер и разработчик тренинговых программ «Жить Нельзя Умереть», «Родительский класс», «Половое воспитание в семье», «Как передавать ответственность ребенку без лишних хлопот», «Лишнее в моей жизни», «Теория и практика соконсультирования» и др.

В докладе рассказывается о более чем 20-летнем опыте проведения тренингов для родителей по этой теме, рассматриваются составные части программы и используемые методы психотерапевтической работы. «Родительский класс» предназначен для взрослых, которые в силу своей профессии или социальной роли общаются с детьми и хотят строить с ними здоровые отношения. Такой тренинг является профилактикой разного рода зависимостей.

КАК ВЛИЯЮТ СОЦИАЛЬНЫЕ, КУЛЬТУРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ НА РАБОТУ В СКАЗКОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ГРУППЕ

Борисенко Дарья Романовна – сказкотерапевт. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается опыт групповой сказкотерапевтической работы с «подростками» и «взрослыми». Обсуждается то, как влияют социальные и культурные различия. Рассматривается вопрос того, какие контексты важно учитывать, работая через сказкотерапию.

Секционное заседание

«КОМПЕТЕНЦИИ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА В УСЛОВИЯХ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ (ВАНИ МИРА)»

1 апреля, зал «Исаакиевский», 10.00-12.00

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: *Зиновьева Елена Викторовна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», руководитель Психологической клиники СПбГУ, сертифицированный супервизор ОППЛ, Россия, Санкт-Петербург.*

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ В ПРЕОДОЛЕНИИ ПОСЛЕДСТВИЙ ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕГО ОПЫТА

Деникина Инна Васильевна – президент Ассоциации песочной терапии, психолог-психоаналитик, действительный член ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ и АПТ, специалист в области песочной терапии.

Возросшее в практике психолога в последнее время количество запросов по поводу тревоги, неопределенности, страхов, апатии на фоне СВО, релокации, эмиграции привело к увеличению распространённости посттравматических стрессовых расстройств (ПТСР) среди населения и повысило интерес специалистов к этой проблеме. В докладе будут обсуждаться теоретические основы для работы с травматическим опытом, а также практика работы с ПТСР посредством песочной терапии.

НЕПРЕРЫВНАЯ АКТУАЛИЗАЦИЯ ЗНАНИЙ В СФЕРЕ БЛИЗКИХ ОТНОШЕНИЙ КАК УСЛОВИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА

Казанцева Татьяна Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры социальной психологии Санкт-Петербургского государственного университета, ведущий консультант Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета. Россия, Санкт-Петербург.

Знания в сфере психологии межличностных отношений становятся неактуальными каждые 5 лет. Появляются новые технологии сбора и обработки данных, которые позволяют получить более достоверную информацию о функционировании близких отношений. Прикладные исследования стимулируют разработку и внедрение в практику психологов-консультантов цифровых инструментов профилактики и коррекции кризисов в отношениях. Кроме того, меняется социальный контекст, в котором развиваются близкие отношения. Поэтому современному психологу-консультанту необходимо, с одной стороны, понимать социальные тенденции развития отношений, с другой – владеть актуальной теорией, а с третьей – знать и использовать в своей работе доступные цифровые продукты.

ПСИХОДИАГНОСТИКА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ: КАК КЛАССИЧЕСКИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ РАЗБИВАЮТСЯ О ТЕКУЩУЮ РЕАЛЬНОСТЬ

Кузнецова Елена Андреевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», ведущий консультант Психологической клиники СПбГУ, Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будут рассмотрены задачи и особенности психодиагностического процесса в консультировании с учетом реальности изменяющегося мира. Будут обсуждаться особенности формирования и проверки гипотез в психологическом консультировании. Отдельное внимание будет уделено универсальным и подход-ориентированным компетенциям психолога-консультанта в области диагностики.

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ ПО ВОПРОСАМ МАТЕРИНСТВА И ДЕТСТВА

Искра Наталья Николаевна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии личности ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», ведущий консультант Психологической клиники СПбГУ, Россия, Санкт-Петербург.

Психолог-консультант, работающий с вопросами материнства и детства, сталкивается с тем, что есть сферы, которые практически не подвержены изменениям, а есть те – где скорость социальных и культуральных изменений делает неактуальными имеющиеся знания и представления о том, что и как влияет на возникновение проблем. Например, в отечественных условиях еще 30 лет назад папа, гуляющий на детской площадке и оживленно обсуждающий детские трудности, был редкостью, а сегодня – вполне может заменить собой маму. Современный психолог-консультант должен знать устойчивые во времени проблемы материнства и детства и одновременно учитывать изменения, которые происходят, активизируя новые потребности и возможности в этой области.

КОУЧИНГ КАК НОВАЯ КОМПЕТЕНЦИЯ ПСИХОЛОГА-КОНСУЛЬТАНТА: УГРОЗЫ ИЛИ ВОЗМОЖНОСТИ

Салитова Марина Валерьевна – старший преподаватель кафедры психологии личности ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», ведущий консультант Психологической клиники СПбГУ, Россия, Санкт-Петербург.

В современном мире, набирают все большую востребованность краткосрочные методы. Эти методы не предполагают глубокого погружения в личностную историю клиента, а направлены на поиск ресурсов для разрешения проблемной ситуации. Они позиционируют себя как самостоятельный вид помогающей деятельности. Одним из таких методов является коучинг, который находится на стыке психологии и консалтинга. Мы поговорим о том, зачем психологу коучинг, и как можно продуктивно использовать в работе данную методологию.

ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ ОБУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГОВ ЭФФЕКТИВНОМУ ВЗАИМОДЕЙСТВИЮ С НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИМ ПРАВОНАРУШИТЕЛЕМ

Ушков Федор Игоревич – старший научный сотрудник Научно-исследовательского института Федеральной службы исполнения наказаний, старший преподаватель кафедры экстремальной психологии факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, действительный член ОППЛ, председатель центрального совета Студенческой психологической добровольческой лиги «Надежда». Россия, Москва.

В докладе рассматриваются аспекты профессиональной подготовки студентов факультетов психологии и психологов уголовно-исполнительной системы к установлению эффективного взаимодействия с несовершеннолетними правонарушителями. Дается представление о личности современного несовершеннолетнего правонарушителя и особенностей установления, поддержания и завершения межличностного контакта в процесс осуществления профессиональной деятельности пенитенциарного психолога. Обсуждается дальнейшая перспектива научного исследования процесса профессионального взаимодействия в пенитенциарных учреждениях.

ЛЕГИМИТИЗАЦИЯ НОВОГО СТАТУСА КАК ФУНДАМЕНТ ДЛЯ ЛИЧНОСТНЫХ ИЗМЕНЕНИЙ КЛИЕНТА

Аванесян Марина Олеговна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский государственный университет», ведущий консультант Психологической клиники СПбГУ, Россия, Санкт-Петербург.

Возможность произвольных самоизменений личности довольно ограничена. Однако есть моменты, во время которых человек максимально открыт новому опыту. Часто они связаны с появлением нового статуса человека. В докладе будет рассмотрено, каким образом в процессе консультирования может использоваться ресурс этого периода.

ОПЫТ ПРОВЕДЕНИЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ГРУППЫ В УСЛОВИЯХ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ВУЗА

Жегурова Оксана Александровна – ассистент кафедры психологии здоровья и отклоняющегося поведения Санкт-Петербургского государственного университета, ведущий консультант Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета. Россия, Санкт-Петербург.

Красько Елена Леонидовна – ведущий специалист Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будет говориться о том, какими знаниями и навыками, помимо непосредственно профессиональных, должен обладать психолог в современном мире для организации и проведения арт-терапевтической группы. Также будет обсуждаться, в чем заключаются преимущества проведения арт-терапевтической группы с небольшим количеством участников и заранее определенным количеством встреч (краткосрочный формат). Будет описываться опыт проведения арт-терапевтической группы в рамках Службы психологической помощи Санкт-Петербургского государственного университета.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КРИЗИСОВ В УСЛОВИЯХ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Леонтьева Мария Юрьевна – руководитель центра профессионально-личностного консультирования Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе будет обсуждаться специфика психологического сопровождения нормативных кризисов профессионального развития и ненормативных профессиональных кризисов. Особенности работы психолога в изменившейся реальности (переход от SPOD и VUCA-мира к BANI-миру) и требования к специалисту-психологу в текущей обстановке.

ПСИХОТЕРАПИЯ ЧУВСТВА ГНЕВА С ПОЗИЦИИ КПТ

Зайцева Евгения Александровна – магистр в области индивидуального психологического консультирования, член ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии и EMDR терапии, психолог-консультант Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета. Россия, Санкт-Петербург.

Земцов Юрий Николаевич – психолог, член ассоциации Когнитивно-поведенческой психотерапии, психолог-консультант Психологической клиники Санкт-Петербургского государственного университета. Россия, Санкт-Петербург.

Доклад будет посвящен психотерапии чувства гнева с позиции КПТ. Будут рассмотрены теоретические основы возникновения (определение, причины, функции, содержание чувства), а также практические аспекты работы (техники и технологии работы с гневом, особенности построения рабочего альянса с клиентами с подобными проблемами, консультативный опыт).

Секционное заседание
«КРИЗИСНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ, ПСИХОТЕРАПИЯ ТРАВМЫ И СТРЕССА»
1 апреля, зал «Владимирский», 18.00-20.00

ПРЕДСЕДАТЕЛИ: *Шабайлова Галина Евгеньевна, Романенко Евгения Юрьевна*

ПСИХОТЕРАПИЯ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ

Романенко Евгения Юрьевна – врач-психотерапевт Федерального бюджетного учреждения Центр реабилитации Фонда пенсионного и социального страхования Российской Федерации «Кристалл» (г. Анапа), действительный член ОППЛ.

В докладе систематизируется классификация и дифференциальная диагностика кризисных состояний у пациентов (клиентов). Основная цель при этом – планирование оптимальной психотерапевтической помощи при возрастных, духовных и экзистенциальных кризисах, при лечении посттравматического стрессового расстройства и патологического переживания горя. Рассматривается важность данного диагностического подхода, так как терапия может принципиально отличаться в каждом конкретном случае. Для практикующих психотерапевтов и психологов даются конкретные рекомендации по подбору методик и техник при различных вариантах кризиса личности.

ОСОБЕННОСТИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЖИТЕЛЕЙ ПОГРАНИЧНЫХ С УКРАИНОЙ РЕГИОНОВ В УСЛОВИЯХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ВОЕННОЙ ОПЕРАЦИИ (СВО)

Лаерова Нина Михайловна – профессор РАЕ, психотерапевт европейского реестра, профессиональный медиатор, руководитель Комитета по медиации ОППЛ, руководитель модальности Системная семейная психотерапия восточная версия, аккредитованный личный терапевт-адвайзер и супервизор ОППЛ, заведующая кафедрой медиации и разрешения конфликтов ИППИ ИМАТОН, директор «Психоаналитического центра «Альянс». Россия, Санкт-Петербург.

Бутенко Светлана Александровна – педагог-психолог высшей квалификационной категории, ОГБУ «Белгородский региональный центр психолого-медико-социального сопровождения», Россия, Белгород

Лаеров Никанор Васильевич – кандидат медицинских наук, психотерапевт, профессиональный медиатор, доцент Санкт-Петербургского государственного педиатрического медицинского университета. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе демонстрируются результаты измерения уровня тревожности и ее компонентов, что позволяет оценивать уровень адаптации и способности людей действовать в проблемных обстоятельствах. Предыдущие исследования авторов показали, что высокая тревожность затрудняет принятие решения в условиях неопределенности и дезинформации, так как провоцирует выбор наименее эффективной конкретизированной стратегии обработки информации. В период проведения СВО с ноября 2022 по январь 2023 года произвели измерение тревожности 264 жителей регионов, граничащих с Украиной. Инструментом оценки тревожности служил интегративный тест тревожности (А.П.Бизюк и др., 1993). Сопоставили ситуационную тревожность в момент прохождения теста, и личностную тревожность, свойственную предшествующему годовому периоду. В 66% случаев отмечено снижение уровня ситуационной тревожности, в 28% случаев уровень не изменился и только в 6% случаев повысился. Снижение уровня тревожности объясняется упорядоченностью переживаний вследствие адаптации к ситуации и мобилизации интеллекта с обращением к личному опыту, определяющему упорядоченность состояния.

НАУЧНЫЙ СЛЕД В МИРОВОЙ ПСИХОЛОГИИ, ДУШЕВНО-ДУХОВНЫЕ ОРИЕНТИРЫ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА. ПРОШЛОЕ – НАСТОЯЩЕЕ – БУДУЩЕЕ

Стрельцова Людмила Валерьевна – доктор психологических наук, психотерапевт, автор медитативных проектов ИВМ, специалист по развитию личности, раскрытию творческого потенциала человека, моделированию, ведет, частную консультационную практику, автор ряда программ, вебинаров, семинаров, преподаватель Школы здравого смысла имени А.Н. Назаревского, обладает многолетним опытом работы в России, Европе, Америке. Россия, Москва.

В докладе через призму психотерапии духовных отношений целостной личности рассматриваются фундаментальные ценности жизни: человек, семья, общество. Дается определение духовных ориентиров, векторно-действенных парадигм. Обсуждается ценность народосбережения и народоприумножения как сохранности генетического кода жизни. Психотерапия личности.

МЕХАНИЗМ ПЕРЕДАЧИ ВОЕННОЙ ТРАНСГЕНЕРАЦИОННОЙ ТРАВМЫ

Шабайлова Галина Евгеньевна – директор ООО «Помогающие практики», профессиональный частнопрактикующий психолог (сертификация – психология А. Адлера), национальный тренер-супервизор по системным расстановкам ИКСР (Москва), обучающий терапевт ОППЛ, автор и тренер психологических тренингов и марафона «Стратегия Жизни», учредитель и директор ежегодной конференции в Беларуси по практической психологии «Помогающие практики». Беларусь, Минск.

Тяжелые события 20 века до сих пор проявляются в семейных историях. «Закрывать» эту травму сложно, т.к. она не осознается, не вербализуется и, таким образом, переходит в трансгенерационную травму.

В докладе будет продемонстрирован механизм передачи трансгенерационной травмы на физическом, эмоциональном и смысловом уровнях от предыдущих поколений семьи к нынешним. Это позволит сегодня выйти из переплетений с семейными историями прошлых поколений и осознанно формировать свой жизненный сценарий.

К ТРАВМЕ ИЛИ ОТ ТРАВМЫ, ВОТ В ЧЕМ ВОПРОС

Душиц Максим Юрьевич – врач-психиатр, психотерапевт, Тренинговый центр П.А.З.Л. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются два подхода, реализуемые в психотерапии: направленные к первичной травме и направленные к симптомам. Обсуждается роль первичной травмы в возникновении и поддержании симптомов. Поднимается вопрос: когда же психотерапия работает с причиной, а когда со следствием.

САМОТЕРАПИЯ В ТЯЖЕЛЫХ ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

Старостина Ирина Алексеевна – студент Московского института психоанализа, магистратура Семейное консультирование и психотерапия. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются способы самостоятельной терапии при проживании тяжелых событий (развод): спорт, танцы, творчество (вышивка), чтение, образование.

ОРГАНИЗАЦИЯ МЕДИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СТРЕССЕ: АВТОРСКАЯ МОДЕЛЬ

Мурзина Татьяна Феоктистовна – доктор медицинских наук, профессор, ФГБУ ДПО СПбИУВЭК Минтруда России, профессор кафедры медико-социальной и психологической помощи. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается проблема профессионального стресса у специалистов помогающих профессий. Обсуждаются последствия стресса, приводящие к стойким расстройствам психического и соматического здоровья. Обосновывается необходимость оказания медико-психологической помощи лицам с последствиями профессионального стресса. Предлагается стратегическая модель комплексной медико-психологической реабилитации при профессиональном стрессе специалистов социальной сферы РФ.

ПРОБЛЕМА РАННЕЙ ТРАВМЫ И ЕЁ ЛЕЧЕНИЯ В СОВРЕМЕННОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Веселова Елена Юрьевна – клинический психолог, арт-терапевт, действительный член СО Национальная Ассоциация развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов». Россия, Санкт-Петербург.

Синолицкая Елена Геннадьевна – врач-психиатр, нарколог высшей категории, заведующий ДПО ГБУЗ «Волгоградский Областной Клинический Наркологический Диспансер». Россия, Волгоград.

В докладе рассматривается феномен ранней травмы с точки зрения биопсихосоциального подхода. Особенности современного мира, которые негативно влияют на проблему ранней травмы. Обсуждается необходимость пересмотра взгляда на лечение ранней травмы и коллаборации специалистов на новом уровне.

Секционное заседание «МЕДИАЦИЯ»

31 марта, зал «Павловский», 10.30-13.30

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: *Лаврова Нина Михайловна* (Санкт-Петербург)

МЕДИАЦИЯ И МЕДИАТИВНЫЙ ПОДХОД В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ

Бутенко Светлана Александровна – педагог-психолог высшей квалификационной категории, ОГБУ «Белгородский региональный центр психолого-медико-социального сопровождения». Россия, Белгород.

В докладе говорится о службах школьной медиации, их целях, задачах, этапах реализации и рисках внедрения медиативного подхода. Рассматривается опыт внедрения служб школьной медиации в Белгородской области для разрешения споров и предотвращения конфликтных ситуаций между участниками образовательного процесса в качестве современного альтернативного способа разрешения споров.

РЕШИТЬ СПОР БЕЗ СУДА. ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОЦЕДУРЫ МЕДИАЦИИ В ТРУДОВЫХ И МЕДИЦИНСКИХ СПОРАХ

Голубева Наталья Валентиновна – профессиональный медиатор, тренер по медиации, клинический психолог, сексолог, системный семейный психотерапевт, сертифицированный специалист в области экзистенциально-гуманистической психотерапии, руководитель рабочей группы по медиации в здравоохранении в ОППЛ, действительный член ОППЛ, член Восточно-Европейской ассоциации экзистенциальных терапевтов, управляющий партнер «Центр готовое решение». Россия, Москва.

В докладе рассматриваются возможности применения процедуры медиации в разрешении трудовых и медицинских спорах с участием посредника (процедуре медиации) 193_ФЗ от 07.07.2010 г. Практика медиативных процедур показывает трудный, непростой путь развития альтернативных способов урегулирования споров в нашей стране, но в то же время – эта одна из альтернатив решить спорные ситуации без суда.

МЕДИАЦИЯ КОРПОРАТИВНЫХ КОНФЛИКТОВ. ТЕХНОЛОГИЯ «ТРЕТЬЕ РЕШЕНИЕ»

Гребенкина Татьяна Юрьевна – профессиональный медиатор, врач-психиатр, практикующий психотерапевт, сертифицированный специалист в области NLP, психодрамы и арт-гештальт терапии, действительный член ОППЛ, действительный член Национальной экспертной Коллегии специалистов психологов и психотерапевтов.

В докладе рассматриваются особенности корпоративных споров между собственниками бизнеса. Обсуждаются основные мотивы, из-за которых возникают корпоративные конфликты и которые нужно учесть при разрешении спора. Описываются ключевые принципы и технология поиска «третьего решения» в подобных конфликтах.

МЕДИАЦИЯ КАК ЭФФЕКТИВНЫЙ МЕТОД В РАЗРЕШЕНИИ СЕМЕЙНЫХ КОНФЛИКТОВ

Зайнуллина Резида Ирековна – семейный психолог, специалист по системной семейной психотерапии, руководитель центра семейного благополучия и здоровья «Семья под ключ». Россия, Уфа.

В докладе освещаются вопросы, связанные с семейной медиацией. Дается определение понятию медиации. Обсуждается в каких ситуациях, случаях она применяется, как проходит эта процедура, этапы и специфика проведения, принципы медиации.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДИАТИВНОГО ПОДХОДА И МЕДИАЦИИ В КОРПОРАТИВНЫХ И ТРУДОВЫХ СПОРАХ

Коршикова Мария Алексеевна – психолог, International Transaction Analyst, вице-президент, член Президентского Совета СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов», действительный член ОППЛ, Генеральный директор ООО «Рускадры», член Экспертного совета при Комитете Государственной Думы ФС РФ по труду, социальной политике и делам ветеранов VII, VIII созывов, член рабочей группы Комитета Государственной Думы ФС РФ по просвещению, член Экспертного совета по развитию социального предпринимательства при Комитете Государственной Думы ФС РФ по экономической политике, промышленности, инновационному развитию и предпринимательству VII созыва, член Совета по саморегулированию предпринимательской и профессиональной деятельности ТПП РФ. Россия, Москва.

ПРИМЕНЕНИЕ МЕДИТАТИВНОГО ПОДХОДА В СЕМЕЙНОЙ МЕДИАЦИИ: ГЕНОГРАММА

Куртяк Елена Владимировна – клинический психолог, системный семейный терапевт, действительный член ОППЛ, аккредитованный обучающий личный терапевт ОППЛ, супервизор, профессор МИП, МВШСЭН, Россия, Москва.

В докладе будут рассмотрены возможности генограммы в условиях переговоров между участниками семейного конфликта или спора. Генограмма служит основой для получения информации о коалициях, границах и семейном жизненном цикле. Работа с генограммой раскрывает все возможные варианты поведения анализируемых участников конфликта. Генограмма дает возможность реконструировать проявления автономного жизненного опыта пар или семей в конкретных ситуациях. Обращение к генограмме помогает по-новому взглянуть на ситуацию, прекращению конфликта и обращения к решению существующих проблем.

МОДЕЛЬ СИСТЕМНАЯ СЕМЕЙНАЯ МЕДИАЦИЯ ВОСТОЧНАЯ ВЕРСИЯ

Лаэрова Нина Михайловна – профессор РАЕ, психотерапевт европейского реестра, профессиональный медиатор, руководитель Комитета по медиации ОППЛ, руководитель модальности Системная семейная психотерапия восточная версия, аккредитованный личный терапевт-адвайзер и супервизор ОППЛ, заведующая кафедрой медиации и разрешения конфликтов ИППИ ИМАТОН, директор «Психоаналитического центра «Альянс». Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматриваются модели семейной медиации, акцент делается на авторской модели «Системная семейная медиация: Восточная версия». Дается определение понятиям «семья», «конфликт», «гармоничные отношения». Предлагаются авторские инструменты медиации: «Карта медиации» и структурированное интервью.

ДОСУДЕБНОЕ УРЕГУЛИРОВАНИЕ КОРПОРАТИВНОГО КОНФЛИКТА. ДЕМОНСТРАЦИЯ ПРАКТИЧЕСКОГО КЕЙСА

Липатова Татьяна Вячеславовна – юрист-практик, медиатор, основатель и генеральный директор юридической фирмы ООО «Липатова и партнеры», преподаватель Института социальной педагоги и психологии имени Рауля Валленберга по направлению «Медиация».

В докладе рассматриваются основные выгоды применения медиативного подхода в процессе урегулирования корпоративного конфликта. Обсуждаются механизмы снижения издержек при решении корпоративного конфликта в досудебном порядке. Предлагается разбор кейсов решения с применением медиативного подхода.

ОСОБЕННОСТИ МЕДИАЦИИ ПРИ РАЗРЕШЕНИИ СЕМЕЙНЫХ СПОРОВ С УЧАСТИЕМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ

Морозова Елена Владимировна – бизнес-тренер, медиатор, юрист, профайлер, психолог, педагог доп. образования, руководитель АНО ДПО «Центр переговоров и урегулирования споров (медиации), руководитель Ассоциации профессиональных медиаторов «Единство», эксперт общественной палаты КК, член общественного совета

Министерства Просвещения РФ, руководитель комитета по медиации при Краснодарском региональном отделении Ассоциации юристов России.

В докладе рассматриваются особенности психологического развития несовершеннолетних детей при урегулировании семейных споров.

ПОЧЕМУ БИЗНЕС ОТДАЕТ ПРЕДПОЧТЕНИЕ СУДАМ ПЕРЕД МЕДИАЦИЕЙ?

Муравьева Анна Витальевна – профессиональный медиатор, врач-психиатр, действительный член ОППЛ, действительный член Национальной экспертной Коллегии специалистов психологов и психотерапевтов, управляющий партнер консалтинговой компании «Аптайм», лидер проектов, связанных с медиацией корпоративных конфликтов, разработкой и внедрением систем владельческого контроля.

В докладе рассматриваются основные причины, по которым предприниматели до сих пор мало используют инструмент медиации для решения корпоративных споров. Обсуждаются сложности в информировании представителей бизнеса, законодательные нормы в отношении медиации и вопросы компетенции медиатора как залог успешного решения. Предлагаются варианты решений и рекомендации по улучшению ситуации.

КОНФЛИКТ В ОТНОШЕНИЯХ ПСИХОТЕРАПЕВТ-ПАЦИЕНТ

Турченко Нина Михайловна – кандидат медицинских наук, врач психотерапевт-психиатр высшей квалификационной категории, личный терапевт профессиональной психотерапевтической лиги международного уровня, официальный преподаватель международного уровня ОППЛ. Россия, Ростов-на-Дону.

НЕОБХОДИМОСТЬ ПОВЫШЕНИЯ ПРАВОВОЙ ГРАМОТНОСТИ ПРАКТИКУЮЩИХ МЕДИАТОРОВ

Колотильщикова Елена Валерьевна – профессиональный медиатор, тренер медиаторов, Почетный адвокат России, действительный член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги, основатель Центра правовой помощи и медиации "СТРИКС", преподаватель Юридического факультета Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Государственный академический университет гуманитарных наук» (ГАУГН). Россия, Москва.

В докладе рассматривается проблема соответствия медиаторов стандартам, установленным Приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 15 декабря 2014 г. N 1041н при утверждении профессионального стандарта «Специалист в области медиации (медиатор)», в части необходимых знаний законодательства Российской Федерации. Обсуждается необходимость регулярного повышения квалификации практикующих медиаторов в области права.

Секционное заседание «НАЧАЛО И РАЗВИТИЕ ЧАСТНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ» 1 апреля, зал «Павловский», 13.30-16.15

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: Климов Александр Александрович (Санкт-Петербург)

ОТКРЫТИЕ СЕКЦИИ

Климов Александр Александрович – клинический психолог, руководитель Портала ДПО для психологов и психотерапевтов.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ КОММУНИКАЦИЯ В НАЧАЛЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ

Никулин Александр Вадимович – медицинский (клинический) психолог, ведущий методических и терапевтических (динамических, экзистенциальных) групп.

КАК ПСИХОЛОГУ ВЕСТИ КЛИЕНТСКУЮ БАЗУ, ПЛАНИРОВАТЬ ВСТРЕЧИ С КЛИЕНТАМИ И ЛИЧНУЮ ЖИЗНЬ

Савченко Дмитрий Сергеевич – директор «Системная Автоматизация Управления».

НАЧАЛО ЧАСТНОЙ ПРАКТИКИ В КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОМ НАПРАВЛЕНИИ ПСИХОТЕРАПИИ

Кириллова Евгения Александровна – клинический (медицинский) психолог, специалист в области патодиагностики, когнитивно-поведенческой психотерапии невротических расстройств, расстройств личности, обсессивно-компульсивного расстройства (ОКР), расстройств пищевого поведения (РПП), член ассоциации Когнитивно-поведенческой психотерапии (АКПП).

НАЧАЛО ЧАСТНОЙ ПРАКТИКИ В АСТ-ТЕРАПИИ

Яковлев Вячеслав Викторович – клинический психолог, врач, когнитивно-поведенческий, ОРКТ-, АСТ-, ФАСТ-терапевт, член Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии (АКПП), European Association for Behavioural and

Cognitive Therapies (EABCT), Association for Contextual Behavioral Science (ACBS), обладает большим опытом работы бизнес-тренером в крупных компаниях, в том числе Apple, Global point, Gagarin Group, также опытом личного коучинга и психотерапии персонала и команд.

Сващенко Гелена Геннадьевна – клинический психолог, КПТ-, АСТ-, ДБТ-терапевт, член Ассоциации Когнитивно-поведенческой психотерапии (АКПП), Association for Contextual Behavioral Science (ACBS), активно работает с пограничным расстройством личности, суицидальным и самоповреждающим поведением, расстройствами пищевого поведения, эмоциональной дисрегуляцией, обладает большим опытом развития, психотерапии и коучинга команд в крупных корпорациях (Danone, Fazer и др.).

НАЧАЛО ЧАСТНОЙ ПРАКТИКИ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-ГУМАНИСТИЧЕСКОМ НАПРАВЛЕНИИ ПСИХОТЕРАПИИ

Гликман Наталья Викторовна – практический психолог с опытом работы более 15 лет, семейный консультант, автор программ сопровождения для семей в кризисной ситуации, семинаров по оказанию помощи взрослым и детям, пережившим насилие, участник международных программ по работе с молодежью, спикер конференций и форумов по вопросам семейных отношений.

ЧАСТНАЯ ПРАКТИКА НЕЙРОПСИХОЛОГА: ОСНОВНЫЕ ЗАПРОСЫ И ОСНОВНЫЕ СЛОЖНОСТИ

Царёва Татьяна Олеговна – детский клинический (медицинский) и нейропсихолог, руководитель центра детской нейрокоррекции и развития в Санкт-Петербурге.

НАЧАЛО ЧАСТНОЙ ПРАКТИКИ В ГИПНОТЕРАПИИ

Омельченко Елена Владимировна – врач-психотерапевт, клинический психолог, психиатр со стажем работы более 20 лет, специализируется в гипнотерапии и схема-терапии, имеет большой опыт в лечении расстройств пищевого поведения, действительный член Ассоциации специалистов области клинического гипноза (АСОКГ), Российской психотерапевтической ассоциации (РПА), Европейского общества клинического гипноза (ESH), ведет частную практику, обучает гипнозу и гипнотерапии специалистов помогающих профессий.

НАЧАЛО ЧАСТНОЙ ПРАКТИКИ В ДИНАМИЧЕСКОМ НАПРАВЛЕНИИ ПСИХОТЕРАПИИ НА МОДЕЛИ ЛОРПТ

Кадюкова Елена Владимировна – психолог, семейный психолог, осуществляет психологическое консультирование, индивидуальную психотерапию в методе ЛОРПТ, работает преимущественно с невротическими реакциями и невротическими расстройствами, проводит системную семейную психотерапию с семьями и супружескими парами.

НАЧАЛО ЧАСТНОЙ ПРАКТИКИ В ГЕШТАЛТ-ТЕРАПИИ

Шляхетко Елена Владимировна – кандидат медицинских наук врач-психотерапевт, клинический психолог, гештальт-терапевт, супервизор, направления работы: индивидуальная психотерапия взрослых, в том числе сложные клинические случаи, семейная психотерапия, групповая психотерапия, обладает 10-летним опытом преподавания и 20-летним опытом работы психотерапевтом.

Секционное заседание

«НОВЫЕ ПОДХОДЫ К СУПЕРВИЗИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ И ПСИХОТЕРАПИИ»

1 апреля, зал «Исаакиевский», 15.15-20.00

МОДЕРАТОРЫ: *Румянцева Инга Викторовна (Санкт-Петербург), Овчинникова Юлия Ионовна (Москва)*

Аннотация: В контексте современных реалий, когда наблюдается постоянный рост обращений клиентов за психологической и психотерапевтической помощью, обоснованным становится и увеличение количества помогающих специалистов в различных модальностях. В том числе всё больше специалистов выбирают полимодальные подходы.

Это влечёт за собой и изменение подхода к супервизии, которая является обязательным условием профессионального становления психотерапевта. На первый план выходят такие вопросы, как применение полимодальной супервизии, выход в онлайн-пространство, выявление потребностей как психологического, так и профессионального сообщества с целью оказания поддержки и помощи посредством инструментов супервизии и гипервизии. Основная цель секции и круглого стола – определение критериев стандарта качества профессионального супервизора, совместная выработка условия и этических норм онлайн-супервизии, обмен мнениями через дискуссию.

В рамках секции состоится круглый стол «Развитие супервизии в современном психологическом пространстве» (19.00-20.00)

ПАРУ СЛОВ О ЛИЧНОСТИ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ: КАК КЛИЕНТ (НЕ) ПОЛЬЗУЕТСЯ ТЕРАПИЕЙ

Снигур Владимир Сергеевич – врач-психотерапевт, переводчик-синхронист, сертифицированный ТФП-терапевт, специалист в области клинического гипноза и невербальной коммуникации, действительный член, аккредитованный супервизор и преподаватель ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе обсуждается роль и ответственность клиента в психотерапии. Рассматриваются препятствия, которые мешают клиенту пользоваться психотерапией, сложности, с которыми сталкиваются терапевты, а также идеи для помощи супервизорам.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ И ГРУППОВОЙ ФОРМ СУПЕРВИЗИИ

Сарайкин Дмитрий Михайлович – действительный член, преподаватель международного уровня и сертифицированный супервизор ОППЛ, член Комитета по супервизии, сертифицированный специалист в области индивидуальной и групповой психоаналитической психотерапии и супервизии (DAP), обладатель Европейского сертификата психотерапевта. Россия, Санкт-Петербург.

ГИПЕРВИЗИЯ КАК ИНСТРУМЕНТ ОБУЧЕНИЯ И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ СУПЕРВИЗОРА

Костричкин Алексей Алексеевич – магистр психологии, специалист Московского института схема-терапии, мастер-коуч ICI, преподаватель и аккредитованный супервизор ОППЛ. Россия, Москва.

В докладе дается определение, рассматриваются предпосылки возникновения гипервизии как нового инструмента супервизора, обобщается российский и международный опыт.

СУПЕРВИЗИЯ БИЗНЕСА

Овчинникова Юлия Ионовна – психолог в полимодальном подходе, сертифицированный супервизор ОППЛ, действительный член ОППЛ, член сообщества ЭФТ, член Российской арт-терапевтической ассоциации, основатель Онлайн-школы профессионального взлёта для психологов и коучей. Россия, Москва.

В докладе рассматривается одна из перспектив развития глубинного полимодального супервизора – супервизия бизнеса. Как глубинный супервизор может помочь компаниям, коммерческим и бюджетным организациям выявить и устранить проблемы ограничивающие рост и развитие. Нюансы и особенности супервизии клиентских случаев и кейсов из бизнеса.

ВЛИЯНИЕ СУПЕРВИЗИИ НА ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ ТЕРАПЕВТА

Перемолотова Ирина Александровна – практикующий психолог, супервизор, преподаватель, автор и ведущая Т-игр. Россия, Москва.

В докладе рассматривается понятие жизнестойкости терапевта, ее основные составляющие, свойства и признаки, анализ факторов, которые влияют на нее в процессе работы. Отдельное место среди них уделено супервизии и ее важности для реализации успешной практики. Значимость и актуальность темы обусловлена ростом стрессогенного воздействия внешних обстоятельств состояние современного специалиста.

ВЛИЯНИЕ ТЕНЕВЫХ АСПЕКТОВ АРХЕТИПА НА ЛИЧНОСТЬ СУПЕРВИЗОРА

Олейникова Анна Васильевна – руководитель психологического центра "Искусство жить", практикующий психолог, психолог-сексолог, телесно-ориентированный терапевт, системный расстановщик, гештальт-терапевт, гипнотерапевт, действительный член ОППЛ, медиатор, преподаватель психологии, бизнес-тренер, аккредитованный супервизор ОППЛ, автор личностных программ и ведущая женских и мужских оф-лайн и он-лайн групп.

В докладе рассматривается углубленный взгляд на то, что мы включаем в понятие четырех архетипических энергий, что позволит супервизору объединить и расширить видение супервизанта. Понятие «золотой» Тени супервизора для супервизанта.

ТОЧКИ ФОКУСА СУПЕРВИЗОРА В СУПЕРВИЗИИ В ГРУППЕ

Румянцева Инга Викторовна – вице-президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, председатель Регионального Отделения ОППЛ в Санкт-Петербурге и СЗФО. Председатель комитета по супервизии ОППЛ, сертифицированный супервизор ОППЛ, обладатель Европейского сертификата психотерапевта, член наблюдательного совета Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», психолог, организатор международных научных конгрессов. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматриваются точки фокуса супервизора в процессе супервизии. Рассматривается фактор бессознательных отношений, напряжение группы, расщепление в группе, эмоциональное состояние группы. Рассказывается процесс формирования групповых взаимодействий и выстраивание «хорошей атмосферы в группе» как залог успешной супервизии.

4 УРОВНЯ РЕФЛЕКСИИ В МЕЖМОДАЛЬНЫХ СУПЕРВИЗИЯХ ПО УНИВЕРСАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ПСИХОТЕРАПИИ «ТЕХНОЛОГИЯ ОСОЗНАНИЯ РЕАЛЬНОСТИ» (УМП ПО ТОР-ПОДХОДУ)

Гафарова Ольга Ниловна – психолог-психотерапевт, действительный член ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ, автор Универсальной модели психотерапии «Технология Осознания Реальности», гендиректор психологического Ресурсного центра «Интеграция». Россия, Тамбов.

Процесс сознания по фокусу «горизонт видения» может протекать локально на уровне тактики, стратегии, идеи или концепции, но может иметь и сквозное течение. В докладе показан опыт ведения межмодальных супервизий по этим 4

уровням осознания в УМП по TOP-подходу, что позволяет вести рефлекссию кейса от ближнего горизонта фактов до дальнего: в глубину первопричин или на высоту видения стратегии работы с ними.

СОВРЕМЕННЫЙ ВЗГЛЯД НА ЭТИКУ В РАБОТЕ СУПЕРВИЗОРА

Силаева Любовь Владимировна – психолог-исследователь, психотерапевт, аккредитованный супервизор ОППЛ, член ОППЛ. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются этические аспекты отношений супервизора и супервизанта. Обсуждаются нюансы организации работы онлайн и рассматривается современный взгляд на этику профессиональных коммуникаций, новый взгляд на автономность, конфиденциальность и другие аспекты работы супервизора.

К ВОПРОСУ ОБ ИНТЕРПРЕТАЦИИ ДИНАМИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ В КОНТЕКСТЕ ПОЛИМОДАЛЬНОЙ СУПЕРВИЗИИ НА ПРИМЕРЕ КОМПЛЕКСА ЭДИПА

Григорьева Татьяна Николаевна – кандидат медицинских наук, врач-психотерапевт, Россия, Москва – Италия, Верона.

Настоящая работа является попыткой внести скромный вклад в развитие темы Эдипа в соответствии с концепцией София-анализа, итальянской школы экзистенциально-аналитического направления. Софияаналитическое прочтение комплекса Эдипа отличается от классической теории Зигмунда Фрейда. В соответствии с софияаналитической теорией известно импульсивное проживание комплекса Эдипа и проживание его в свободе. У каждого человека есть возможность выбора остаться в этом комплексе или выйти из него, поскольку мы наделяемся свободой выбора уже в момент зачатия.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХИАТРИЯ ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ: КОНЦЕПЦИЯ ИНТЕГРАЦИИ

Кондуров Сергей Викторович – врач-психиатр, психотерапевт, Гештальт-терапевт. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе предложены материалы по преподаванию практического курса психопатологии для практикующих психологов. Предложена концепция интеграции психиатрии в практику психолог психотерапевтов в ходе психологического консультирования.

ПЯТЬ ФАКТОРОВ УСПЕШНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ: ВЗГЛЯД СУПЕРВИЗОРА

Ляшковская Светлана Владимировна – врач-психотерапевт, кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник, главный специалист Федерального консультационно-методического Центра по психотерапии НМИЦ ПН им. В.М. Бехтерева, член Координационного совета и Совета супервизоров Российской психотерапевтической ассоциации.

В докладе будут представлены результаты анализа реальной супервизионной практики. Освещаются наиболее часто встречающиеся затруднения в психотерапии, которые становятся причинами обращения к супервизору. Сформулированы пять основных факторов, внимание к которым помогает психотерапевту избежать ошибок и трудностей.

СУПЕРВИЗИЯ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ ЛИЧНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Осипова Наталья Николаевна – психолог-практик, магистр психологии, действительный член ОППЛ, Обучающий личный терапевт, супервизор ОППЛ, Обучающий личный терапевт-Адвайзер ОППЛ, преподаватель МИП, Среда обучения, сооснователь Академии развития и дополнительного профессионального образования, практик в полимодальном и юнгианском подходах. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается феномен развития чувствительности к процессу взаимоотношения с клиентом. Ролевая модель супервизора в развитии компетенций специалиста. Обсуждается опора на индивидуальный и групповой процесс в рамках развития специалиста.

КОГНИТИВНЫЙ ДИССОНАНС И ТРЕВОГА: ТАКТИКИ ПОМОЩИ С ПОЗИЦИИ МЕТОДОВ ГЕШТАЛЬТ ПОДХОДА

Петрова Елена Юрьевна – медицинский психолог, Гештальт-терапевт, руководитель направления «Гештальт» в ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается актуальность использования концепции когнитивного диссонанса для диагностики тревоги в ходе психологического консультирования. Обсуждается тактика и алгоритмы работы терапевта в ходе психологической консультации. Рассматривается работа супервизора в случаях запросов клиентов, связанных с тревогой.

СУПЕРВИЗИЯ КАК МЕТАКОГНИТИВНЫЙ ПРОЦЕСС. ЗНАЧЕНИЕ МЕТАКОГНИТИВНОГО ОПЫТА В ФОРМИРОВАНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ

Ревин Константин Сергеевич – медицинский психолог, арт-терапевт, преподаватель психологии, аккредитованный полимодальный супервизор ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается значение метакогнитивного познания в процессе психотерапии и супервизии. Дается определение метакогнитивных процессов и разграничиваются метакогнитивные навыки, переживания и суждения. Обсуждается характер и значимость метакогниций с точки зрения супервизанта и супервизора. Раскрывается значение метакогнитивного познания в рамках проблемы эффективности психотерапии и супервизии.

СУПЕРВИЗИЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ

Сентялева Виктория Николаевна – клинический психолог, психолог-консультант психоаналитической ориентации, действительный член ОППЛ, педагог-психолог ФКК «Пансион воспитанниц Министерства обороны РФ Санкт-Петербурга». Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается опыт организации регулярного проведения супервизии в психологической службе образовательного учреждения. Указанный опыт рассматривается, как предпосылка для организации супервизии для педагогов (воспитателей). Описывается круг сложностей на пути к приданию супервизии статуса обязательной формы психологической работы. Освещаются некоторые положительные результаты, на основе обратной связи от педагогов, попробовавших новую для себя форму работы.

ИЕРАРХИЯ ЦЕННОСТЕЙ В СУПЕРВИЗОРСКОЙ РАБОТЕ: КОГДА СТАЛКИВАЮТСЯ ЧЕСТНОСТЬ И КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ

Тобенева Ирина Алексеевна – немедицинский психотерапевт (психодинамический подход), автор книги по теории поколений «Что за XY..Z?», супервизор ОППЛ. Россия, Екатеринбург.

В докладе рассматривается проблема приоритета ценностей в процессе групповой супервизии на примере кейса: в процессе супервизии выяснилось, что один и тот же клиент посещает двух супервизантов одновременно.

ПРИВЯЗАННОСТЬ В ОТНОШЕНИЯХ СУПЕРВИЗОР – СУПЕРВИЗИРУЕМЫЙ

Кuftяк Елена Владимировна – клинический психолог, системный семейный терапевт, действительный член ОППЛ, аккредитованный обучающий личный терапевт ОППЛ, супервизор, профессор МИП, МВШСЭН. Россия, Москва.

В докладе рассматривается психология привязанности через призму супервизорской системы. Анализируется процесс активации системы привязанности супервизируемого в ответ на стресс / тревогу или воспринимаемую угрозу / обратную связь от супервизора в ситуации супервизии. Обсуждаются роль супервизора в качестве фигуры привязанности для супервизируемых и процессы взаимоотношений с учетом привязанности, разворачивающиеся в супервизионных отношениях. Приводятся способы реагирования супервизируемых с учетом соответствия их типа привязанности к супервизору. Рассматриваемые вопросы могут помочь в достижении успешного рабочего альянса супервизанта и супервизора.

СУПЕРВИЗИЯ НАЧИНАЮЩИХ КОНСУЛЬТАНТОВ, СТОЛКНУВШИХСЯ С ТЕМОЙ СЕКСУАЛЬНОГО НАСИЛИЯ В КЛИЕНТСКОМ СЛУЧАЕ

Легостаева Екатерина Сергеевна – кандидат психологических наук, доцент, действительный член и аккредитованный супервизор ОППЛ, член ЕАТА, практик транзактного анализа. Россия, Екатеринбург.

В докладе рассматриваются примеры обращений начинающих консультантов, столкнувшихся с темой сексуального насилия при работе с клиентским случаем. Обсуждаются трудности консультанта эмоционального, поведенческого, когнитивного и этического характера. Приводятся примеры поддержки со стороны супервизора, направленные на стабилизацию состояния консультанта и укрепление его готовности продолжать работу над случаем. Обсуждаются возможности использования структурной модели, применяемой в транзактном анализе, как инструмента ведения подобных супервизий.

Секционное заседание «ПРОЦЕССУАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ» 1 апреля, зал «Петровский», 10.00-14.00

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: Сербина Людмила Николаевна (Москва)

РАБОТА С СЕМЕЙНОЙ СИСТЕМОЙ

Сербина Людмила Николаевна – кандидат психологических наук, психотерапевт EAP, дипломант PW, действительный член ОППЛ, IAROP и EAP, руководитель модальности процессно-ориентированной психологии и психотерапии в ОППЛ, международный супервизор и преподаватель ОППЛ, преподаватель Института интегративной психологии и психотерапии и Международного центра процессуальной работы (ICPW). Россия, Москва.

Работа с семейной системой. Работа с парой. Миф встречи, партнёр как вторичный процесс, параллельные и комплиментарные края.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СМЫСЛОВ НЕКОТОРЫХ КЛЮЧЕВЫХ ТЕРМИНОВ ПРОЦЕССУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ ДЛЯ УГЛУБЛЕНИЯ ОСОЗНАНИЯ ИННОВАЦИЙ МЕТОДА

Извекова Ирина Владимировна – магистр педагогики, сертифицированный специалист по процессуальной психологии, студентка II фазы дипломной программы международной школы процессуальной работы ISPWR, наблюдательный член ОППЛ, член Ассоциации процессуально ориентированных психологов и психотерапевтов (АПОПП), преподаватель Трийоги, экс-генеральный директор маркетингового агентства.

В докладе предлагается исследовательский взгляд на такие значимые термины процессуальной психологии, как «маргинализация» и «насновивание». Представлен сравнительный анализ указанных терминов с возникшими ранее и в других теоретических системах понятиями. Будут озвучены гипотезы в отношении общего и различного, что может способствовать более глубокому пониманию ценностных и смысловых отличий процессуальной работы от других направлений.

ПЕРЕОСМЫСЛЕНИЕ РАБОТЫ С ТРЕУГОЛЬНИКОМ КАРПМАНА В RW ПОДХОДЕ

Кисельникова Елена Владимировна – психолог, сертифицированный ведущий психодинамических групп, RW консультант, участник дипломной программы по стандарту IAPOR, эксперт по оценке управленческого потенциала руководителей ТОП уровня и федерального конкурса «Лидеры России». Россия, Москва.

В докладе дается классическое определение «драматического треугольника» Карпмана. Рассматриваются практические случаи проявлений привычных первичных клиентских идентификаций с полярными ролями Жертва/Тиран/Спасатель возможности их углубления до Чувствительного/Уверенно действующего/Помогающего Союзника из «треугольника победителя», а также возможности их дальнейшей внутренней интеграции с помощью позиции внутреннего фасилитатора.

РАЗРЕШЕНИЕ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ С ПОМОЩЬЮ МЕТОДОВ ПРОЦЕССУАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Морозова Анна Сергеевна – председатель Свердловского отделения ОППЛ, психолог, тренер, консультант, действительный член ОППЛ.

В докладе дается описание четырех фаз конфликта по А. Минделлу, рассматривается Процесс-ориентированная медитация с осознанием фаз в течение дня. Даются структура и описание упражнения-медитации с примерами. Также приводятся примеры упражнений и самостоятельной внутренней работы во время общения с природой.

ЖИЗНЕННЫЙ МИФ КАК ОСНОВА ФИНАНСОВЫХ СТРАТЕГИЙ. МЕТОДЫ ПРОЦЕССУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ В РАБОТЕ С ЖИЗНЕННЫМИ СЦЕНАРИЯМИ

Смирнова Юлия Сергеевна – основатель и руководитель психологического центра «ОРИОН-С» в Санкт-Петербурге (с 2006 года), бизнес-консультант, автор семинаров, меняющих жизнь, дипломированный специалист процессуально-ориентированной работы по стандартам IAPOR (International Association of Process Oriented Psychology), тренер международной сертификационной и дипломной программы ISPWR (The International School Of Process Work In Russia), член АПОПП (Ассоциация процессуально ориентированных психологов и психотерапевтов), аккредитованный психотерапевт СРО "Союз психотерапевтов и психологов", действительный член ОППЛ, аккредитованный тренер-супервизор ОППЛ.

В докладе рассматриваются аспекты формирования стратегий и жизненных сценариев, оказывающих влияние на выборы, решения и действия людей в различных сферах жизни, в том числе в вопросах отношений с деньгами. Рассматривается влияние глубинного жизненного мифа, как базовой структуры, дающей вариативность реализации сценариев и стратегий.

НАУЧНА ЛИ ПРОЦЕССУАЛЬНАЯ РАБОТА? МЕСТО ПРОЦЕССУАЛЬНОЙ РАБОТЫ В ПОЛЕ АНТРОПОЛОГИЧЕСКИХ ПРАКТИК

Сычевский Никита Сергеевич – психолог, преподаватель психологии, сертифицированный трансперсональный психотерапевт европейского реестра EUROTAS, сертифицированный процессуальный терапевт, участник дипломной программы по процессуальной работе, аккредитованный супервизор ОППЛ, основатель творческого пространства «Философская квартира». Россия, Санкт-Петербург.

В докладе обсуждается соотношение процессуальной работы с полем антропологических практик. Мы рассмотрим развитие антропологических практик в разные исторические эпохи, подходы к их классификации в соответствии с отличительными признаками. Попробуем отыскать «адрес» процессуальной работы в предлагаемой многомерной системе координат и обсудим её связи и отношения с другими практиками, созданными человечеством.

ВЕДЕНИЕ И СЛЕДОВАНИЕ ПРОЦЕССУАЛЬНОГО-ОРИЕНТИРОВАННОГО И ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОГО ТЕРАПЕВТА В ТЕЛЕСНОЙ РАБОТЕ

Родин Валерий Валериевич – телесно-ориентированный психотерапевт, выпускник Института интегративной кундалини йоги, студент РОСТ, студент программы по Процессуально-ориентированной психологии и психотерапии.

В докладе описываются возможности и ресурсы ведения и следования. Хочется или надо? Качественное ведение и следование обеспечивается прежде всего вниманием к телесной работе: сигналы ведения передаются от тела к телу. На

что обращать внимание в теле для качественного ведения и следования: что тонизировать, что расслаблять, а что координировать.

**Секционное заседание
«ПОЛИМОДАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»
1 апреля, зал «Владимировский», 10.00-18.00**

ПРЕДСЕДАТЕЛИ: *Никулина Полина Андреевна (Санкт-Петербург), Белоусов Максим Владимирович (Москва)*

**МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ
ДЛЯ ВЫБОРА НОВОЙ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «412» (МДПВ 412)**

Белоусов Максим Владимирович – кандидат психологических наук, медицинский психолог, психоаналитик, АНО ДПО «Центр региональных социально-гуманитарных связей». Россия, Москва.

В докладе рассматривается востребованность практических инструментов для работы психолога-консультанта с клиентом в ситуации профессионального выгорания. В качестве примера практического инструмента для работы психолога представлена авторская Методика диагностики профессионального выгорания для выбора новой специальности «412», результаты стандартизации методики, ее отличия от существующих аналогов, применимость и результаты работы с методикой психологов-консультантов с использованием цифровых технологий.

МЕТОДЫ РАБОТЫ С ПОДАВЛЕННОЙ АГРЕССИЕЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ

Никулина Полина Андреевна – магистр психологии, аналитический психолог, клинический психолог, аккредитованный супервизор ОППЛ, обучающий личный терапевт ОППЛ, преподаватель психологии со специализацией в сексологии. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается подавленная агрессия в индивидуальной работе с клиентом, причины подавления агрессии, значение для раскрытия потенциала личности и реализации запроса.

Дается определение понятию подавленной агрессии. Обсуждаются психотерапевтические методы и приемы для проявления клиентом агрессии различными способами. Обсуждается значение проявления агрессии для улучшения и стабилизации общего самочувствия и состояния клиента, а также эффективность в работе с различными терапевтическими «мишенями» (депрессия, раздражительность, сложности в самореализации, одиночество).

ЭНЕРГОАКТИВНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ: МЕТОДОЛОГИЯ, ЗАДАЧИ, МЕТОДЫ

Захаревич Андрей Станиславович – доктор психологических наук, профессор, обладатель Европейского и Всемирного сертификата психотерапевта, руководитель Российской энергетической школы. Россия, Москва.

В докладе рассматривается пространство функционирования психики с позиций энергоактивной психологии и психотерапии. Психика рассматривается как материальное многомерное образование. Исходя из теоретических концепций, определяются задачи по подготовке специалистов по энергоактивной психологии и психотерапии и приводится классификация энергоактивных методов для решения психологических и психотерапевтических вопросов клиентов. Отдельное внимание уделяется направлениям индивидуального развития специалистов и клиентов, включая аспекты духовного развития.

ЧЕТЫРЕ ОШИБКИ ЗИГМУНДА ФРЕЙДА И АВТОРСКАЯ 4-Х ЧАСТНАЯ МОДЕЛЬ СОДЕРЖАНИЯ ПСИХИКИ

Табидзе Александр Александрович – клинический психолог, директор Научного Центра «Психопедагогика» Минобрнауки РФ, член-корреспондент РАЕН, доктор физико-математических наук, профессор, действительный член ОППЛ (руководитель модальности «Музыкально-интегральная психотерапия»). Россия, Москва.

Анализируется образная двухчастная (наездник (сознание) на лошади (бессознательное)) модель Зигмунда Фрейда (1923 г.). Проводится дальнейшее развитие этой модели с учетом 4-х ошибок в её содержании:

- 1) Представление единства психического реагирования во времени, сознания и бессознательного. Приводится физический эксперимент (Трандл А., 2002 г.), опровергающий это представление и демонстрирующий отставание на 0,2-0,3 сек. сознательных (корковых, когнитивных) процессов по отношению к бессознательным (подкорковым, эмоциональным).
- 2) Игнорирование физиологического (телесного) носителя бессознательного.
- 3) Принятие в своей модели только одного индивидуального бессознательного и игнорирование второго, коллективного бессознательного.
- 4) Принятие основным источником психической травмы детских переживаний, без учёта наследственной передачи травматического опыта предыдущих поколений.

Предлагается авторская 4-х частная образная модель (Табидзе А.А., 2016 г.), свободная от этих недостатков и соответствующая современной био-психо-социо-духовной парадигме психики в психотерапии (Макаров В.В., 2009 г.).

ВОЗМОЖНОСТИ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ОНЛАЙН ФОРМАТЕ, ОСОБЕННОСТИ ПРАКТИКИ. ЧЕМ СПЕЦИАЛИСТ ОТЛИЧАЕТСЯ ОТ «ИНФОЦЫГАН»?

Купцова Инга Викторовна – системный семейный терапевт, действительный член ОППЛ, преподаватель ИКСР, клинический психолог, психоаналитик.

Как только цифровое пространство плотно вошло в нашу жизнь, стерлись границы и препятствия, которые раньше мешали общению и взаимодействию людей. Если раньше расстояния, место и время были факторами ограничения, то сейчас, как нам кажется, нет. Но так ли все безоблачно и эффективно? Услуги психолога и психотерапевта – как изменились особенности работы в пространстве онлайн, что нам мешает, а что помогает? Так ли плохи «инфоцыгане»? Чем мы можем от них отличаться?

АЛГОРИТМ ОСОЗНАНИЯ: УНИВЕРСАЛЬНОСТЬ И ПОТЕНЦИАЛ ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ШКОЛ

Гафарова Ольга Ниловна – психолог-психотерапевт, действительный член Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, аккредитованный супервизор ОППЛ, автор Универсальной модели психотерапии «Технология осознания реальности» (ТОР-подход), обладатель Европейского сертификата психотерапевта, гендиректор психологического Ресурсного центра «Интеграция». Россия, Тамбов.

В докладе сформулированы 6 «камней преткновения» современной психотерапии и показана эмпирическая последовательность процесса осознания, который, как «лакмусовая бумажка», проявляет диапазон действия модальностей и «зону развития» их в пространстве психики. Рассматривается алгоритма этого мета-когнитивного процесса как возможность перехода психотерапии на новый уровень, где возможен принципиально новый – «квантовый» – скачок в её развитии, вместо горизонтального преумножения множества методов и методик.

ЧЕСТНОСТЬ КАК НРАВСТВЕННАЯ НОРМА, ВЫЗОВЫ ВРЕМЕНИ. КОГНИТИВНЫЙ ДИССОНАНС

Карпова Лариса Александровна – ведущий преподаватель института Ценностно-ориентированной психологии (г. Краснодар), действительный член Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются: понятие честности как нравственной нормы и неотъемлемое качество человека, методы диагностики, взгляды на это качество в советской и зарубежной психологии. Автор рассматривает критерии для выявления честности и нечестности, а также существующие современные методики оценки личностной честности и нечестности. С учетом современных тенденций уровень честности в обществе постоянно снижается, поэтому наличие такой устойчивой черты личности, как честность, выходит на первый план как при профессиональном выборе сотрудника, так и при оказании психологической помощи. Данная тема актуальна как для личности, так и при межличностном взаимодействии. В докладе автор рассмотрит понятие честности со стороны правдивости, принципиальности, верности, искренности, а также в отношении мотивов, которыми руководствуется человек.

Проявление противоположного качества – нечестности – клевета, лицемерие, сознательный обман, шантаж, саботаж. Важность объективной оценки психологом честности – как устойчивой черты или ситуативного проявления качества, согласно принятым нормам и правилам общества, социальной желательности честности в компании, с учетом культурных, исторических, национальных особенностей человека. Когнитивный диссонанс честности в современном обществе.

ФЕНОМЕН ВЫСОКОЙ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ИЛИ КТО ТАКИЕ ВЧЛ

Полякова Валентина Валентиновна – доктор психологии (DPsych), клинический психолог, гипнотерапевт, действительный член ОППЛ, Россия, Нижний Новгород.

В докладе рассматривается феномен высокой чувствительности. Дается определение понятию высокой чувствительности человека – высокочувствительные люди, ВЧЛ. Обсуждаются особенности высокочувствительных людей в парадигме психического здоровья человека. Рассматривается адаптивность психотерапевтических методов к особенностям восприятия ВЧЛ.

ЧАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА В СОВРЕМЕННЫХ РЕАЛИЯХ

Васильева Яна Сергеевна – кандидат психологических наук, действительный член ОППЛ, интегративный психолог с 25-летним стажем, полимодальный супервизор. Россия, Санкт-Петербург.

Данный доклад раскрывает прикладные аспекты организации и ведения частной психологической практики в современной ситуации. Перечисляются основные составляющие успешной практики психолога. Приводится перечень актуальных проблем, с которыми сталкивается практикующий психолог: конкуренция, необходимость позиционирования в социальных сетях, правовая незащищенность, отсутствие стабильного потока клиентов, отсутствие стандартов формирования стоимости консультации и др. Предлагаются варианты решений.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ В ОНЛАЙН-ПРОСТРАНСТВЕ В УСЛОВИЯХ НОВОЙ РЕАЛЬНОСТИ

Кочина Ольга Валерьевна – психолог-консультант, ЭОТ-терапевт, автор психологических блогов в ведущих социальных сетях, ведет частную практику. Россия, Москва.

В докладе рассматривается онлайн-формат взаимодействия психолога и клиента. Обсуждается стратегия выстраивания коммуникации от первичного касания в онлайн-пространстве до непосредственной консультации. Рассматривается роль и влияние социальных сетей на формирование экспертности современного психолога. Обсуждается портрет целевой аудитории психолога в онлайн-пространстве.

ФЕНОМЕН РУССКОЙ ЭМИГРАЦИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ

Лобза Ольга Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и социальной психологии Одинцовского филиала МГИМО МИД России, практикующий психолог, юнгианский аналитик, арт-терапевт. Россия, Одинцово.

В докладе рассматривается феномен русской эмиграции как вынужденное экзистенциальное состояние. Дается разбор клиентского случая.

КРАТКОСРОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В ПЕРСОНАЛИЗИРОВАННЫХ ПРОГРАММАХ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЛЯ НАРКОЛОГИЧЕСКИХ ПАЦИЕНТОВ В СТАЦИОНАРНЫХ УСЛОВИЯХ. АЛГОРИТМ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ПРИ КОГНИТИВНЫХ НАРУШЕНИЯХ

Коротина Ольга Викторовна – научный сотрудник отдела психотерапии и медицинской реабилитации в стационарных и амбулаторных условиях, медицинский психолог высшей квалификационной категории, действительный член АКПТ, действительный член ОППЛ, психолог-преподаватель международного статуса, аккредитованный специалист-психолог по направлению «Полимодальная психотерапия», режиссер и художественный руководитель ресурсного психотерапевтического театра «Эликриз», психолог-эксперт 1 канала, автор более 100 научных статей и реабилитационной программы для лиц с аддиктивным поведением «Re_Missio», лауреат премии «Золотая-психея».

В докладе рассматривается модель краткосрочной психотерапии для пациентов с когнитивными нарушениями. Предлагаются алгоритм и психологические техники проведения психологической коррекции для подростков и взрослых лиц с наркологическими проблемами.

ПРАВОВЫЕ И ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ СОВРЕМЕННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ КАК ОТВЕТ НА АКТУАЛЬНЫЕ СОЦИАЛЬНЫЕ ВЫЗОВЫ СОВРЕМЕННОСТИ

Канунникова Татьяна Владимировна – социальный психолог, психотерапевт, супервизор, действительный член общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, Россия, Екатеринбург.

В докладе рассматривается психология экстремальных ситуаций и состояний. Приводятся основные принципы кризисной психологической помощи. Даются правила и общение с пострадавшими. Обсуждаются приемы для снижения уровня страха. Рассматривается профилактика профессионального выгорания и сотравматизации.

СТРУКТУРИРОВАННОЕ ИНТЕРВЬЮ ОРГАНИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ (STIPO-R) И ОПЫТ ЕГО ПРИМЕНЕНИЯ В ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ

Конюховская Юлия Егоровна – клинический психолог, преподаватель-исследователь (МГУ им. М.В.Ломоносова), кандидат ТФП, руководитель комитета по STIPO и исследовательским проектам в РОТФП, ассистент кафедры клинической психологии ФКПиСР РНИМУ им.Н.И.Пирогова (2021-2022). Москва, Россия.

В докладе представляется Структурированное интервью организации личности (STIPO-R) с примерами вопросов и ответов по каждому разделу: идентичность, объектные отношения, низкоуровневые и высокоуровневые защиты, агрессия, моральные ценности. Рассматриваются варианты ответов и их балльная оценка в связи с диагностикой нормального, невротического и пограничного уровней организации личности.

Представляется опыт обучения данному интервью в рамках практикума по патопсихологической диагностике на базе РНИМУ им. Н.И. Пирогова в ПКБ №4. Рассматривается соотношение STIPO-R с методиками классического патопсихологического обследования. Описываются роль данного интервью в структуре программы обучения ТФП и деятельность комитета STIPO РОТФП.

КОУЧИНГ И ИНТЕГРАТИВНАЯ МОДЕЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

Калашников Андрей Сергеевич – клинический и организационный психолог, автор метода структурного консультирования, руководитель комитета коучинга ОППЛ, член Президентского совета СПО «Союз Психотерапевтов и психологов». Россия, Москва.

В докладе будет рассмотрена интегративная модель психологического консультирования, объединяющая работу на всех возможных уровнях проявления проблемы – от ценностей клиента и его самоидентификации до окружения с позиции достижения так называемого «социального результата». Также, будет рассмотрена возможная роль коучинга как психотехнологии с позиции ее расширения с целью интеграции с классическими методами психотерапии.

ОСОБЕННОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ МУЖЧИН, ПОДЛЕЖАЩИХ МОБИЛИЗАЦИИ, В ПЕРИОД ЕЕ ОБЪЯВЛЕНИЯ

Рухлова Анна Размиковна – практикующий психолог, специалист по телесно-ориентированной психотерапии, тренер МИППиП «Интеграция», действительный член ОППЛ. Россия, Екатеринбург.

В докладе рассматриваются особенности консультирования мужчин, подлежащих мобилизации, в период ее объявления. Описано, как влияет опыт психотерапевтических отношений на эмоциональное состояние мужчин в данный период. Обсуждается способность к адаптации к изменившейся ситуации. Рассматривается реакция и влияние семьи на эмоциональное состояние мужчины в данный период и тенденции развития отношений в семье. Рассматривается способность мужчин запрашивать и принимать поддержку в текущей ситуации.

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Константинова Анна Евгеньевна – ведущий преподаватель МИППиП «Интеграция», аккредитованный супервизор и действительный член ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается фундаментальное отличие телесно-ориентированной психотерапии от телесно-ориентированной терапии и телесных практик. А также важность четырехчастной модели обучения для специалистов в ТОП.

Подсекция

«ГЛУБИННАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ»

ЮНГИАНСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ В ПЕРИОД ЖИЗНЕННЫХ КРИЗИСОВ

Сурина Лидия Алексеевна – кандидат химических наук, аналитический психолог, психотерапевт, действительный член и сопредседатель модальности «Юнгианский анализ» Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, выпускающий редактор журнала «Психотерапия», сертифицированный личный терапевт, супервизор и преподаватель международного уровня ОППЛ. Россия, Москва.

Аналитическая психология Карла Густава Юнга предоставляет современному человеку широкие возможности для психотерапевтической помощи человеку в кризисные периоды его жизни. Кризисы не только неизбежны, но и необходимы, чтобы человек мог расти и развиваться. Они разрушают стену между осознанной и бессознательной, скрытой частью человеческой психики. Юнгианская психотерапия помогает человеку осознать смысл кризисных ситуаций и открыть в них возможности обновления. Она показывает человеку возможность использования кризисного времени наиболее творчески, для своего личностного и духовного развития и роста, для обретения новых смыслов и собственной внутренней силы.

ПОЙМАЙ МЕНЯ, ЕСЛИ СУМЕЕШЬ, ИЛИ ПОНЯТЬ НЕПОНЯТНОЕ ЧЕРЕЗ НЕПОНЯТНОЕ

Савкина Светлана Борисовна – аналитический психолог, юнгианский аналитик, аккредитованный психотерапевт в методе полимодальной психотерапии, консультант в области развития персонала, тренер тренингов личностного роста, ведет частную практику. Россия, Санкт-Петербург.

Тема доклада – исследование феномена игры и сознания неудачи; соотнесение сущностных игровых дефиниций разных психологических подходов; сравнение родовых свойств игры и мифа. Основой доклада послужила реальная терапевтическая работа, в которой соблазнение, зачарованность, страдание, борьба за власть, символическая смерть и воскрешение в паре «клиент-терапевт» осмысляются через архетипические стремления к агональности и ускользанию.

ЧАРУЮЩИЕ ЗВУКИ ПЕСЕН ОТСЕЧЕННОЙ ГОЛОВЫ ОРФЕЯ

Савкина Светлана Борисовна – аналитический психолог, юнгианский аналитик, аккредитованный психотерапевт в методе полимодальной психотерапии, консультант в области развития персонала, тренер тренингов личностного роста, ведет частную практику. Россия, Санкт-Петербург.

Темой доклада является сопоставление концепций человеческой восприимчивости к мифу и природы мифического мышления, данных К.Г. Юнгом, швейцарским психологом и А. Ф. Лосевым, русским философом; осмысление очевидных процессов коллективной психической расщепленности с помощью метода амплификации (практический метод аналитической психологии, введенный в практику К.Г. Юнгом) мифов о Прометее, Орфее, Последнем герое, с опорой на исследования К.Г. Юнга и труды А.Ф. Лосева «Философия имени», «Диалектика мифа»; сопоставление двойственной природы мифа и архетипа; предложение тезиса – подчинение энергии мифа аналогично следованию за трансцендентным Другим.

Подсекция

«ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ В СФЕРЕ ДЕНЕГ, БИЗНЕСА И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ»

ДЕНЬГИ КАК ИНСТРУМЕНТ РЕГУЛИРОВАНИЯ СЕМЕЙНЫХ ОТНОШЕНИЙ

Рычков Андрей Михайлович – индивидуальный предприниматель. Россия, Екатеринбург.

В докладе рассматривается влияние денег на внутрисемейные коммуникации. Обсуждаются связи между родителями и детьми, в зависимости от распределения денег. Рассматриваются психологические проблемы, связанные с деньгами, а также возможность решения этих проблем, вопросы возмещения ущерба и искупления вины.

ДЕНЬГИ КАК ПРОЕКЦИЯ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ

Марьевич Ирина Ивановна – клинический психолог, психолог-консультант, гипнотерапевт, сертифицированный преподаватель метода эмоционально-образной терапии, аккредитованный супервизор ОППЛ, ведущая терапевтических и супервизионных групп, автор курса «Дети деньги не зарабатывают», организатор ежегодной конференции «Все грани эмоционально-образной терапии». Россия, Москва.

В докладе рассматриваются наиболее часто встречающиеся запросы клиентов, связанные с деньгами. На примерах из практики показывается, какие внутренние конфликты стоят за запросами относительно денег, мишени терапии, приемы и техники для обнаружения и решения внутренних конфликтов.

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В БИЗНЕСЕ

Бирюкова Елена Павловна – психолог-консультант, консультант по стратегическому управлению и развитию, член-корреспондент Международной академии информатизации. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматривается возможность использования психологического консультирования в бизнес-среде. На примере кейсов показана возможность формирования устойчивого к стрессам и проблемам бизнес-климата за счет создания особых штатных единиц – директора по счастью / комитета по счастью / экспертов по счастью, в которых присутствуют профессиональные психологи и коучи.

СПЕЦИФИКА ТРУДОУСТРОЙСТВА МОЛОДЫХ СПЕЦИАЛИСТОВ-ПСИХОЛОГОВ

Николаенко Галина Леонидовна – клинический психолог, студент магистратуры Московского городского педагогического университета, консультативный член ОППЛ. Россия, Москва.

Доклад посвящен актуальной теме – трудностям, возникающим у молодых специалистов – выпускников психологических направлений подготовки при трудоустройстве по специальности. Поведен анализ литературы по данной проблематике. Выявлены основные трудности, возникающие при поиске работы. Намечены основные пути решения данной проблемы.

Подсекция

«ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ ПАРТНЕРСКИХ, СУПРУЖЕСКИХ И ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ»

ОПЫТ РАБОТЫ С ТЕХНИКАМИ СЕМЕЙНОЙ ПОЗИТИВНОЙ ДИНАМИЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ В.Ю. СЛАБИНСКОГО

Полетаева Наталья Николаевна – клинический психолог, позитивный динамический психотерапевт, коуч, регрессолог, действительный член ОППЛ, президент благотворительного фонда «Наш мир без границ!», автор книги «Путь человека». Россия, Москва.

В докладе будут описаны алгоритмы работы с семейными парами: диагностика отношений личности при помощи опросника «БАК-конфликт», работа с жизненным циклом семьи и семейными обязательствами. Доклад будет проиллюстрирован примерами из частной практики, описаны особенности ведения семейных пар в зависимости от типа запроса.

НАСИЛИЕ СО СТОРОНЫ ИНТИМНОГО ПАРТНЕРА. ОСОБЕННОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПАЦИЕНТОВ МЕДИЦИНСКИМИ ПСИХОЛОГАМИ ПЕРВИЧНОГО ЗВЕНА СИСТЕМЫ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ

Арина Миллер – медицинский психолог ГК «Медси», преподаватель департамента клинической психологии НИИДПО, супервизор, действительный член ОППЛ, член Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии (АКПП). Россия, Красногорск.

В докладе рассматриваются особенности консультирования пациентов, пострадавших от насилия со стороны интимного партнера, обратившихся к медицинским психологам неспециализированных клиник. Большое внимание уделяется особенностям состояния (пациент зачастую не считает то, что с ним происходит, насилием, не осознает и не принимает происходящее). В докладе предлагается актуальный обзор исследований, знакомство с ведущими теориями причин возникновения насилия со стороны интимного партнера и последствий переживания травматичного опыта пострадавшим и агрессором.

Даны практические рекомендации по диагностике состояния, этапам и особенностям консультирования пациента.

АКТУАЛЬНОСТЬ АКСИОЛОГИЧЕСКОГО ПОДХОДА В ФОРМИРОВАНИИ ОСОЗНАННОГО РОДИТЕЛЬСТВА

Юрасова Анастасия Викторовна – магистрант второго курса Уральского государственного педагогического университета (УрГПУ) по направлению «Психология семьи и семейное консультирование», практикующий психолог,

перинатальный психолог, семейный психолог, арт-терапевт, ведущая лекций и курсов для родителей, менеджер Уральского регионального отделения ОППЛ, тренер и организатор ПСИФЕСТ Урал, Россия, Екатеринбург.

В докладе рассматривается аксиологический подход в формировании осознанного родительства. Раскрывается актуальность формирования ценностного отношения к родительству в современных реалиях. Приводятся данные исследования отношения родителей к своей родительской роли. Обсуждаются возможности сопровождения родительства на всем этапе его онтогенеза.

ОПЫТ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА С ПАЦИЕНТАМИ КЛИНИКИ РЕПРОДУКТИВНОЙ МЕДИЦИНЫ. СОДЕРЖАНИЕ, СМЫСЛЫ И ФОРМА РАБОТЫ. ПРАКТИЧЕСКИЕ НАРАБОТКИ, ОРГАНИЗАЦИЯ, НАБЛЮДЕНИЯ, РЕЗУЛЬТАТЫ

Попова Анастасия Александровна – психолог, системный семейный психотерапевт, специалист по репродуктивной психосоматике, руководитель психологической службы клиники «Лейб-Медик», Россия, Москва.

В докладе рассматривается опыт индивидуальной работы и работы с парами, находящимися в процессе лечения бесплодия.

Даются результаты наработок по организации работы психолога в лечебном учреждении:

- критерии оценки врачом необходимости работы пациентки или пары с психологом;
- критерии оценки психологом наличия и выраженности психологических проблем у пациентки или пары;
- дальнейшая работа с пациентами. Описываются методы графического отображения результатов диагностики и последующей работы. Обсуждается роль и влияние работы психолога на результат лечения.

ПСИХОСОМАТИКА ОСОБЕННЫХ ДЕТЕЙ, МЕТАФОРИЧЕСКИЕ КАРТЫ, КАК ИНСТРУМЕНТ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С МАМОЙ ОСОБЕННОГО РЕБЕНКА. АВТОРСКАЯ КОЛОДА «ОСОБЕННАЯ МАМА»

Бондарь Юлия Александровна – преподаватель психологии, клинический психолог, семейный психолог, специалист в области медицинского и эриксоновского гипноза, перинатальный психолог, песочный терапевт, специалист в области детско-родительских отношений, супервизор «АНО ДПО Академия детской психосоматики, клинической психологии, психотерапии семьи и детства».

В докладе рассматривается новый терапевтический инструмент в работе с детскими нарушениями и патологиями (синдром дауна, аутизм, речевые нарушения, детский церебральный паралич, эпилепсия) через маму особенного ребенка. Дается определение понятию причины и первопричины детских нарушений и патологий. Обсуждаются новые возможности коррекции нарушений, через маму ребенка. Рассматривается авторская колода метафорических карт, как инструмент работы с особенным детством в её содержательном и организационном аспектах. Обсуждается психотерапия мамы, и ее результаты и воздействие на здоровье ребенка, коррекцию нарушений и патологий.

ПСИХОСОМАТИКА ОСОБЕННЫХ ДЕТЕЙ, ИНСТРУМЕНТЫ И ПУТИ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ И РЕБЕНКОМ, ИМЕЮЩИМ НАРУШЕНИЯ И ПАТОЛОГИИ

Радемонова Виктория Сергеевна – основатель АНО ДПО Академия детской психосоматики, клинической психологии, психотерапии семьи и детства, автор запатентованной методики в области психотерапии семьи и детства «Психосоматика особенных детей», преподаватель, клинический медицинский психолог, детский патопсихолог, медицинский гипнолог, коррекционный психолог, кризисный психолог-суицидолог, нейропсихолог.

В докладе рассматривается новый подход в работе с детскими нарушениями и патологиями, через новые инструменты психотерапии. Дается определение понятию психосоматика особенных детей. Обсуждаются 4 направления работы с детскими нарушениями и патологиями. Рассматривается авторская методика работы с особенным детством в её содержательном и организационном аспектах. Обсуждается психотерапия детей и родителей детей с нарушениями и патологиями.

Подсекция «ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ»

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-ЭТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

Кораблина Елена Павловна – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии профессиональной деятельности и информационных технологий в образовании Университета им. А.И. Герцена. Россия, Санкт-Петербург.

Тихомирова Светлана Игоревна – магистр психологических наук Института психологии Университета им. А.И. Герцена. Россия, Санкт-Петербург.

Рассматривается роль психологической помощи в контексте современных реалий с позиции экзистенциального подхода и этических норм. Обсуждается возможность диалогического взаимодействия для достижения воспитательно-образовательных целей. Предлагается использование творческих ресурсов для духовного изменения и роста человека.

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНО-ТРАНСПЕРСОНАЛЬНЫЙ ПОДХОД К РАБОТЕ С ПСИХОЛОГИЧЕСКИМИ ПРОБЛЕМАМИ, НЕГАТИВНЫМИ ЭМОЦИЯМИ И ДЕСТРУКТИВНЫМИ СИТУАЦИЯМИ

Бревде Геннадий Михайлович – кандидат философских наук, психолог-консультант (стаж более 25 лет), аккредитованный специалист СРО «Национальная Ассоциация развития психотерапевтической и психологической науки и практики», действительный член, сертифицированный психотерапевт и член Президиума (2009-2014) Европейской трансперсональной ассоциации, вице-президент Российской трансперсональной ассоциации, действительный член и член Комитета направлений и методов (модальностей) и направлений ОППЛ, преподаватель Международного института исследования сознания и психотерапии (Фрайбург, Германия), Института практической психологии «ИМАТОН», Института менеджмента торгово-промышленной палаты РФ, руководитель магистерской программы Русской христианской гуманитарной академии, лауреат Национальной премии «Золотая Психея», соавтор 40 статей, 2 монографии (в т.ч. Cambridge Scholars Publishers). Россия, Санкт-Петербург.

В экзистенциально-трансперсональном направлении практической психологии и психотерапии основой психической деятельности, «мастерства жизни» представляются процессы ценностно-ориентированной, успешной креативной реализации жизненного смысла (самореализации).

В докладе контрпродуктивные состояния и негативные эмоции рассматриваются как свидетельства нарушений процессов самореализации – и показываются возможности использования психологических проблем для улучшения, настройки или реконструкции этих базовых процессов. Таким образом, психотерапевтическая работа преобразуется из глушения симптомов расстройств психики к устранению причин этих расстройств и получению мощнейших ресурсов и инструментов жизненного мастерства.

ПАМЯТЬ БУДУЩИХ ПОКОЛЕНИЙ: ВОЗМОЖНОСТИ РАБОТЫ С СЕМЕЙНЫМИ АРХИВАМИ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ И ПСИХОТЕРАПИИ

Пушкарёва Наталья Сергеевна – сертифицированный экзистенциальный консультант (IPEC), преподаватель Международного института экзистенциального консультирования (МИЭК), член Совета Международного института экзистенциального консультирования (МИЭК). Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматриваются возможности изучения семейно-исторического опыта в экзистенциальном консультировании и психотерапии. Представлен опыт работы над проектом «Память будущих поколений» как поиск опор и смыслов человека в условиях неопределенности современного мира.

СМЫСЛ СЛУЖЕНИЯ В ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

Краснова Алина Георгиевна – кандидат философских наук, Православный Свято-Тихоновский гуманитарный университет, Институт дистанционного образования, доцент кафедры новых технологий в гуманитарном образовании, директор Союза «Международное партнерство экзистенциальных консультантов». Россия, Ростов-на-Дону.

В докладе рассматривается служение как один из смыслов деятельности экзистенциального консультанта. Дается определение понятию служения и раскрываются особенности осмысления консультантами собственной практики в экзистенциальной модальности. Предложены критерии, по которым можно оценить деятельность консультанта как служение, и обозначены опасности, могущие привести к его профессиональному выгоранию.

Секционное заседание «СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОСОМАТИКА» 1 апреля, зал «Павловский», 16.30-20.00

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: Роменская Ольга Геннадьевна (Москва)

Аннотация: В наше время как ВОЗ, так и все больше людей признают психосоматику как науку, отмечают ее значимость, влияние нашего эмоционального состояния на здоровье. Именно психосоматика зачастую указывает на истинные причины возникновения болезней, объясняет, что помогает клиентам достичь прекрасных результатов и купировать рецидивы.

В нашей секции мы говорим о практической психосоматике, делимся реальными кейсами клиентов, показываем методы работы с различными заболеваниями, изучаем истинную природу зарождения болезней.

Идем к здоровью физическому и эмоциональному.

ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ КАК СЛЕДСТВИЕ РАБОТЫ С СОБОЙ

Мережковская Кристина Валерьевна – психолог-консультант, психолог высшей категории команды Ольги Роменской. Россия, Москва.

В докладе описывается способ выздоровления клиентов через работу по психологическим запросам. Дается понимание того, что, зная о болезни клиента, можно привести его не только к психологическим целям, а также качественно улучшить здоровье.

ГОЛОВНЫЕ БОЛИ, МИГРЕНИ: ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СМЫСЛ И ПРИНЦИПЫ РАБОТЫ

Чуб Оксана Валентиновна – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Химки.

В докладе рассмотрим основные причины возникновения головной боли и мигрени в теории и на кейсах клиентов. Также описывается метод работы с головными болями и мигренями. На примере реального кейса показывается путь клиента к выздоровлению.

ОРВИ, ОРЗ, ГРИПП, ПРОСТУДА, НАСМОРК (РИНИТ), АНГИНА (ТОНЗИЛЛИТ), БРОНХИТ, ТРАХЕИТ, ЛАРИНГИТ, ФАРИНГИТ. ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ПУТИ РЕШЕНИЯ

Шумова Анастасия Владимировна – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Москва.

В докладе описываются основные причины возникновения частых простудных и вирусных заболеваний в теории и на кейсах клиентов. Также рассматриваются психологические конфликты, с ними связанные, и пути их решения.

ИСЦЕЛЕНИЕ ДЕТСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ ЧЕРЕЗ РАБОТУ СО ВЗРОСЛЫМИ. МЕТОД ДРАПКИНА – УСИЛЕННАЯ ВЕРСИЯ

Кокоренко Валентина Викторовна – психолог-консультант, психолог первой категории команды Ольги Роменской. Россия, Омск.

В докладе описывается способ выздоровления детей через работу со взрослыми. Дается понимание того, какие есть взаимосвязи. Рассказывается о методе Драпкина, который используется в работе.

ОТНОШЕНИЯ МУЖЧИНЫ И ЖЕНЩИНЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ

Исламова Лилия Гилемзяновна – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Набережные Челны.

В докладе описывается влияние на здоровье отношений в паре, отношений мужчины и женщины, а также как следствие причины возникновения различных заболеваний. Также рассказывается взаимосвязь на примере реальных кейсов.

ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ И ОТНОШЕНИЯ В ПАРЕ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ

Бадаева Елена Сергеевна – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Краснодар.

В докладе описывается влияние отношений родителей, отношений мужчины и женщины на здоровье, а также как следствие причины возникновения различных заболеваний. Рассмотрим на примере реальных кейсов.

ПРИМЕРЫ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ ЖЕНСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ: РАССОЗДАННЫЕ ШАБЛОНЫ И ПУТЬ КЛИЕНТА

Якупова Диана Датирован – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Набережные Челны.

В докладе описывается способ выздоровления клиентов с женскими заболеваниями (инфекции, заболевания матки, яичников, бесплодие) через работу по психологическим запросам на примере реальных кейсов. Дается понимание того, какие психологические конфликты лежат в основе при работе с женскими заболеваниями. Описывается путь, который проходит клиент от заболевания к выздоровлению.

ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРУДИ: ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

Быкова Юлия Валентиновна – психолог-консультант, психолог высшей категории команды Ольги Роменской. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе рассматриваются возможные причины возникновения заболеваний груди. Рассказывается о психологических конфликтах, которые связаны с заболеваниями груди. И рассмотрим взаимосвязь через работу по психологическим запросам на примере реальных кейсов.

КОЖНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ: ВОЗМОЖНЫЕ ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ

Панасюк Оксана Викторовна – психолог-консультант, психолог первой категории команды Ольги Роменской. Россия, Севастополь.

В докладе рассмотрим возможные причины возникновения кожных заболеваний. Обсуждаются психологические конфликты, которые связаны с кожными заболеваниями. Рассматривается путь клиента через работу по психологическим запросам на примере реальных кейсов.

ПРИМЕРЫ ВЫЗДОРОВЛЕНИЯ ПРИ КОЖНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ: РАССОЗДАННЫЕ ШАБЛОНЫ И ПУТЬ КЛИЕНТА

Королева Виталия Юрьевна – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Ростов-на-Дону.

В докладе описывается способ выздоровления клиентов с кожными заболеваниями через работу с психологическим запросом на примере реальных кейсов. Дается понимание того, какие психологические конфликты лежат в основе этих заболеваний. На реальных примерах описывается путь, который проходит клиент от болезни к выздоровлению.

ВАЖНОСТЬ ГОРЕВИЯ УТРАТ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ЗДОРОВЬЕ

Астраханцева Алиса Александровна – психолог-консультант, психолог второй категории команды Ольги Роменской. Россия, Москва.

В докладе описывается влияние утрат на здоровье клиента, на возникновение различных заболеваний и симптомов (заболевания дыхательной системы, заболевания яичников, ЖКТ, бессонницы, возникновение лишнего веса и других). Рассказывается о важности горевания и проживание процесса утраты.

ВТОРИЧНЫЕ ВЫГОДЫ ЗАБОЛЕВАНИЙ И РАБОТА С НИМИ

Мария Абрамова Станиславовна – психолог-консультант, психолог высшей категории команды Ольги Роменской. Россия, Москва.

В докладе описывается роль вторичных выгод у клиента при работе с заболеваниями. И важность их выявления на начальном этапе для дальнейшей проработки. Дается понимание того, что такое вторичные выгоды заболевания и как они появляются.

АУТИЗМ: ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ. РЕАЛЬНЫЕ ИСТОРИИ ИСЦЕЛЕНИЙ

Упорова Кристина Валерьевна – психолог-консультант, психолог первой категории команды Ольги Роменской. Россия, Свердловская обл, г. Полевской.

В докладе описывается история выздоровления клиента с аутизмом через работу по психологическим запросам на примере реального кейса. Дается понимание того, какие психологические конфликты лежат в основе при работе с аутизмом. Описывается путь, который проходит клиент от заболевания к выздоровлению.

РАБОТА С РЕДКИМИ ВРОЖДЕННЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ НА ПРИМЕРЕ АРТРОГРИПОЗА

Шумова Юлия Борисовна – психолог-консультант, психолог высшей категории команды Ольги Роменской. Россия, Москва.

В докладе описывается метод работы с редкими врожденными заболеваниями на примере артрогрипоза. Рассматривается путь к выздоровлению, который проходит клиент. Рассказывается в важности работы с родовой историей и с шаблоном поведения в настоящем.

Секционное заседание «ТЕРАПИЯ, ФОКУСИРОВАННАЯ НА ПЕРЕНОСЕ» 1 апреля, зал «Петровский», 17.45-20.00

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: Снугур Владимир Сергеевич (Санкт-Петербург)

РАЗВИТИЕ ТФП В РОССИИ: ИСТОРИЯ, ДОСТИЖЕНИЯ И ВЫЗОВЫ

Гутман Константин Александрович – врач-психиатр, психотерапевт, сертифицированный ТФП-терапевт, групповой аналитик, кандидат группаналитической секции ОПП.

В докладе рассматривается история ТФП как современного психоаналитического подхода для расстройств личности и путь его развития в Российской Федерации и русскоязычном сообществе. Очерчена структура учебного процесса и организация профессионального сообщества. Обсуждаются возможности и перспективы подхода в рамках всероссийского и международного сотрудничества.

ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕРАПИИ, ФОКУСИРОВАННОЙ НА ПЕРЕНОСЕ, В ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПРАКТИКЕ

Демидова Анжела Александровна – клинический психолог, медицинский психолог Психиатрической Клинической больницы №1 им. Н. А. Алексеева. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются предпосылки, проблематика внедрения и применения терапии, фокусированной на переносе, в лечении тяжёлых личностных расстройств на базе медицинских учреждений психиатрического профиля. Обсуждается актуальная методология психологического сопровождения в рамках психиатрической помощи, её возможности и ограничения. Рассматривается Терапия, фокусированная на переносе, в её содержательном и организационном аспектах для применения в структуре психиатрической помощи пациентам, страдающим тяжёлыми личностными расстройствами.

ОПЫТ ОБУЧЕНИЯ В ПРОГРАММЕ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ТЕРАПИИ, ФОКУСИРОВАННОЙ НА ПЕРЕНОСЕ, И ВОЗМОЖНОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТФР К ПОГРАНИЧНЫМ ПАЦИЕНТАМ С ШИЗОИДНЫМИ ЧЕРТАМИ НА ПРИМЕРЕ КЕЙСА ИЗ ПРАКТИКИ

Лаврова Екатерина Анатольевна – магистр психологии, медицинский психолог, частная практика. Португалия, Алкобаса.

В докладе рассматривается опыт обучения в программе подготовки специалистов по Терапии фокусированной на переносе. Дается диагностическая классификация личностных расстройств д-ра О. Кернберга, используемая в ТФР, в частности ось интроверсии/экстраверсии. Обсуждаются возможности и ограничения ТФР в практике лечения личностных расстройств у людей склонных к интроверсии, с преобладанием шизоидных и параноидных черт. Рассматривается как клиническая теория становится практическим процессом по мере продвижения в программе.

ОБМАНЫ ВОСПРИЯТИЯ ПРИ РАССТРОЙСТВАХ ЛИЧНОСТИ. ОБЗОР ФЕНОМЕНА И ПРЕДСТАВЛЕНИЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО СЛУЧАЯ

Ромашкина Наталья Витальевна – психотерапевт, психиатр Центра персонализированной медицины ГБУЗ МКНЦ им. Логина ДЗМ. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются актуальные исследования, посвященные теме обманов восприятия у пациентов с расстройствами личности. Будет представлен терапевтический случай в подходе терапии, фокусированной на переносе, у пациента с пограничным расстройством личности и обманами восприятия. Проведен анализ формирования, развития данной симптоматики и динамики в процессе психотерапевтической работы.

ТЕРАПИЯ, ФОКУСИРОВАННАЯ НА ПЕРЕНОСЕ, ДЛЯ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ

Снигур Владимир Сергеевич – врач-психотерапевт, переводчик-синхронист, сертифицированный ТФП-терапевт, специалист в области клинического гипноза и невербальной коммуникации, действительный член, аккредитованный супервизор и преподаватель ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

В докладе дается обзор терапии, фокусированной на переносе (ТФП) – современного структурированного психоаналитического подхода для лечения тяжёлых расстройств личности. Дается описание теоретических основ, модели диагностики, структуры терапевтического процесса, основных технических особенностей ТФП. Обсуждаются возможности применения подхода.

СЕССИЯ МАСТЕР-КЛАССОВ КОМИТЕТА ПО ОБУЧАЮЩЕЙ ЛИЧНОЙ ТЕРАПИИ ОППЛ «Профессиональные драгоценности Обучающей Личной Терапии ОППЛ» 1 апреля, зал «Исаакиевский», 12.00-15.00

ПРЕДСЕДАТЕЛЬ: Макарова Екатерина Викторовна (Москва, Россия)

СОПРЕДСЕДАТЕЛЬ: Беляева Виктория Игоревна (Санкт-Петербург, Россия)

Обучающий личный терапевт ОППЛ – это отдельная специализация, которая требует отдельного внимания и изучения от специалиста. Аккредитованные Обучающие личные терапевты – это драгоценности профессионального сообщества, со своими уникальными навыками, опытом и знаниями, способные создать и помочь увидеть коллегам основные векторы развития и решения запросов. Каждый специалист, обладающий навыками, опытом и знаниями, способен интегрировать и создать свое уникальное украшение, которое на практике приносит неоценимый вклад в развитие как профессии, так и самого специалиста.

Приглашаем на мастер-класс коллег-профессионалов – психологов, психотерапевтов и специалистов помогающих профессий. Как участник, Вы сможете поближе познакомиться с обучающими личными терапевтами и с деятельностью комитета, взять с собой драгоценный опыт, которым щедро поделятся коллеги. Вы сможете получить ответы на интересующие вас вопросы дальнейшего развития и профессионального роста в условиях новейшего времени.

МАСТЕР-КЛАСС «КАКОЙ ТЫ ПСИХОЛОГ/ПСИХОТЕРАПЕВТ, И ЧТО МЕШАЕТ ТЕБЕ САМОРЕАЛИЗОВАТЬСЯ В ПРОФЕССИИ?»

Макарова Екатерина Викторовна – вице-президент, председатель комитета по обучающей личной терапии Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, MSc., сертифицированный обучающий личный

терапевт, личный терапевт-адвайзер, аккредитованный супервизор, преподаватель международного уровня, председатель международной секции ОППЛ, действительный член ОППЛ. Россия, Москва.

Реалии новейшего времени, информационный перегруз, страх будущего стали внезапной и экстремальной реальностью жизни жителей нашей планеты. Знакомые с ресурсами психотерапии и еще сомневающиеся, но остро нуждающиеся в поддержке люди привычно или впервые обратились за помощью к психологам и психотерапевтам. О том, с помощью каких ресурсов успешно адаптирующиеся коллеги смогли ответить на вызов современности и расширить свою практику, я расскажу на мастер-классе. Каждый участник сможет найти, обрести те ресурсы, которые ему требуются в настоящий момент.

Участники мастер-класса познакомятся с драгоценностями собственной личности, увидят скрытые аспекты в отношении с собой и с клиентами, познакомятся с вариативностью психотерапии в группе и методами ведения групповой терапии. У вас будет возможность принять участие в упражнении и понять, как упражнение в группе оказывает влияние на групповую работу.

МАСТЕР-КЛАСС «Я КАК СПЕЦИАЛИСТ, МОИ КЛИЕНТЫ, УСЛУГИ, ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. ИССЛЕДОВАНИЕ С ПОМОЩЬЮ РАССТАНОВОЧНОГО ПОДХОДА»

Акимова Анна Владимировна – полимодальный психолог, системный терапевт, обучающий личный терапевт-адвайзер ОППЛ, супервизор, действительный член ОППЛ, член Президентского кадрового резерва ОППЛ.

Мы строим отношения с собой как специалистом, с клиентами и с работой как на сознательном, так и на бессознательном уровне. На сознательном уровне мы можем воспринимать себя как взрослого специалиста, а на бессознательном – ощущать себя ребенком. Можем озвучивать цель, что хотим начать работу с клиентами, расширить практику, а на бессознательном уровне – не видеть клиентов, испытывать напряжение и страх или приглашать клиентов на место кого-то из нашей семейной системы.

На мастер-классе будут рассмотрены скрытые аспекты наших отношений с собой как специалистом, с клиентами и с деятельностью, а также предложено расстановочное упражнение для исследования этого вопроса.

МАСТЕР-КЛАСС «ГРУППОВАЯ ТЕРАПИЯ В РЕАЛИЯХ НОВЕЙШЕГО ВРЕМЯ»

Осипова Наталья Николаевна – психолог-практик, магистр психологии, действительный член ОППЛ, Обучающий личный терапевт ОППЛ, Супервизор ОППЛ, Обучающий личный терапевт - Адвайзер ОППЛ, преподаватель МИП, Среда обучения, сооснователь Академии Развития и дополнительного профессионального образования, практик в полимодальном и юнгианском подходах. Россия, Санкт-Петербург.

На мастер-классе рассматривается вариативность психотерапии в группе. Дается определение понятию “Групповая психотерапия”. Обсуждаются основные и самые частые запросы в группах обучающей личной терапии. Рассматриваются общие требования к комплектации группы. Обсуждается кейс или упражнение по теме.

МАСТЕР-КЛАСС «ФОРМУЛА УСПЕХА СПЕЦИАЛИСТА ПОМОГАЮЩИХ ПРАКТИК В РЕАЛИЯХ НОВЕЙШЕГО ВРЕМЕНИ»

Беляева Виктория Игоревна – сопредседатель Комитета по Обучающей личной терапии, MSc., клинический психолог, аккредитованный полимодальный психотерапевт «Союз психотерапевтов и психологов», обучающий личный терапевт ОППЛ, обучающий личный терапевт-адвайзер ОППЛ, преподаватель межрегионального уровня ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ, Действительный член ОППЛ. Россия, Москва.

На мастер-классе мы обсудим, что такое успех, как помочь специалисту его достичь, какие качества для этого необходимы, какие препятствия могут встретиться на этом пути. У участников будет возможность вывести личную формулу успеха.

МИНИФЕСТ «ИГРАЯ, СОЗДАЙ СВОЙ МИР САМ!» ФЕСТИВАЛЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРАНСФОРМАЦИОННЫХ ИГР 1 апреля, зал «Данииловский», 10.00-17.00

ПРЕДСЕДАТЕЛИ МИНИФЕСТА:

Первак Виолетта Евгеньевна (Санкт-Петербург, Россия) – психолог, преподаватель Первого Университета, гештальт-консультант, тренер групп СПТ, супервизор специалистов помогающих профессий, действительный член и руководитель кластера «Игропрактика в терапии и психологическом консультировании» ОППЛ.

Муравьева Александра Сергеевна (Москва, Россия) – психолог, психотерапевт, травматерапевт, вице-президент Международной профессиональной гильдии психологов-игропрактиков, действительный член и соруководитель кластера «Игропрактика в терапии и психологическом консультировании» ОППЛ.

АННОТАЦИЯ: Кластер «Игропрактика в терапии и психологическом консультировании» ОППЛ предлагает новый формат Конгресса – МиниФест, как Фестиваль Игропрактики.

Игропрактика – это деятельность по использованию трансформационной игры (т-игры) для решения актуальных вопросов, в том числе по психотерапии и психокоррекции.

Психологическая настольная игра – универсальный эффективный терапевтический инструмент с низким порогом входа, который позволяет человеку в своем воображении изменить привычный паттерн поведения, примерить на себя новую роль, прожить любую, даже самый невероятный сценарий. Психологическая игра дает возможность участнику глубже осознать и прочувствовать действительную реальность для улучшения своей жизни!

Игра – самый веселый и легкий способ познать и развить себя! Это тренировка жизни, позволяющая выйти на новый уровень развития! Это уникальная возможность окунуться в игровое направление психотерапии через трансформационные психологические настольные игры и мастер-классы (МК).

Профессиональные психологи, игропрактики и игротехники раскроют теоретические и практические элементы данного направления психотерапии. Вступительная часть познакомит с основными понятиями игропрактики и характеристиками трансформационных психологических игр через доклады и МК 1 ленты. Затем, в следующих лентах МиниФеста, пройдут сеансы 21 демоверсии т-игр.

Мероприятие будет интересно как для психологов, психотерапевтов и других специалистов помогающих профессий, так и для широкой аудитории.

РАСПИСАНИЕ ФЕСТИВАЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРАНСФОРМАЦИОННЫХ ИГР 1 апреля 2023 г.

- 10:30–11:00 — Регистрация участников.
- 11:00–12:15 — **1 лента**: доклады и мастер-классы для всей аудитории.
- 12:15–12:30 — Перерыв.
- 12:30–13:45 — **2 лента**: одновременный сеанс семи демоверсий разных психологических трансформационных игр.
- 13:45–14:00 — Перерыв.
- 14:00–15:15 — **3 лента**: одновременный сеанс следующих семи демоверсий психологических т-игр.
- 15:15–15:30 — Перерыв.
- 15:30–16:45 — **4 лента**: одновременный сеанс следующих семи демоверсий психологических т-игр.
- 16:45–17:00 — Подведение итогов дня, награждение ведущих игропрактиков.

НА МИНИФЕСТЕ «ИГРАЯ, СОЗДАЙ СВОЙ МИР САМ!» ВЫ ПОЛУЧИТЕ:

- Ответы на важные вопросы о вашей жизни — об отношениях, любви, семье, здоровье, карьере, счастье и успехе.
- Знания от специалистов и экспертов стремительно развивающегося направления Игропрактики.
- Возможность познакомиться с работой высокопрофессиональных специалистов.
- Профессиональное и личностное развитие.
- Получите представление о более 25 трансформационных играх и мастер-классах.
- Возможность принять участие в трех демоверсиях т-игр и прослушать четыре МК/доклада.
- Отличный способ прокачаться в разных сферах своей жизни, наполниться позитивной энергией.
- Возможность отдохнуть и окунуться в игровое состояние детства.
- Новые знакомства, связи, возможности общения.
- Ключ к персональному счастью!

Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига
Саморегулируемая организация Национальная ассоциация развития
психотерапевтической и психологической науки и практики
«Союз психотерапевтов и психологов»

**X Международный научно-практический конгресс
психологов-консультантов, психотерапевтов и представителей помогающих профессий
в Санкт-Петербурге**

**«ПОМОЩЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ,
ПСИХОТЕРАПИИ В НОВЕЙШЕЕ ВРЕМЯ»**

31 марта – 1 апреля 2023 года

**Санкт-Петербург, Конгресс-холл «Васильевский»
Наб. реки Смоленки д. 2**

ПРОГРАММА МАСТЕР-КЛАССОВ

Доклады в программе перечислены в алфавитном порядке (по фамилии ведущего)

1 апреля, зал «Феодосиевский», 12.00-12.50

**МАСТЕР-КЛАСС «БАЛИНТОВСКАЯ ГРУППА КАК ПУТЬ ПОМОЩИ ПСИХОЛОГАМ И ПСИХОТЕРАПЕВТАМ,
РАБОТАЮЩИМ С КЛИЕНТАМИ, ПЕРЕЖИВАЮЩИМИ ЭКСТРЕМАЛЬНУЮ СИТУАЦИЮ»**

Авагимян Анжела Албертовна – медицинский психолог ПКБ №1 им. Н.А. Алексеева ДЗМ, действительный член ОППЛ, сертифицированный психолог-консультант ОППЛ и Института психосоматики и психотерапии г. Потсдам, Германия), сертифицированный супервизор-руководитель Балинтовских групп Международного уровня, сертифицированный супервизор Международного уровня ОППЛ, личный терапевт-адвайзер ОППЛ, член Балинтовских обществ Великобритании и Германии, президент Российского Балинтовского общества, дипломант конкурса «Золотая психея», участник реестра «100 психологов России». Россия, Москва.

Лейко Елена Витальевна – психолог, семейный психотерапевт, действительный член ОППЛ, вице-президент и супервизор Российского Балинтовского общества, член и супервизор Балинтовского общества Германии, член Балинтовского общества Великобритании. Россия, Москва.

Сегодня необходима помощь нашим гражданам, которые в результате событий последних лет (пандемия, самоизоляция, проведение специальной военной операции) оказались в сложной жизненной ситуации. Для многих эти события означали кардинальные изменения планов, обстоятельств жизни, вступления в полосу неопределенности, какой бы она ни была – экономическая, политическая, психологическая, связанная с проблемами со здоровьем.

Но помощь нужна и самим специалистам, оказывающим помощь большому количеству людей. Вторичный травматический стресс – это изменения во внутреннем опыте терапевта, которые возникают в результате его эмпатической вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматическое состояние. Это состояние имеет сходство с синдромом профессионального выгорания и с посттравматическим стрессовым синдромом. Балинтовские группы эффективны как инструмент борьбы с профессиональными деформациями специалистов помогающих профессий. В современной ситуации они актуальны для поддержки специалистов, работающих с клиентами, пережившими стрессовые и экстремальные ситуации.

31 марта, Зал «Петровский», 14.00-14.50

**МАСТЕР-КЛАСС «ВОПРОС КАК КЛЮЧЕВОЙ КОНСТРУКТ
ДИАЛОГИЧНОГО ПРОСТРАНСТВА ПСИХОКОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»**

Автаева Альбина Владимировна – практикующий психолог-консультант, преподаватель высшей школы, специалист по андрогогике, преподаватель по индивидуальному и групповому консультированию Высшей Школы «Среда Обучения» МИП. Россия, Москва.

В мастер классе рассматривается феномен вопроса как определяющей формы диалога. Дается определение понятию «вопрос», рассматриваются особенности различных форм вопросов, дается технология задавания вопроса, определяются критерии «правильно заданного вопроса» с опорой на античную школу. Обсуждаются правила задавания вопросов. Рассматриваются философские аспекты ведения диалога.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 11.00-11.50

МАСТЕР-КЛАСС «КАК ВЫБРАТЬ НОВУЮ СПЕЦИАЛЬНОСТЬ В ПЕРИОД ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ»

Белоусов Максим Владимирович – к.п.с.н., медицинский психолог, психоаналитик, действительный член РПО и ОППЛ, АНО ДПО "Центр региональных социально-гуманитарных связей». Россия, Москва.

На мастер классе разберем практические инструменты для работы психолога с запросом профессиональное выгорание. В качестве примера я представлю авторскую методику по диагностике профессионального выгорания и предоставления альтернативного предложения клиенту по выбору новой работы, специальности, профессии. Также расскажу о новом проекте по работе с профессиональным выгоранием, принять участие, в котором смогут присутствующие на мастер классе практикующие специалисты психологи.

31 марта, зал «Павловский», 14.00-16.00

МАСТЕР-КЛАСС «АРТ-ТЕРАПИЯ. МЕТОД МАНДАЛА»

Богданова Виктория Александровна – психолог-консультант, арт-терапевт, преподаватель Института глубинной психологии. Россия, Москва.

Овчинникова Карина Фикратовна – психолог, супервизор групповых учебных программ Института глубинной психологии. Россия, Санкт-Петербург.

Чернышев Кирилл Романович – практический психолог, куратор образовательных программ Института глубинной психологии. Россия, Санкт-Петербург.

Феномен мандалы (с санскрита – «магический круг») давно известен в религиозных практиках Востока как инструмент медитации, духовного совершенствования и инициации. В психологию понятие индивидуальной мандалы было введено Карлом Юнгом. Этот символ целостности он понимал как проекцию сознательных и бессознательных проявлений психической жизни человека. Круг мандалы в этом смысле является аналогом алхимического сосуда, в котором стадия за стадией протекает процесс преобразования внутренней психической реальности. Стадийность этого процесса позволяет использовать мандалу как инструмент для диагностики психических состояний и решаемых при этом конфликтов, а динамику эмоциональных и телесных переживаний при создании мандалы – как основу терапии.

1 апреля, зал «Святославский», 10.00-10.50

МАСТЕР-КЛАСС «ПРЕЗЕНТАЦИЯ МЕТАФОРИЧЕСКИХ КАРТ К МЕТОДИКЕ «ПОЗИТИВНАЯ КУКЛОТЕРАПИЯ» В.Ю.СЛАБИНСКОГО, Н.М.ВОИЩЕВОЙ»

Воищева Надежда Михайловна – кандидат психологических наук, клинический психолог, действительный член, член комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ, проректор по научной работе АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», вице-президент Международной Ассоциации «Позитивная динамическая психотерапия», восьмикратный лауреат Национального психологического конкурса «Золотая Психея». Россия, Санкт-Петербург.

Полетаева Наталья Николаевна – клинический психолог, позитивный динамический психотерапевт, коуч, регрессолог, действительный член ОППЛ, президент благотворительного фонда «Наш мир без границ!», автор книги «Путь человека». Россия, Москва.

На мастер-классе участники познакомятся с авторской концепцией структурных архетипов В.Ю. Слабинского, научатся проводить психологическую диагностику при помощи пяти народных кукол, познакомятся с возможностями архетипической диагностики и психотерапевтической работы при помощи метафорических карт, разработанных на базе методики «Позитивная куклотерапия», исследуют особенности жизненного пути Доли и Воли, определяют этап жизненного цикла своего ведущего архетипа и наметят зону ближайшего развития на основе представлений о предзаданности развития того или иного архетипического пути.

31 марта, зал «Данииловский», 15.00-15.50

МАСТЕР-КЛАСС «ОТМЕНА БОЛЕЗНЕННЫХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ, КАК ЕСТЕСТВЕННАЯ ВОЗМОЖНОСТЬ И СПОСОБНОСТЬ ЛИЧНОСТИ ЧЕЛОВЕКА. ПРОЦЕССУАЛЬНАЯ ТРАНСОВАЯ ТЕХНИКА»

Волконская Наталья Владимировна – организатор «Психологический центр развитая человека», действительный член ОППЛ, действительный член РПА, лауреат президентских грантов, сооснователь «театра возможностей» для детей с ограниченными возможностями. Россия, Ростов-на-Дону.

Мощный поток внешней информации, ставший необходимым признаком современного мира, влияет на состояние человеческой психики, создавая постоянный информационный шум как во внешнем, так и во внутреннем пространстве человека. Вследствие чего, человек ощущает постоянное психическое напряжение как непрерывный поток мыслей, который сопровождается напряжением в теле.

Все это препятствуют, а порой, и лишает человека возможности побыть в контакте с самим собой.

31 марта, зал «Димитриевский», 13.00-13.50

МАСТЕР-КЛАСС «ИЗМЕНЕНИЕ ЗАКОНОМЕРНОСТИ: ОТ «БОЛЬНОГО МЕСТА» К ЗДОРОВОМУ»

Гафарова Ольга Ниловна – психолог-психотерапевт, действительный член ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ, автор Универсальной модели психотерапии «Технология Осознания Реальности» (ТОР-подход), обладатель

Европейского сертификата психотерапевта, гендиректор психологического Ресурсного центра «Интеграция» . Россия, Тамбов.

В мастер-классе определяется закономерность, приведшей к «больному месту» в настоящем по 4 уровням самоорганизации жизни: тактическом, стратегическом, идеологическом и концептуальном, что охватывает аспекты биопсихосоциодуховной модели человека. Выявив её негативные слагаемые по 6 этапам процесса осознания, можно пересмотреть их на более позитивный закон жизни, чтобы прийти в итоге к «здоровому месту».

31 марта, зал «Димитриевский», 16.00-16.50

МАСТЕР-КЛАСС «МЕЖМОДАЛЬНАЯ СУПЕРВИЗИЯ НА ОСНОВЕ УНИВЕРСАЛЬНОЙ МОДЕЛИ ПСИХОТЕРАПИИ «ТЕХНОЛОГИЯ ОСОЗНАНИЯ РЕАЛЬНОСТИ» (УМП по TOP-подходу)»

Гафарова Ольга Ниловна – психолог-психотерапевт, действительный член ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ, автор Универсальной модели психотерапии «Технология Осознания Реальности» (TOP-подход), гендиректор психологического Ресурсного центра «Интеграция» . Россия, Тамбов.

Алгоритмы супервизий в УМП по TOP-подходу и межмодального подхода гармонично дополняют друг друга и позволяют рассмотреть кейс на 4 уровнях самоорганизации жизни: тактики, стратегии, идей и концепции. На такой супервизии мы, кроме тактики «Актёров» кейса, узнаём стратегию их «Режиссёра» (получателя выгоды) и идею «Сценариста», столкнувшегося с ней, чтобы наш внутренний «Мудрец» увидел оптимальный выход.

31 марта, зал «Димитриевский», 15.00-15.50

МАСТЕР-КЛАСС «МЕДИАЦИЯ КОРПОРАТИВНЫХ КОНФЛИКТОВ. ТРЕТЬЕ РЕШЕНИЕ»

Гребенкина Татьяна Юрьевна – профессиональный медиатор; врач-психиатр; практикующий психотерапевт; сертифицированный специалист в области NLP, психодрамы и арт-гештальт терапии; действительный член ОППЛ; действительный член Национальной экспертной Коллегии специалистов психологов и психотерапевтов.

Одной из самых сложных сфер применения процедуры медиации является область корпоративных споров между собственниками бизнеса. В двухчасовом мастер-классе мы рассмотрим «минное поле» владельческих конфликтов, познакомимся с основами применения медиативного подхода к поиску «третьего решения», а затем на примере реальных кейсов участники сами найдут решение, которое удовлетворит интересы всех сторон спора. Эта практика наиболее важна для тех психологов и консультантов, которые работают с бизнесом. Однако сами принципы поиска третьего решения могут оказаться полезными любому участнику мастер-класса, поскольку они применимы даже в обыденных ситуациях спора.

1 апреля, зал «Святославский», 14.00-14.50

МАСТЕР-КЛАСС «ТЕОРИЯ, МЕТОДОЛОГИЯ И ПРАКТИКА РАБОТЫ С ПАРОЙ»

Демьяненко Алексей Михайлович – психотерапевт, сертифицированный гештальт-терапевт, сертификат GATLA, сертифицированный специалист в Кливлендской и Кейп код моделях, заведующий Городским психотерапевтическим центром, руководитель оргметодотдела по психотерапии, руководитель регионального отделения, член Координационного совета, супервизор Российской психотерапевтической ассоциации, преподаватель Восточно-Европейского Гештальт Института, автор и ведущий образовательных программ УЦ им. Н.П. Бехтерева, член EAGT, член Российского общества психиатров, почетный член Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии. Россия, Санкт-Петербург.

Данный мастер-класс позволит участникам познакомиться с теоретическими основами консультирования пар (супружеские и не супружеские), получить первичный практический навык в консультировании пар.

В рамках мастер-класса будут рассмотрены три основных подхода работы с парой в модальности гештальт-терапии: модель Роберта и Риты Резников, модель Джозефа Зинкера (Кейп-Код модель), Кливлендская модель работы. Кроме того, будет представлена интегративная модель работы с парой, также, в рамках гештальт-подхода.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 17.00-17.50

МАСТЕР-КЛАСС «ТЕРАПИЯ ПЕРВИЧНОЙ ТРАВМЫ – ПРЕДСТАВЛЕНИЕ НОВОЙ МЕТОДИКИ»

Дущиц Максим Юрьевич – врач-психиатр, психотерапевт, Тренинговый центр П.А.З.Л. Россия, Москва.

На мастер-классе будет представлена новая методика глубинной проработки первичной травмы. Автор предложит собственную концепцию содержания травмы, ее образования, наполнения и развитие. Будут разобраны различные методы поиска первичной травмы, а также предложен оригинальный авторский метод точного попадания в ключевую травму. Предусмотрена демонстрация и дискуссия.

1 апреля, зал «Святославский», 16.00-16.50

МАСТЕР-КЛАСС «ВЕЩИ В ТЕЛЕ: САМОРЕГУЛЯЦИЯ ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ И УСПЕХА»

Ермошин Андрей Фёдорович – кандидат психологических наук, врач-психотерапевт, автор психокатализа, руководитель Центра Доктора Ермошина и Центра Психокатализа. Россия, Москва.

На мастер-классе обсудим пространственный подход в работе с сознанием, рассмотрим направления, по которым оно «дышит», как возникают напряжения и травмы, и как они отражаются в данных теста «Конструктивный рисунок человека», субъективных ощущениях человека, а также как их проработать быстро и эффективно методом психокатализа. На практике применим алгоритмы психокатализа. Базовый алгоритм работы будет предложен в качестве раздаточного материала.

1 апреля, зал «Святославский», 15.00-15.50

МАСТЕР-КЛАСС «ИСЦЕЛЕНИЕ ОТ ТЯЖЕЛЫХ БОЛЕЗНЕЙ ПО ПРОРОКУ ЕЛИСЕЮ»

Есельсон Семен Борисович – член Правления Европейской Федерации экзистенциальной терапии, член Оргкомитета и эксперт III Всемирного Конгресса по экзистенциальной терапии (Афины, 2023), член Оргкомитета I Всемирного Конгресса по экзистенциальной терапии (Лондон, 2015), член Оргкомитета I Европейского Конгресса по экзистенциальной терапии (Вена, 2019), рук. модальности «экзистенциальная терапия» ОППЛ, президент МОО «Национальное объединение экзистенциальных консультантов и терапевтов», рук. Совета Международного Института экзистенциального консультирования (МИЭК). Россия, Ростов-на-Дону.

Мастер-класс представляет собой малую экзистенциальную терапевтическую группу. На неё приглашаются те, для кого тема исцеления от тяжелых болезней актуальна.

В работе предполагается использование авторского жанра экзистенциальной терапии «нарративный камертон».

31 марта, зал «Петровский», 15.00-15.50

МАСТЕР-КЛАСС «ПРАКТИКИ ЭНЕРГОАКТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ ПО КОРРЕКЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ЧЕЛОВЕКА»

Захаревич Андрей Станиславович – доктор психологических наук, профессор, обладатель Европейского и Мирового сертификата психотерапевта, Руководитель Российской Энергетической Школы. Россия, Москва.

На мастер-классе приводится классификация психологических проблем клиентов и связанных с ними психоэнергетических искажений с позиций энергоактивной психологии и психотерапии. Психика рассматривается как материальное многомерное образование. Показываются конкретные методы энергоактивной психологии и психотерапии для решения психологических и психотерапевтических вопросов клиентов. Отдельное внимание уделяется направлениям психотерапии здоровых и индивидуального развития специалистов, включая аспекты духовного развития.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 13.00-13.50

МАСТЕР-КЛАСС «СИНДРОМ САМОЗВАНЦА. ПЕРФЕКЦИОНИЗМ. ПРОКРАСТИНАЦИЯ. К ВОПРОСУ О ПОНИМАНИИ ПРОБЛЕМЫ И НЕКОТОРЫХ ТЕХНИКАХ РАБОТЫ С НЕЙ»

Ильина Ольга Зиновьевна – психолог психоаналитического направления, действительный член ОППЛ, член Европейской конфедерации психоаналитической психотерапии.

На мастер-классе будут представлены случаи практической работы с переживанием «синдрома самозванца», в двух вариантах – 1. дело сделано, и переживается тревога «сейчас все вскроется», 2. дело не делается из-за страха «быть разоблаченным».

Предлагается обсуждение практической задачи различения нарциссического характера и нарциссических черт (в т.ч. нарциссической уязвимости), эгоцентризма и эго-сконцентрированности (в основе которой бессознательная фиксация на самооуждании и ее проекции вовне).

Также предлагается обсуждение этиологии и глубинной связи переживаний «синдрома самозванца», перфекционизма и прокрастинации, варианты стратегии и тактики работы на клинических примерах.

31 марта, зал «Феодосиевский», 15.00-15.50

МАСТЕР-КЛАСС «ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СТРУКТУРНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ДЛЯ ЭКСПРЕСС-ДИАГНОСТИКИ СЛОЖНЫХ СЛУЧАЕВ И СЕЛФ-СУПЕРВИЗИИ»

Калашников Андрей Сергеевич – клинический и организационный психолог, автор метода структурного консультирования, руководитель комитета коучинга ОППЛ, член Президентского совета СПО «Союз Психотерапевтов и психологов». Россия, Москва.

В мастер-классе будет представлен метод структурного консультирования как универсальной базовой основы обучения психологическому консультированию, история его появления и развития, его возможности и отличия от существующих систем помощи, таких как коучинг и классическая психотерапия. Будут рассмотрены основные структурные модели, используемые в методе для анализа клиентского случая от первичной фокусировки до определения мишени консультативного вмешательства и составления программы консультирования. Будет продемонстрирована возможность метода на примере супервизионного разбора предложенного участниками случая.

1 апреля, зал «Святославский», 11.00-11.50

МАСТЕР-КЛАСС «О ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ГИПОТЕЗЕ НА РАЗНЫХ УРОВНЯХ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО»

Ковалёва Людмила Владимировна – кандидат психологических наук, клинический психолог, автор модели глубинной психологической помощи «ИТОГ», эмоционально-образный терапевт, когнитивно-поведенческий терапевт, сертифицированный лидер балнтовских групп, действительный член ОППЛ, аккредитованный супервизор (межмодальный подход) ОППЛ. Россия, Тверь.

Что за "зверь" такой психотерапевтическая гипотеза? И для чего она, собственно, нужна? Такие вопросы рано или поздно начинают звучать в голове практикующих психологов и это необходимый навык для супервизора. И достаточно часто (у меня так было 5 первых лет практики) в ответ слышалось что-то маловразумительно или просто тишина. И только лет через 20 я вдруг стала видеть описанное в теории прямо перед собой. Какой же это кайф находить соответствие давно описанных теоретических изысканий в истории бессознательного конкретного клиента. Этим мы и займёмся на мастер-классе, поставив перед собой задачу со звёздочкой: описать догадки о бессознательного клиента сразу на трёх его уровнях (личном, родовом и коллективном).

31 марта, зал «Феодосиевский», 16.00-16.50

МАСТЕР-КЛАСС «КЛУБ САМОУБИЙЦ»

Константинова Анна Евгеньевна – ведущий преподаватель МИППиП «Интеграция», аккредитованный супервизор и действительный член ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

Мастер-класс для тех, кто работает или может столкнуться в работе с суицидальными клиентами. В работе с такими клиентами всегда есть важнейшая подсказка – выбираемый способ. Эту методику можно использовать как с клиентами с суицидальными мыслями, а также как проективный тест.

31 марта, зал «Феодосиевский», 17.00-17.50

МАСТЕР-КЛАСС «5 ТИПОВ ХАРАКТЕРОВ»

Константинова Анна Евгеньевна – ведущий преподаватель МИППиП «Интеграция», аккредитованный супервизор и действительный член ОППЛ. Россия, Санкт-Петербург.

На мастер-классе вы узнаете, как формируется характер человека и фиксируется в психике и теле, научитесь распознавать типы характера с первого взгляда и поймете, как лучше найти подход к человеку с определённым характером в работе и в жизни. Продиagnostируете себя и лучше поймёте свои личностные особенности. В конце мастер-класса проводится диагностика по желанию.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 10.00-10.50

МАСТЕР-КЛАСС «ИНТЕГРАЦИЯ ТЕОРИИ СВЯЗИ И «ПАРНОГО СОСТОЯНИЯ СОЗНАНИЯ» В ПРАКТИКУ СУПЕРВИЗИИ ПАРНЫХ ОТНОШЕНИЙ»

Кораблина Наталья Владимировна – аккредитованный супервизор ОППЛ, клинический психолог, специалист в области семейной и парной терапии. Россия, Санкт-Петербург.

В мастер классе рассматриваются теоретические, технические аспекты Теории связи. Концепция «парного состояния сознания», ее использование в работе с парами. Обсуждается триангулярная природа парной терапии, способность терапевта занимать «третью позицию» по отношению к паре. Рассматривается поле парной интерпретации, проективная система пары, нарциссическое прилипание и отстраненность. Обсуждается работа с терапевтическим парным переносом/контрпереносом.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 18.00-18.50

МАСТЕР-КЛАСС «АНАЛИЗ ЕДИНИЧНОГО СЛУЧАЯ КАК МЕТОД ИССЛЕДОВАНИЯ И ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ КЛИЕНТОЦЕНТРИРОВАННОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ»

Кузовкин Виктор Владимирович – кандидат психологических наук, доцент; начальник отдела информации Психологического института Российской академии образования; действительный член, руководитель Комитета образования Центрального совета и руководитель модальности «Клиентоцентрированная психотерапия» ОППЛ; аккредитованный клиентоцентрированный психотерапевт. Россия, Москва.

Целью мастер-класса является рассмотрение исследовательского инструментария, используемого для анализа единичного случая в клиентоцентрированном консультировании и психотерапии. Основу мастер-класса составляет просмотр случая из практики К. Роджерса, обозначенный нами как «случай Стива», с последующим его анализом, в котором предполагается участие группы мастер-класса. Планируется дискуссия по проблематике мастер-класса.

31 марта, зал «Петровский», 13.00-13.50

МАСТЕР-КЛАСС «ГЕНОГРАММА В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ: ЭВОЛЮЦИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ»

Куфтяк Елена Владимировна – клинический психолог, системный семейный терапевт, действительный член ОППЛ, аккредитованный обучающий личный терапевт ОППЛ, супервизор, профессор МИП, МВШСЭН, Россия, Москва.

На данном мастер-классе участники смогут познакомиться с эволюционированием генограммы. На мастер-классе будет представлена базовая информация об особенностях, истории и теоретической базе генограммы, а также показаны современные вариации генограммы на кейсах: кросскультурная генограмма, генограмма профессиональной передачи, генограмма с цветной кодировкой и др. Участники получают опыт «чтения» и анализа генограммы. Участники мастер-класса смогут творчески подойти к использованию генограммы в практической деятельности.

1 апреля, зал «Святославский», 13.00-13.50

МАСТЕР-КЛАСС «ИГРА: ТРЕНАЖЕР ДЛЯ МЕДИАТОРА ИЛИ КАК РАЗРЕШИТЬ КОНФЛИКТ»

Лаврова Нина Михайловна – профессор РАЕ, психотерапевт европейского реестра, профессиональный медиатор, руководитель Комитета по медиации ОППЛ, аккредитованный личный терапевт-адвайзер и супервизор ОППЛ, заведующая кафедрой медиации и разрешения конфликтов ИППИ ИМАТОН, директор «Психоаналитического центра «Альянс». Россия, Санкт-Петербург.

Голубева Наталья Валентиновна – профессиональный медиатор, клинический психолог, руководитель рабочей группы медиация в сфере здравоохранения Комитета по медиации ОППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ. Россия, Москва.

В мастер-классе демонстрируется демOVERсия авторской иммерсивной трансформационной игры «Тренажер для медиатора» для совершенствования компетенций работы в зоне конфликта для специалистов помогающих профессий на примере семейных кризисов и конфликтов. Участники тренируют свои навыки в безопасной экологичной игровой обстановке.

31 марта, зал «Павловский», 16.10-17.00

МАСТЕР-КЛАСС «ТАИНСТВА ДУШИ»

«Когда вы не осознаете происходящее внутри вас, снаружи это кажется судьбой» – К.Г. Юнг.

Лобза Ольга Валерьевна – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры общей и социальной психологии Одинцовского филиала МГИМО МИД России, практикующий психолог, юнгианский аналитик, арт-терапевт. Россия, Одинцово.

Эта встреча для тех, кто неравнодушен к себе, и кто в настоящий момент испытывает состояние тревоги, страха, одиночества, неуверенности, растерянности, усталости, бессмысленности, внутренней пустоты, сомнения, бессилия...и кажется, что всему виной внешние обстоятельства или «тяжелая судьба». Участие в мастер-классе позволит понять глубинные причины столь негативных переживаний и чувств, постичь архетипическую природу бессознательного, открыть удивительный мир Самости, увидеть смысл жизни, приобрести гармонию и одухотворение.

1 апреля, зал «Святославский», 18.00-18.50

МАСТЕР-КЛАСС «ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОБРАЗНАЯ ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕНЕЖНЫМИ ЗАПРОСАМИ КЛИЕНТОВ»

Марьевич Ирина Ивановна – клинический психолог, психолог-консультант, гипнотерапевт, сертифицированный преподаватель метода эмоционально-образной терапии, аккредитованный супервизор ОППЛ, ведущая терапевтических и супервизионных групп, автор курса «Дети деньги не зарабатывают», организатор ежегодной конференции «Все грани эмоционально-образной терапии». Россия, Москва.

В мастер-классе будут рассмотрены находки и открытия в работе с актуальными денежными запросами. Вы станете участниками упражнений в стиле эмоционально-образной терапии. Вы можете прийти со своим актуальным запросом, чтобы познакомиться с приемами, техниками и стилем работы автора книги «Дети деньги не зарабатывают».

31 марта, зал «Петровский», 16.00-16.50

МАСТЕР-КЛАСС «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ КАК СИСТЕМА ПРИ МЕДИАЦИИ СЕМЕЙНЫХ СПОРОВ С УЧАСТИЕМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ»

Морозова Елена Владимировна – бизнес тренер, медиатор, юрист, профайлер, психолог, педагог дополнительного образования. Руководитель АНО ДПО «Центр переговоров и урегулирования споров (Медиации), Руководитель Ассоциации Профессиональных медиаторов «Единство», Эксперт общественной палаты КК, Член общественного совета Министерства Просвещения РФ, Руководитель комитета по медиации при Краснодарском Региональном отделении Ассоциации юристов России.

Рассматриваются алгоритмы выстраивания взаимодействия родителей при урегулировании семейных споров с участием несовершеннолетних.

31 марта, зал «Павловский», 13.45-14.00

ПРЕДМАСТЕР-КЛАСС, ДОКЛАД «АЛХИМИЯ И ПСИХОЛОГИЯ»

Овчинникова Карина Фикратовна – психолог, супервизор групповых учебных программ Института глубинной психологии. Россия, Санкт-Петербург.

В ходе доклада мы рассмотрим связь алхимии и психологии на основании работ К.Г. Юнга и Э. Эдингера, основные алхимические процессы, как метафору и проекцию на сложные психические содержания. Поговорим о том, как алхимические процессы отражают стадии арт-мандалы. Обсудим, может ли знание образов алхимических процессов помочь в консультировании.

1 апреля, зал «Святославский», 12.00-12.50

МАСТЕР-КЛАСС «ЛИЧНЫЙ БРЕНД ПСИХОЛОГА ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ 12 АРХЕТИПОВ ПО К. ПИРСОН»

Овчинникова Юлия Ионовна – психолог в полимодальном подходе, сертифицированный супервизор ОППЛ, действительный член ОППЛ, член сообщества ЭФТ, член Российской арт-терапевтической ассоциации, основатель Онлайн-школы профессионального взлёта для психологов и коучей. Россия, Москва.

На мастер-классе мы разберём и обсудим 12 архетипов по К. Пирсон. Вы узнаете: какие из архетипов наиболее проявлены у вас; что делать, чтобы архетипы не мстили и не показывали свою теневую сторону; как использовать знания об архетипах для построения личного бренда и грамотного позиционирования себя как эксперта; как использование архетипов помогает предотвратить профессиональное выгорание.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 14.00-14.50

МАСТЕР-КЛАСС «КАК НАЙТИ «ЗОЛОТУЮ ТЕНЬ» ЧЕРЕЗ ТРАВМУ АРХЕТИПОВ»

Олейникова Анна Васильевна – руководитель психологического центра "Искусство жить", практикующий психолог, психолог-сексолог, телесно-ориентированный терапевт, системный расстановщик, гештальт-терапевт, гипнотерапевт, действительный член ОППЛ, медиатор, преподаватель психологии, бизнес-тренер, аккредитованный супервизор ОППЛ, автор личностных программ и ведущая женских и мужских офлайн и онлайн групп.

Если Вы внимательно взглянете на свою жизнь, ее основные события, то увидите, что в Вашей жизни существуют основные и неизменные сценарии, в которых Вы действуете, принимаете решения, вступаете в отношения. Причина этого лежит в том, что нашим поведением движет одна из четырех базовых архетипических энергий: энергия Мага, энергия Монарха, энергия Любящего и энергия Воина.

Как часто свою природу, и все, что вы можете воплотить в жизни, вы прячете в Тень, не пользуясь этим долгие годы. Там, где «боль», там и спрятано «золото». Отыскав его однажды, оно останется с вами навсегда.

31 марта, зал «Даниловский», 13.00-13.50

МАСТЕР-КЛАСС «РЕГРЕССИВНАЯ ГИПНОТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ЭМОЦИЯМИ»

Полякова Валентина Валентиновна – доктор психологии (D.Psych), клинический психолог, гипнотерапевт, действительный член ОППЛ. Россия, Нижний Новгород.

В мастер-классе рассматривается возможность работы с эмоциональным состоянием человека посредством регрессивной гипнотерапии. Дается определение понятиям регрессивная гипнотерапия и эмоциональная трансформация. Обсуждается динамика подсознательных процессов, влияющих на такие состояния, как: хроническая или острая тревожность, стресс, нервное перенапряжение, аффективные состояния. Рассматривается многофункциональный и краткосрочный подход к терапии эмоциональных состояний и отношений с последующим закреплением через работу с вытесненными воспоминаниями. Обсуждается психотерапия здоровых. Техника регрессивного погружения демонстрируется на практике.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 15.00-15.50

МАСТЕР-КЛАСС «СТРЕССОВОЕ ПЕРЕЕДАНИЕ»

Прощенко Светлана Александровна – медицинский психолог, онкопсихолог, EMDR-терапевт, член аккредитационной комиссии Минздрава РФ, автор-разработчик инновационной методики, апробированной Министерством здравоохранения РФ в 2017 г. «Реабилитационная медико-психологическая программа для больных с диагностированными злокачественными новообразованиями». Россия, Санкт-Петербург.

В мастер классе рассматривается взаимосвязь стресса и расстройства пищевого поведения. Основные защитные механизмы компульсивного переедания, формирующие тягу к еде. Краткий протокол работы со стрессовым перееданием. Опыт проведения мини-группы.

31 марта, зал «Феодосиевский», 14.00-14.50

МАСТЕР-КЛАСС «ПСИХОСОМАТИКА: МЕХАНИЗМ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ЗАБОЛЕВАНИЙ.

ЭФФЕКТИВНЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ЗАБОЛЕВАНИЯМИ, НА ПРИМЕРЕ РАБОТЫ С АЛЛЕРГИЯМИ»

Роменская Ольга Геннадьевна – действующий член ОППЛ, основатель школы психологов Ольги Роменской, руководитель команды психологов, автор техники Quick Results, действующий педагог-психолог, психолог-консультант. Россия, Москва.

На мастер-классе рассматривается принцип зарождения заболеваний, возможности качественно влиять на состояние здоровья клиентов, способствуя ускорению фазы восстановления. На примере Аллергий подробно рассматриваются наиболее эффективные методы работы в психосоматике. Обсуждается символизм аллергенов, проявление симптомов и реакции клиентов на них. Изучаем успешные кейсы клиентов.

31 марта, зал «Димитриевский», 14.00-14.50
МАСТЕР-КЛАСС «ПАЛИТРА ЧУВСТВ И ЭМОЦИЙ»

Рухлова Анна Размиковна – практикующий психолог, специалист по телесно-ориентированной психотерапии, тренер МИППиП «Интеграция», действительный член ОППЛ. Россия, Екатеринбург.

Эмоции и чувства — это неотъемлемая часть личности человека. Независимо от возраста и пола мы все их испытываем. Каждый день мы переживаем целую гамму эмоций. Благодаря им наша жизнь приобретает цвета и оттенки. Контакт со своими чувствами и эмоциями формируется еще в детстве, когда мама чувствует своего ребенка и удовлетворяет его потребности.

1 апреля, зал «Святославский», 19.00-19.50
МАСТЕР-КЛАСС «СОЦИАЛЬНАЯ ПАНОРАМА»

Сафронов Александр Викторович – психолог, гипнотерапевт, мастер NLP, коуч, преподаватель, официальный представитель Международной академии ментального пространства (SOMSP), действительный член ОППЛ. Россия, Москва.

«Пространство – организующий принцип психики». Наш разум помогает нам ориентироваться не только в мире, обществе, наших отношениях, времени и наших телах. Все, что существует, размещено где-то в окружающем нас мире. Чтобы ориентироваться в нем, мы используем трехмерную неврологическую модель нашего мозга. О чем бы ни думали, наш разум помещает это где-то в нас или в окружающую нас среду. Бессознательное теперь может быть понятно, как пространство внутри человека и вокруг него, где находится все содержимое ума. Специальная трансформация образов во внутреннем пространстве помогает легко избавиться от самых глубоких психологических травм, решать годами мешающие проблемы, связанные с отношениями, уверенностью в себе, чувством собственного достоинства, конфликтами, горем, властью, семьями, группами и организациями, а также помогать в этом другим людям. На мастер-классе у вас будет возможность познакомиться ближе с методом «социальная панорама» и инструментами для практических изменений.

1 апреля, зал «Святославский», 17.00-17.50
МАСТЕР-КЛАСС «АРХЕТИПИЧЕСКИЕ ОБРАЗЫ В РАБОТЕ С ПТСР: ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ АВТОРСКОЙ МЕТОДИКИ «ПОЗИТИВНАЯ КУКЛОТЕРАПИЯ» И КУКЛЫ «ПТИЦА ГАМАЮН»»

Слабинский Владимир Юрьевич – кандидат медицинских наук, врач-психотерапевт, психиатр, нарколог, сексолог, клинический психолог, автор метода «Позитивная динамическая психотерапия», вице-президент и председатель комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ, вице-президент СПО «Союз психотерапевтов и психологов», ректор АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», президент Международной ассоциации «Позитивная динамическая психотерапия», восьмикратный лауреат Национального психологического конкурса «Золотая Психея». Россия, Санкт-Петербург.

Воищева Надежда Михайловна – кандидат психологических наук, клинический психолог, действительный член, член комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ, проректор по научной работе АНО ДПО «Петербургская школа психотерапии и психологии отношений», вице-президент Международной Ассоциации «Позитивная динамическая психотерапия», восьмикратный лауреат Национального психологического конкурса «Золотая Психея». Россия, Санкт-Петербург.

На мастер-классе участники познакомятся с авторской концепцией, описывающей механизмы возникновения и развития ПТСР; получить представление о пяти структурных архетипах и их роли в психической жизни человека; познакомиться с историко-этнографическими данными о связи образа птицы с субъективным переживанием времени в культуре славянских и других народов; познакомиться с возможностями применения методики «Позитивная куклотерапия» и специальной куклы «Птица Гамаюн» в психотерапии последствий психических травм; принять участие в изготовлении куклы «Птица Гамаюн» и прочувствовать на себе целительную силу этого образа.

31 марта, зал «Феодосиевский», 13.00-13.50
МАСТЕР-КЛАСС «МЕТАНАВЫКИ ПСИХОТЕРАПЕВТА: ДЕЛАТЬ ИЛИ БЫТЬ?»

Снигур Владимир Сергеевич – врач-психотерапевт, переводчик-синхронист, сертифицированный ТФП-терапевт, специалист в области клинического гипноза и невербальной коммуникации, действительный член, аккредитованный супервизор и преподаватель ОППЛ.

На основе опыта преподавания и практики клинического гипноза предлагаются ключевые метанавыки – наборы навыков, объединённые определёнными организующими принципами. Метанавыки рассматриваются как специфические

компетенции для психотерапии в целом, которые можно развивать и тренировать целенаправленно. Предлагаются упражнения и демонстрации.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 16.00-16.50

МАСТЕР-КЛАСС «АРХЕТИПИЧЕСКИЙ ТЕАТР АСТРОДРАМЫ» ЛИДИИ СУРИНОЙ»

Сурина Лидия Алексеевна – кандидат химических наук, аналитический психолог, психотерапевт, действительный член и сопредседатель модальности «Юнгианский анализ» ОППЛ, выпускающий редактор журнала «Психотерапия», сертифицированный личный терапевт, супервизор и преподаватель международного уровня ОППЛ, Россия, Москва.

К.Г. Юнг считал, что «астрология как коллективное бессознательное, к которому обращается психология, состоит из символических конфигураций: “планеты” – это боги, символы власти бессознательного». Авторский метод Лидии Суриной «Архетипический театр астродрамы» позволяет разыграть гороскоп человека, чтобы он мог глубоко и эмоционально прочувствовать то, что происходит на глубинном уровне его бессознательного: как взаимодействуют в нём архетипы планет, как они спорят, конфликтуют, образуют коалиции или бушуют, создавая определённые жизненные ситуации. Проживание этих процессов и осознание особенностей своего гороскопа поможет вам раскрыть новые грани и уникальные таланты вашей личности, скорректировать актуальную ситуацию, снять внутреннее напряжение и активировать внутренние ресурсы. Процедура астродрамы является и диагностической – т.е. отражает актуальную ситуацию человека (и внутреннюю, и внешнюю), и трансформационной – т.е. корректирующей и исцеляющей.

31 марта, зал «Петровский», 17.00-17.50

МАСТЕР-КЛАСС «КУРС ДЛЯ ПСИХОЛОГОВ «СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ (ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ЗРЕЛОСТЬ) ПОД КЛЮЧ» ЗА ДВА МЕСЯЦА С ДОКАЗАТЕЛЬНЫМ РЕЗУЛЬТАТОМ НА ОСНОВЕ ЕДИНОЙ ТЕОРИИ ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ»

Табидзе Александр Александрович – клинический психолог, директор Научного Центра «ПСИХОПЕДАГОГИКА» Минобрнауки РФ, член-корреспондент РАЕН, доктор физико-математических наук, профессор, действительный член ОППЛ (руководитель модальности «Музыкально-интегральная психотерапия»). Россия, Москва.

Излагается методика проведения с клиентами курса-сопровождения «Стрессоустойчивость (эмоциональная зрелость) под ключ» для групповой или индивидуальной профессиональной работы психолога.

На мастер-классе вы узнаете что является основой курса, его содержание и каким образом достигается доказательная база и высокая эффективность курса.

31 марта, зал «Данииловский», 16.00-16.50

МАСТЕР-КЛАСС «ИНТЕНСИВНАЯ ТЕРАПИЯ ОТНОШЕНИЙ (ИТО). АВТОРСКИЙ ПОДХОД В ЛИЧНОСТНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ»

Федоряка Денис Александрович – психотерапевт, кандидат психологических наук, групповой терапевт, держатель Европейского сертификата по психотерапии, супервизор ОППЛ, автор учебного пособия «Супервизия в психотерапевтической практике». Россия, Санкт-Петербург.

В рамках мастер-класса участников ознакомят с современными тенденциями в личностно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии по Карвасарскому, Ташлыкову и Исуриной. Состоится краткое обучение некоторым классическим техникам метода. Будет предложено групповое взаимодействие в авторской модели «терапии отношений». Участники увидят «изнутри» процедуру отбора на группу, элементы работы с культурой группы и непосредственно терапевтические взаимоотношения. Планируется краткое обсуждение продемонстрированных феноменов.

31 марта, зал «Данииловский», 14.00-14.50

МАСТЕР-КЛАСС «ЖЕНЩИНЫ ВО ВРЕМЯ ВОЙНЫ. ТРАНСГЕНЕРАЦИОННАЯ ВОЕННАЯ ТРАВМА И ЕЁ ПОСЛЕДСТВИЯ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ»

Шабайлова Галина Евгеньевна – директор ООО «Помогающие практики», профессиональный частнопрактикующий психолог (сертификация - психология А. Адлера), национальный тренер-супервизор по системным расстановкам ИКСР (Москва), обучающий терапевт ОППЛ. Автор и тренер более 15 психологических тренингов и Марафона «Стратегия Жизни» (более 3 тыс.участников). Учредитель и директор ежегодной конференции в Беларуси по практической психологии «Помогающие практики». Беларусь, Минск.

Вторая мировая война - это до сих пор обширное поле непроработанных травм в системе человеческих отношений. В центре моего исследования – 1) судьбы женщин во время войны, 2) формирование трансгенерационной травмы, 3) схема её передачи от матери к ребёнку и последующим поколениям. Системно-феноменологический подход открывает новые возможности для исследования последствий военных трансгенерационных травм в 3-х и более поколениях.

Современные женщины - это 2-е, 3-е, 4-е послевоенные поколения. Решение их запросов (проблемы в партнерских отношениях, женские заболевания, нарушение привязанности, состояния подавленности, страха, агрессии, и т.д.) возможно через понимание и принятие неотрагированных последствий военного времени.

Будет сделана демонстрационная работа – как военная трансгенерационная травма женщин продолжает влиять и спустя несколько поколений.

1 апреля, зал «Феодосиевский», 19.00-19.50

МАСТЕР-КЛАСС «ЖИЗНЬ В СЦЕНАРИИ ЖИЗНИ. СКРИПТОДРАМАТИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ»

Шапошников Виктор Анатольевич – психолог, кандидат педагогических наук, доцент, тренер национальной и международной сертификации ОППЛ России, действительный член Европейской ассоциации психотерапии, специализируется в области психодрамы, символдрамы, семейного и индивидуального консультирования;

Шапошникова Тамара Евгеньевна – психолог, кандидат педагогических наук, доцент, действительный член Международной академии наук педагогического образования, тренер национальной и международной сертификации ОППЛ России, действительный член Европейской ассоциации психотерапии, специализируется в области транзактного анализа, телесно-ориентированной и семейной психотерапии.

Мастер-класс посвящен исследованию либидинальных тенденций в сценарном процессе. Мы все время находимся на границе жизни смерти. Мы переходим эту границу много раз ежедневно. Силы жизни и силы смерти постоянно ведут борьбу внутри нас. В нашем сценарии приняты решения, на стороне чего мы предпочитаем быть, что мы выбираем, в качестве ведущей силы нашей жизни. Исследованию этих процессов будет посвящен мастер-класс.

Приглашаются специалисты в области психологического консультирования и психотерапии, заинтересованные в освоении эффективных методов психотерапевтической работы с неблагоприятными элементами жизненных сценариев. В программе также могут принять участие люди, заинтересовавшиеся темой лично для себя.

В результате обучения участники смогут:

В личностном плане:

- почувствовать себя более живыми и наполненными
- получить богатую пищу для размышлений
- стать более гибкими в отношениях
- стать более уверенными в выборе стороны жизни
- сделать новые важные выборы

В профессиональном плане:

- попробовать работу в новом методе;
- освоить некоторые техники и процедуры скриптодрамы для использования в собственной консультативной практике.

В программе:

- Введение в скриптодраму: теоретические предпосылки, структура, методика работы.
- Сценарии, по которым разворачиваются любовные отношения.
- Выявление и анализ ранних предписаний, формирующих либидинальный сценарий.
- Выявление предписаний, определяющих место жизни в жизненном сценарии.
- Выявление предписаний и ранних решений, удерживающих энергию жизни в стагнации через разыгрывание.

Формы работы: мини-лекция, групповая психотерапия, упражнения для отработки навыков, скриптодраматические кейсы.