



# ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА

№ 8 (105) АВГУСТ-2011 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

Ψ ОФИЦИАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

## Протокол круглого стола «МЕДИАЦИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ. МЕДИАТОР: МОДЕЛЬ КОМПЕТЕНЦИЙ» 25 мая 2011

### Модераторы:

**Макаров Виктор Викторович:** д. мед. наук, профессор, президент ППЛ, Вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, психотерапевт европейской и всемирной регистрации, зав. каф. психотерапии, мед. психологии и сексологии РМАПО;

**Лаврова Нина Михайловна:** член ЦС ППЛ, психотерапевт Единого реестра психотерапевтов Европы, медиатор.

### Участники дискуссии:

1. Чеглова Ирина Алексеевна, психотерапевт, к.м.н., доцент, вице-президент ППЛ, руководитель комитета профессионального признания и наград, исполнительный редактор периодических ежемесячных изданий Лиги, ведет курс «Конфликтология с основами медиации» в Московском городском психолого-педагогическом университете.
2. Киршина Лариса Николаевна, доцент кафедры психологии и специального образования ИПК и ПРО УР, автор и ведущая программы методической подготовки медиаторов, действительный член ППЛ.
3. Нарицын Николай Николаевич, врач-психотерапевт, психоаналитик, действительный член ППЛ.
4. Нарицына Марина Петровна, администратор сайта, котерапевт, консультативный член ППЛ.
5. Ананченков Вячеслав Александрович, психолог – консультант,
6. Хохлова Любовь Прокофьевна, психолог,
7. Березикова Светлана Васильевна, доцент кафедры менеджмента Института МПЭ им. А.С. Грибоедова, МБА, автор и ведущая тренингов по конфликтологии, эффективному общению, ведению переговоров.
8. Павлов Игорь Степанович, врач – психотерапевт, к.м.н., доцент.
9. Графский Владимир Павлович, психолог, прошел курс медиации.
10. Кулябин Борис Александрович, психолог.
11. И другие заинтересованные лица.

### В.В. Макаров:

Хорошо, что в нашей стране медиация стала практикой, хорошо, что вышел закон «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)».

И Профессиональная психотерапевтическая лига не может остаться в стороне.

Мы интересовались медиацией, изучали международный опыт, участвовали в конгрессе медиаторов в Италии 3 года назад, где было больше полутора тысяч медиаторов, которые обсуждали юридические и психотерапевтические аспекты медиации. Европейский журнал «Медиация» уже 3 года издается с аннотациями статей на русском языке. Родольфо де Бернард, президент ЕАП, по нашему приглашению будет возглавлять курс обучения медиации, который начнется под эгидой ППЛ осенью этого года.

### Н.М. Лаврова:

Сегодня нам предстоит обсудить важный вопрос – что предстоит сделать нашему профессиональному сообществу, чтобы действовать развитию медиации.

### Л.Н. Киршина:

Я заинтересовалась медиацией ещё в конце прошлого века, когда мне довелось принять участие в нескольких **Международных конференциях по разрешению конфликтов**, организованных Институтом психотерапии и консультирования «Гармония» в Санкт-Петербурге. В то время приезжали медиаторы из США. Среди них были и психотерапевты, и психологи, и социальные работники.

Технологии медиации показалась мне тогда продуктивными и применимыми в разных сферах. Я увидела, что их можно включать в консультирование, в том числе в семейное. Это позволяет быстрее достигать результатов, экономит ресурсы. Поучаствовав в нескольких мастер – классах, я разобралась в методике и по приезде стала использовать медиацию в консультировании.

Со временем я приобрела опыт и начала передавать его коллегам педагогам и психологам, проводила тренинги по управлению конфликтами, затем подготовила методическую программу подготовки медиаторов на 72 часа, состоящую из двух модулей. Вот уже четвёртый год мы в Ижевске, в ИПК и ПРО Удмуртской Республики, обучаем медиаторов. Первый модуль знакомит участников с практической конфликтологией. Они приобретают опыт анализа конфликтов, углубляются в собственные внутриличностные конфликты. Второй тренинг посвящен отработке технологий медиации: ведения медиативной беседы, переговоров, документирования. При

обучении использую психодраму, ролевую игру, тренировочные упражнения.

После принятия закона принимаю участие в обучении медиаторов в Ижевском юридическом институте (филиале) ГОУ ВПО «Российская правовая академия Министерства юстиции Российской Федерации» по программе подготовки медиаторов «Медиация. Базовый курс». Сама также прошла обучение по этой программе для восполнения дефицита юридических знаний и погружения в среду медиаторов – юристов.

Готова поделиться с Вами своими наблюдениями об особенностях в обучении медиации разных групп специалистов.

1. Директора и завучи школ. Их интерес к конструктивным способам разрешения конфликтов, мотивация применения медиации обусловлены большим количеством конфликтов в сфере образования и стремлением снизить нервно – психические затраты, связанные с их разрешением. У большинства из руководителей этой группы отсутствует стремление освоить технологии медиации, т.к. это потребует основательных временных затрат. Сложности в работе с ними, как с потенциальными медиаторами, связаны, прежде всего, с авторитарной позицией и непроработанностью собственных внутриличностных конфликтов.
2. Практические психологи (в группах, с которыми я работала, обучались психологи образования, социальной сферы и бизнеса) – владеют коммуникативными техниками, мотивационно готовы быть медиаторами, но порою слишком сориентированы на личностную поддержку клиента, зачастую недостаточно осознают собственные внутриличностные конфликты, что мешает сохранению нейтральной позиции и может затянуть процесс медиации. Психологи не владеют юридическими знаниями, что снижает их уверенность в роли медиатора. Этот дефицит осознается, есть мотивация освоения информации в области права.
3. Юристы – знают законы и умеют их применять, но действуют с жесткой экспертной позиции и привыкли решать конфликт в интересах одной из сторон. Юридическая практика невозможна без знания психологии, но не обязывает учитывать психологические особенности и потребности людей при разрешении конфликтов. Медиация без этого не имеет смысла. Если контакт спорящих сторон нарушен настолько, что не позволяет вести переговоры, медиация невозможна. Задача медиатора – помочь сторонам конфликта выстроить отношения, позволяющие договариваться, а это требует специальных умений (они более развиты у психологов и психотерапевтов), времени и глубоких познаний в области психологии. Юристам свойственно недооценивать роль психологического фактора в конфликте. Им хотелось бы иметь экспертные, точные знания в области психологии (типологий личности, конфликтов и т.п.). В психологии есть концепции, основанные на типологиях, но реальный человек, как и реальный конфликт, никогда не вписывается в границы типа. Склонность к типологизации может быть барьером для медиаторов – юристов по базовой подготовке.

Выводы: технологии медиации полезны, при грамотном применении экономят деньги и время людей. Особенно важно применять технологии медиации сейчас, когда мир становится мультикультурным, а люди в мире всё более автономными, осознающими свои права, цели, интересы. Не всегда процедура медиации требует обращения к конкретным законам, многие проблемы можно решить с помощью медиации, опираясь на законы морали, этические нормы и совместно выработанные правила. Принятие позиции медиатора и следование ей

напрямую зависит от понимания медиатором собственных внутриличностных конфликтов и умения ими управлять. Это означает, что подготовка медиаторов должна включать личную терапию и работу под супервизией или коучинг. Следовательно, у медиации в рамках ППЛ есть большие перспективы.

#### **В. П. Графский:**

Как вы сочетаете конфликтологию и медиацию?

#### **Л. Н. Киришина:**

В рамках конфликтологии и психологии конфликта медиация рассматривается как способ разрешения конфликта с помощью третьей стороны. Практикующему медиатору необходимо, на мой взгляд, знать конфликтологию, владеть методами анализа конфликта, предлагаемыми этой областью знания. Этой точки зрения я придерживаюсь.

#### **Е. В. Бреева (адвокат):**

В 2004 году инициативной группой практикующих медиаторов при поддержке Европейской Комиссии был принят Европейский кодекс поведения для медиаторов. В мае 2008 года Европейский парламент и Совет Европейского Союза принял директиву, обязывающую государства-члены внедрять в практику рассмотрения споров процедуру медиации. В РФ, помимо принятия соответствующего закона, внесены изменения в некоторые законы, которые позволяют применять процедуру медиации и развиваться этому направлению.

Так, предусмотрено приостановление течения сроков исковой давности в случае заключения сторонами соглашения о проведении процедуры медиации; арбитражные суды и суды общей юрисдикции вправе отложить разбирательство по делу на срок до 60 дней в случае применения процедуры медиации.

Законом закреплены гарантии деятельности медиаторов: медиатора нельзя допрашивать в качестве свидетеля по делу, по которому он проводил процедуру медиации.

Эти обстоятельства являются предпосылками развития медиации в правоприменительной практике.

#### **Н. Н. Наричын:**

На сегодняшний день в нашей стране термин «медиация» мало знаком населению. Вообще задача досудебного и внесудебного решения споров имеет ряд подводных камней, о которых полезно было бы знать заранее. Я как психотерапевт часто сталкиваюсь с проблемами психологического характера, которые могли бы решаться в досудебном порядке.

Медиация, таким образом, представляет собой область «психотерапии здоровых людей», о которой до недавнего времени в принципе довольно мало было известно. Необходимо выработать общую позицию у профессионалов.

Представление о медиаторе у населения пока сложное. С одной стороны, есть некое предубеждение к медиатору, опасение, что он, условно говоря, будет играть роль лисы из сказки про двух медвежат, которые делили сыр; а с другой стороны, сами клиенты довольно часто пытаются втянуть медиатора в известную манипулятивную игру под названием «треугольник Карпмана».

Подобные манипулятивные игры, описанные еще Э. Берном, в нашей стране чрезвычайно распространены (о чем написали отдельную книгу В.В. Макаров и Г.А. Макарова), поэтому без знания базовой теории в этом вопросе медиатор может скорее потенцировать проблему, чем помочь ее решить. Кроме того, клиенты часто декларируют не то, чего они на самом деле хотят, поэтому медиатору чрезвычайно важно не идти на поводу у декларируемых целей. Ему не обязательно быть классическим психоаналитиком и совсем не нужно углубляться в прошлые переживания клиентов, решая проблему здесь

и сейчас, но умение отличить декларируемые цели от реальных – крайне необходимо.

Можно сказать, что большинство тех же семейных конфликтов носят типовой характер и специалисты могут разработать эту типологию, но все равно без базовых знаний работа медиатора может быть неэффективна.

**Е. В. Бреева:**

Обращаю ваше внимание, что медиаторам вовсе не обязательно знать право. Медиаторное соглашение не обязательно должно удовлетворять требованиям закона. Главное, чтобы стороны договорились.

**И. А. Чеглова:**

Я преподаю конфликтологию с основами медиации в Московском психолого-педагогическом университете и веду психотерапевтическую практику.

В силу этого я понимаю вопрос о том, что мы можем сделать в плане развития медиации, на двух уровнях.

Первый – освоение, а затем преподавание процедуры медиации. Именно мы, в силу нашей психотерапевтической профессиональной компетентности, в работе с клиентами умеем опираться на коммуникативные процедуры, мобилирующие собственные ресурсы клиентов, соответствующим образом организовывать сеттинг.

Второй уровень – наша собственная практика, в рамках которой реализуются конкретные аспекты медиативной компетентности.

Анита фон Хертель, руководитель Гамбургского учебного центра по медиации, выделяет пять основных вариантов (или уровней, как она пишет) медиативной компетентности.

Первый – классическая медиация, когда медианты обращаются к стороннему специалисту. Второй – внутрисистемная, когда в качестве медиатора выступает, например, руководитель, знакомый с процедурой медиации. Третий – медиативные переговоры с привлечением консультантов, знакомых с данной процедурой. Четвертый – медиативные процедуры в форме диалога, когда сами медианты в состоянии придерживаться структурной модели медиации. Пятый – медиация с одним участником, когда его оппонент уклоняется от переговоров. Именно этот вариант чаще всего встречается в моей практике. В основном это касается производственных конфликтов моих клиентов. Реже – семейных. В рамках этой работы клиент знакомится со структурой медиативного процесса, конкретизирует собственные цели и цели оппонента, насколько это возможно, обучается управлять своим вниманием и выдерживать психологическое напряжение.

Умение опираться на коммуникативные процедуры, цивилизованно, с чувством собственного достоинства и с уважением к партнерам отстаивать свои интересы, договариваться, иными словами, медиативная компетентность людей – важнейшая составляющая культуры общества в целом, мера его пригодности для жизни. Владимир Лефевр, известный российский, а ныне американский социолог, описывает две основные этические системы. Каждая из которых базируется на этическом парадоксе.

Первая этическая система предполагает, что человек запрещает себе делать зло, но мягок к тем, кто это себе позволяет. И его этический статус повышается, когда он садится за стол переговоров. При второй этической системе человек позволяет себе творить зло, но при этом жестко нетерпим к другим людям. И его этический статус повышается в жестком противостоянии и разрыве отношений. Так сложилось исторически, что в нашей стране более распространена именно эта система. Поэтому я думаю, что стратегической задачей для нашего

профессионального сообщества может являться формирование медиативной компетентности в обществе. Так, чтобы она стала частью нашей культуры, частью повседневной жизни как можно большего количества людей.

В качестве иллюстрации к этому приведу сообщение Г.Ф. Похмелькиной о том, что в нашей стране, в Пермской области, в начале 2000 годов проводился эксперимент, в ходе которого малолетние преступники проходили через процедуру медиации. Результаты этого эксперимента следующие. В группе ребят, прошедших через процедуру медиации, процент рецидивов в последующие годы оказался исчезающе малым. В контрольной же группе, прошедшей через суд и соответствующие органы исполнения наказаний, процент рецидивов приблизился к 100.

**Е. В. Бреева:**

Обращаю внимание, что вступивший в силу с 1 января 2011 года закон позволяет проводить процедуру медиации только при разрешении гражданских правовых споров.

**И. И. Манина:**

Я обучалась медиации с 2009 года в Москве, прошла обучение на семинарах и двух модулях – в итоге 340 часов по программе подготовки медиаторов. Сейчас я иду на тренерский курс. Хочу поделиться тем, что, на мой взгляд, может быть интересным для всех.

В группе по обучению медиации были все юристы, кроме меня – психолога. Мои «сокурсники» были удивлены тем, как мне помогают мои навыки и опыт работы в психологии.

Однако, в процессе обучения выяснилось, что проблема психологов в том, что мы «копаем» вглубь. И эта «углубленность» в проблему мешала работать. Сейчас я хочу отметить, что медиация – это не консультация психотерапевта или юриста. Это – совершенно другое! Медиатор не лечит и не судит. Он помогает вести процесс в нужном направлении, к решению конфликта. Но проблема была и у юристов: они старались принять решения за конфликтующие стороны. Ловушки медиации и для психолога и для юриста!

Далее. Иногда у психологов возникает вопрос – что будет после принятия соглашения? Насколько важна подпись под этим документом и где гарантии исполнения соглашения?

Важна не подпись, а то, что стороны приходят к жизнеспособному решению! В медиации нет проигравших, медиация решает проблему по принципу «выигрыш-выигрыш», а не как в суде, где один всегда в проигрыше, когда другой выигрывает.

**Е. В.: Бреева**

Важна в данном случае не подпись, а то, что стороны договорились, и пришли к решению. Задача медиаторов – провести процедуру так, что обе все стороны остались в выигрыше.

**И. И. Манина**

Знание юриспруденции для медиатора не является особо важной частью работы. Юристы могут быть внешними консультантами – их приглашают стороны и оплачивают эти услуги отдельно, так же, как и услуги других экспертов. На мой взгляд, более результативные медиаторы могут получиться из психологов и психотерапевтов, но для этого нам нужна организация, регулирующая и определяющая степени компетенции. И еще очень важное сообщение.

Если вы заглянете в Интернет, то увидите, что он уже пестрит объявлениями о медиаторах, лучших и единственных. С этим надо что-то делать!

Медиаторам и по закону, и по факту нужна саморегулируемая организация, ведущая реестры. Надеюсь, что ППЛ нам в этом сможет помочь! ...



Вопрос же о компетентности медиатора пока не решен. Как определить степень профессионализма? Каковы могут быть критерии?.

**В. П. Графский:**

Меня немного насторожило то, что здесь говорилось, что есть юристы, которые настроены директивно, и нам психологам есть чему их поучить. Но психотерапевты сразу начинают клиентов консультировать. И это тоже ловушка.

Хочу подчеркнуть, что процедура медиации гораздо дешевле, чем судебный процесс. И со временем клиенты это начнут понимать.

**Н. Н. Нарницын:**

Медицина раньше вообще ничего не знала о здоровом человеке. Сейчас развивается психотерапия здоровых. Возможно, медиация и подвигнет наших коллег обратить внимание на сложность здорового человека.

**Л. П. Хохлова:**

Россия – своеобразная страна, и методология медиации тоже будет отличаться от опыта других стран. Медиация вообще предполагает выход на уровень матричных отношений клиентов.

Но есть сложный аспект этой темы: проблемы медиатора «внутри». Мы должны поставить задачу процесса медиации внутри психики человека.

**Б. А. Кулябин:**

Мне кажется, что медиация – это чистой воды психотерапевтическая практика. Как «пиарщик» я считаю это грамотным ходом, т.к. конфликтующие стороны не всегда идут к психологу. Пройти процедуру медиации субъективно проще.

**Е. В. Бреева:**

По закону медиатором может быть любой человек, достигший совершеннолетия. Когда будет создана саморегулируемая организация – её задачи – выработать стандарты для профессиональных медиаторов. Профессиональный медиатор должен быть обязательно членом саморегулируемой организации.

**И. С. Павлов:**

Жаль, что мы не обсуждаем опыт и экспертность медиатора, чтобы он мог помочь человеку понять потребности другого.

**Б. А. Кулябин:**

В той технологии, которую я практикую, важно, чтобы человек понял потребности не только другого, но, и, прежде всего, свои потребности. Тогда он может снять свои претензии.

**Н. Н. Нарницын:**

Если медиация – процедура, то медиатор не обязан быть авторитетом.

**И. С. Павлов:**

Вы забываете о суггестии.

**Н. М. Лаврова:**

Фактор суггестии в медиации не предусмотрен, но суггестия возможна в рамках терапии, которая включается в процесс медиации.

**В. А. Ананченко:**

О компетентности. Хотелось бы затронуть теорию психотипов. Медиатор должен быть целостным и понимать разницу в психотипах. Экстра- и интроверсивные качества. Воспринимать и сенсорнику и интуицию, и логику и этику. Как минимум понимать, как это происходит. То есть фактически сам принадлежать к своего рода трансцендентному психотипу

**С. В. Березинова:**

Любая услуга появляется в результате востребованности. В Европе и США медиация успешно используется уже более 30 лет. В нашей стране эта процедура законодательно введена с 1 января 2011 г. И это говорит о том, что необходимость в досудебном разрешении споров у нас назрела, а подобные услуги в той или иной форме уже давно оказываются. В психологической практике немало случаев, когда семейные пары с неразрешимыми противоречиями, стоящие на грани развода, после терапии налаживают отношения. Часто причина конфликтов кроется в элементарном неумении общаться, управлять собой, разрешать спорные ситуации. Вот здесь и нужен специалист, который профессионально снимет напряжение и поможет найти ресурсы для обоюдовыгодного решения. Далеко не каждый готов обратиться за психологической помощью, а вот помощь медиатора в разрешении конфликтов и недоведении дела до суда видится более доступной. Радует, что появилась ещё одна возможность помочь людям в проблемных ситуациях.

**И. С. Павлов:**

Важно не переоценивать возможности медиации, чтобы эта услуга не подверглась девальвации.

**Н. М.: Лаврова**

Сегодня мы участвовали в круглом столе «Медиация и психотерапия. Медиатор: модель компетенций» и пришли к согласию, что профессия медиатора строится на объединении знаний и навыков специалистов из смежных областей деятельности. Модель компетенций медиатора находится в стадии формирования, и мы принимаем участие в её создании, признавая, что медиатор должен быть таким же структурированным, как юрист, и таким же глубоким, как психологический консультант. Дальнейшее обсуждение вопроса о модели компетенций медиатора мы сможем продолжить на Международном конгрессе «ИНТЕГРАТИВНЫЕ ПРОЦЕССЫ В ПСИХОТЕРАПИИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИИ. ПСИХОТЕРАПИЯ ЗДОРОВЫХ. МЕДИАЦИЯ» в октябре 2011 года, на секции, посвященной медиации.

Ψ БОЛЬШИЕ СОБЫТИЯ

## ПРАЗДНИК МОЛОДОСТИ

26 июня вся наша страна праздновала День молодежи России. В каждом городе и поселке проводилось множество интересных массовых мероприятий, они начинались с утра, их сменяли дневные и затем вечерние мероприятия. Это были фестивали, конкурсы, концерты и другие интересные формы.

Необычную и очень интересную форму предложили жителям и гостям города Краснодара организаторы праздника «Мы вместе», проведенного 26 июня в Первомайском сквере

на ул. Красной, 35. Это был большой концерт, одновременно с которым шла тренинговая работа с семьями, параллельно при этом проводились конкурсы с молодежью и подростками, пришедшими на праздник без родителей. Психологи и ведущие то объединяли всех участников в большой общий круг, то образовывали за большим кругом еще восемь маленьких «кружочков», и потом снова объединяли всех в большой круг.

Организаторы праздника «Мы вместе» – Комитет по молодежной политике Политического Совета Краснодарского местного отделения партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» и молодежный Совет при комитете, Исполнительный комитет КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», Профессиональная психотерапевтическая лига РФ, Центр психологии и бизнес консультирования «Логос». Праздник продолжался три с половиной часа. Первый час с 10 до 11 утра проходил концерт, во время которого молодежные коллективы Краснодара поразили зрителей своим мастерством и искусством, создавая одновременно праздничное настроение и вовлекая всех участников и прохожих в активное действие. В 11.00 началось торжественное открытие праздника премьерным исполнением песни «Краснодар любимый город» на слова Евгения Колесникова и музыку Инны Силенок. После этого ведущие праздника – Анастасия Онищенко и Евгений Колесников представили почетных гостей праздника. В это утро пришли поприветствовать молодежь и поздравить с праздником заместитель председателя городской Думы г. Краснодара В.В. Тимофеев, заместитель секретаря политического Совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» председатель исполнительного комитета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Недилько В.Д., депутаты городской Думы г. Краснодара Барабанщикова Г.К., Марьянян В.А., Терюхов В.Е., представители Краснодарского городского Совета Ветеранов.

Тренинговая программа открылась веселой игрой в «ручечек», во время которой в пары объединились дети и взрослые, участники, уже выступившие артисты, психологи, прохожие, заинтересовавшиеся веселым праздником. К «ручечку» присоединились «ковбои», быстро переключившие участников праздника на юмористическую викторину, победители в которой получили призы от организаторов, и после этого психологи вывели семьи с детьми за общий круг для участия в тренингах, а остальные участники смотрели и слушали концерт. Первой задачей участников было ответить на вопрос, каким они хотят видеть свой любимый город Краснодар. Психологи провели опрос в форме «мозгового штурма» и записывали все, даже самые фантастические пожелания, ведь в «мозговом штурме» принимали участие даже трехлетние дети. После этого упражнения дети и родители в семьях поменялись ролями и разыгрывали ситуации «Опять двойка!», «Ты с кем подрался?», «Чи это сигареты?». Тема ролевой игры определялась возрастом детей в семьях – участниках. После этого было проведено упражнение «Поговорим молча», в котором дети и родители рисовали общий рисунок, где нужно было сказать что-то очень важное друг другу, но не словами, а символами. И дети, и родители должны были при этом друг друга понять. И психологи с радостью отметили, насколько теплыми и позитивными были сообщения друг другу участников упражнения.

По возвращении в общий круг каждый участник праздника получил воздушный шарик для участия в конкурсе «Песенная радуга», в рамках которого звучали песни с упоминанием названия цвета, и те участники, у которых были шарики именно этого цвета, выходили в центр круга и танцевали под музыку. После этого конкурса психологи опять увели за большой круг семьи для выполнения упражнений «Изобразить зверя» и «Похвастайся соседом», – эти упражнения уже выполнялись в группах по две семьи, а участники, оставшиеся в большом кругу, продолжили смотреть концерт. И в этот момент к Зданию Администрации Краснодарского края приблизился парад казачьих войск, и все участники праздника стали смотреть красочное, зрелищное шествие конных и пеших казаков, которые заступили в почетный караул у памятника Казакам –

основателям земли Кубанской. Мы слушали в исполнении оркестра песни военных лет и патриотические песни нашего времени и с восхищением смотрели на казаков, поразивших всех своей выправкой, статью, боевым духом. Шествие проводилось в рамках Часа Славы Кубани и привлекло к нашему празднику еще больше участников. После того как почетный караул с конной группой продолжил движение по ул. Красной к памятнику 200-летия Кубанского казачьего войска, участники праздника «Мы вместе» снова объединились в общий круг, и психологи вместе с ведущими проводили упражнения, которые объединили всех в большую сплоченную команду, способную создать совместный, единый, большой рисунок на асфальте «Краснодар – город моей мечты».

Для объединения участники поиграли в популярную игру «Крокодил», поучаствовали в песенном конкурсе, сыграли в «Театр – экспромт», проявив прекрасные актерские способности, и после этого ведущие огласили список пожеланий участников праздника о том, каким должен быть Краснодар. После оглашения списка пожеланий Инна Силенок повела всех участников праздника к созданию совместного рисунка. Панно «Краснодар – город моей мечты» создавалось на асфальте проезжей части улицы Красной между сквером «Первомайский» и площадью перед Администрацией Краснодарского края. Рисовали все: и дети от трех лет, и их родители, и психологи, и ведущие праздника, и артисты, завершившие свои выступления, рисовали под музыку, и на рисунках было много солнца, цветов, бабочек, красивых домов и автомобилей, радуга, салют, детские площадки, дети и взрослые, животные и птицы, река и кораблики, метро, – все то, что прозвучало вначале праздника во время «мозгового штурма». Участники рисовали 20 минут. В процессе рисования к ним стали присоединяться прохожие, и даже дедушка с палочкой стал рисовать тоже, и оказалось, что он очень красиво умеет рисовать. Полюбовавшись плодами совместного творчества, участники вернулись в общий круг, где праздник завершился вручением призов активным участникам праздника, и снова в исполнении молодежного хора и всех участников праздника (им раздали слова песни) прозвучала песня «Краснодар – любимый город». Участники стали расходиться по домам, продолжая напевать новую, светлую песню о родном Краснодаре.

Организаторы от всей души благодарят Главу муниципального образования город Краснодар Евланова В.Л., а также Недилько В.Д., депутатов Тимофеева В.В., Барабанщикова Г.К., Марьяняна В.А., Терюхова В.Е. за содействие и участие в организации и проведении праздника. Организаторы выражают искреннюю признательность и благодарность замечательным ведущим Анастасии Онищенко и Евгению Колесникову, сплоченной команде психологов: Виктории Макеевой, Михаилу Матько, Елене Голубовой, Евгении Красноголовой, Татьяне Некрасовой, Наталье Абрамовой, Алисии Арсеньевой, Алле Сеницыной, Елене Дзюба, Артему Гончарову, Владимиру Семикину, Дмитрию Липилину, Евгении Марченко, Любове Туголуковой, Ларисе Севериновой, Елене Асеевой, Ольге Павлюшиной, Филиппу Перепеч, а также Юлии Фридрих, Татьяне Морозовой, Ольге Корнышевой, Андрею Мартынюку и агентству детских праздников «Bonanza» за активное содействие и участие в организации и проведении праздника. Организаторы благодарят молодежный коллектив «От Души», группу «Капоэйра-Краснодар (Cordao de Ouro), студию восточного танца «Феникс», танцевальную студию Action, творческий коллектив ДК ЖД станции Краснодар «Кубанские Шотландские танцоры», детский коллектив «Радуга» за прекрасные

выступления в концертной части праздника. Организаторы благодарят поэта Олега Колмычка, прочитавшего впервые участникам праздника свои стихи «Русь Кубанская» и уже любимое стихотворение «Дорога в Туапсе», а также Эрика Когай, Марка Ювко, Марию Матвееву, Алину Мухаметкину, Юлию Жукову, Евгению Третьякову, Алексея Халтурина и Олега Гафиатулина, Екатерину Мандрик, Нино и Лию Шавидзе, Нелли Махитарьянц, Елену Багдасарян, Дмитрия Плотникова, Марию Ковалеву, Ваагна Айрумяна, Андрея Сывороткина, Станислава Битюкова за высокий профессиональный уровень

исполнения концертных номеров праздника. Организаторы праздника выражают искреннюю признательность и благодарность заместителю председателя Исполнительного комитета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Глуценко Г.В., директору школы № 8 Цимбал Л.И., председателю Краснодарского Совета ветеранов Рыбалко И.А., а также Нико Чикала, Евгению Черкалину, Анатолию Бузыкину, Александру Мионову, Артему Глуценко, Денису Омельченко, Елене Фонтокиной, Виктору Лебедеву за содействие и участие в организации и проведении праздника.

## Ψ СТАТЬЯ НОМЕРА

# ТЕРАПИЯ ПРИВЯЗАННОСТЕЙ

Елена Пономаренко, г. Новороссийск

Что такое воображение, действительность, истина?  
 Действительность – это воображаемое нами?  
 Или то, что мы воображаем, становится  
 Действительностью?  
 Тогда что такое истина?

Для метафор, на мой взгляд, не существует границ. Они везде и повсюду, в яви и во снах... В этот раз предлагаю поразмышлять об одной из них:

### «СВЯЗЬ»

Задумаемся на минутку о том, как мы «связываемся» и «привязываемся». Как порой прилагаем усилия к тому чтоб «отвязаться», будучи зачастую «связанными по рукам и ногам». И, если продолжить мысль, так страстно стремимся «подтянуть» и/или «оттянуться»...

Что это за нити, протянутые между нами? Почему одинаково легко «привязаться» к человеку, домашнему питомцу, вещи?.. Почему «разрыв» отношений иногда вызывает боль одиночества, а иногда – радостное ощущение свободы?

Много мыслей и воспоминаний?..

Настало время предыстории.

Однажды, предложив клиенту изобразить «привязанность» натуральным образом протянув нить от себя к предмету, олицетворяющему объект наших изысканий, я была поражена глубине переноса метафорического образа.

В следующий раз я опробовала нити во время написания практической части дипломной работы. (Тема работы заключалась в разрешении взрослых конфликтов игровыми методами.) В группе сотрудников маленькой частной организации возник конфликт и разделил коллектив надвое. Когда участники эксперимента провели нити предпочтений друг к другу, всем стала ясна картина происходящего. Конфликт был исчерпан в тот же день, обошлись без увольнений, Л. – инициатор конфликта, нашла конструктивный вариант привлечения к себе внимания и повышения своего статуса: она стала автором проекта расширившего спектр услуг и принесшего прибыль их маленькой компании.

Далее эта методика применялась мною в кризисном центре для женщин, подвергавшихся насилию в семье. Прошедшие через тренинг значительно быстрее переключались с переживания деструктивных отношений на изменения и будущее.

Интересный эффект был получен на курсах повышения квалификации кадровиков. В числе курсантов присутствовали студенты интересовавшиеся темой командообразования. Когда

группе было предложено изобразить демократический стиль управления и с помощью нитей провести информационные потоки, результатом стала наглядная картина авторитарного администрирования. В качестве блоков информации использовались маленькие кольца равного размера, не имеющие способности проходить друг сквозь друга – курсантам стали очевидными причины «заторов», «блокировки» и подмены информации.

Теперь о самой методике.

### Материалы и оборудование

- 2 листа бумаги формата А4;
- лист копировальной бумаги;
- ручка или простой карандаш;
- нити, ленты, шпагаты различного цвета и фактуры (длина каждой min 3 метра на одного участника);
- ножницы.

### Ход работы

#### 1. Договор

Договор с клиентом я заключаю устно.

«Я беру на себя ответственность за:

- точность проведения работы, последовательность и внимание к Вашему состоянию;
- «техническую» безопасность во время работы (для этого мы вводим правило «СТОП»).

Вы берете на себя ответственность за глубину «погружения» в процесс: чем поверхностнее работа, тем мельче результат.»

На неизменности договора не настаиваю, вариации его зависят и от клиента и от консультанта, проводящего сессию.

#### 2. «Атом мира»

Клиенту предлагается на листе бумаги простым карандашом или ручкой изобразить «атом мира» и объекты, привязанность к которым мы намереемся изменить в данной сессии.

Рекомендую использовать двойной лист с копировальной бумагой между ними. Это дает возможность более достоверно отследить степень нажима и, следовательно, эмоциональное вложение в исследуемые отношения.

#### 3. Погружение.

Клиенту предлагается «проявить» те свои достоинства и особенности, которые, по его мнению, ценятся окружающими. И изобразить на себе, с помощью нитей и лент разного цвета и фактуры.

По моим наблюдениям, как правило, клиенты выделяют душевность повязкой из розовой или золотистой шелковистой



ленты вокруг груди, уверенность в себе – лентами коричневых тонов вокруг ног. Уже на этом этапе иногда возникает возможность и потребность корректировки. Делать её на данном этапе или во время основной работы – зависит в первую очередь от желания клиента и во вторую – на усмотрение консультанта. Но в обязанности консультанта входит обратить на этот нюанс внимание клиента.

#### 4. Основная работа.

В соответствии с рисунком «Атома мира» в помещении выбираются предметы (мебель, техника или др. части интерьера) олицетворяющие объекты из рисунка. Между ними и тем, что выделил в себе клиент, проводится нить, по фактуре, толщине и цвету соответствующая данным отношениям (выбирает и привязывает клиент). На основе полученного пространства производятся изменения желаемые клиентом.

На данном этапе основной задачей консультанта является метафорическое озвучивание происходящего. Например: М., помимо всего прочего, выделил в себе «холодный независимый ум», повязав голубую ленту вокруг головы. Далее, впечатляющее количество объектов «привязывалось» именно к «уму», ставя клиента в позицию значимого и особенного. Видя физический дискомфорт от такого количества нитей, я задала ему вопрос: «Это важно иметь столько всего «на голову»?». Переоценив ситуацию, клиент принял решение переключить общение на другие сферы и перевязал нити с комментарием: «Пусть живут своим умом.». При проверке на экологичность решения: «А как же Ваш профессиональный опыт и передача его новому поколению? Может оставить?», ответил: «Я никуда не уйду, спросить меня всегда можно – отвечу с удовольствием! Но зависеть от этого не хочу и не буду. Пусть общение с ними станет другим и разным.»

Заканчивается работа, когда клиент сочтет изменившуюся картину своего мира комфортной.

#### 5. Выход.

Завершение работы я делаю двумя способами:

- разотождествление;
- разотождествление + «прогулка к месту силы».

Первый вариант упрощенный. «Ты не \_\_\_\_, а просто ленточка \_\_\_\_ цвета» проговаривает сам клиент. Консультанту следует четко отслеживать, чтобы эта «волшебная» фраза была сказана КАЖДОМУ предмету, который был задействован в работе. Увы, не все клиенты осознают важность этого шага и ближе к завершению устают от проговаривания и стремятся снять завязочки раньше произнесения слов.

Второй вариант – продолжение первого. Клиенту предлагает с закрытыми глазами найти в помещении место своей «силы», побыть там, «напитаться силой» (фон – спокойная медитативная

музыка). Завершается прогулка глубоким вздохом, глаза раскрываются со словами: «Я свободен/дна!». Этот вариант я предлагаю клиентам, которым требуется дополнительный ресурс к началу активных действий. Таковыми, в частности, были клиентки центра для женщин, подвергавшихся бытовому насилию.

#### Экология и Техника безопасность

Из-за медленного темпа работы не стоит за один раз рассматривать взаимоотношения с большим количеством объектов. Если у клиента потребность разобраться во взаимоотношениях «со всеми», можно рассматривать группы как один объект, например «Работа» или «Семья». В таких запросах важнее бывает рассмотрение общего распределения внутренних ресурсов клиента. Когда имеет место запрос о взаимоотношениях с группой лиц и одним из этой группы, допустим вариант рассмотрения группы как объект № 1 и конкретного лица как объект № 2. Например: «Работа» и «Сослуживица Л.»

Сессию я провожу постепенно и с минимальной скоростью, обращая внимание клиента на нюансы складывающейся картинки. Каждую процедуру, каждое действие с нитями предлагаю клиенту проговаривать, обсуждаю возможные последствия альтернативные варианты.

К услугам ножниц («Психолог»/«Судьба») лучше прибегать лишь в самом крайнем случае. И, если есть возможность не задевать их вовсе, развязывая каждый узел.

Всю работу, все действия с нитями производит сам клиент, консультант лишь сторонний арбитр, поддерживающий фактор, дополнительная пара глаз и страховочная лонжа.

Правило «СТОП» необходимо в момент поспешного принятия решения клиентом и звучит примерно так: «Давайте остановимся и еще раз подумаем: Что Вы собираетесь сделать?, К чему это приведет?».

И некоторые *метафоры*, найденные в ходе работы:

Количество *узелков* и *оборванных нитей* рассказывает о степени травматичности отношений.

*Усилия*, прилагаемые и требуемые для *завязывания* и *развязывания* узелков – говорят о степени эмоционального вложения в отношения.

Частое *применение ножниц*, как правило, демонстрирует желание избежать ответственности, поспешность в принятии решений и склонность к привлечению в конфликт сторонних сил.

В конце работы многие клиенты отмечали, что *предметы*, которые они выбирали, внешне очень точно *соответствуют характеру* тех, кого олицетворяли.

В заключении позвольте поблагодарить за внимание и сказать, что я открыта для обсуждения своего скромного опыта. С удовольствием отвечу на письма по e-mail: lesnaya\_dacha@mail.ru.

## П С О ВКУСНОЙ И ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ

# ВСТРЕЧИ С СОБОЙ

Вот уже скоро год, как Центр психолого-педагогической помощи города Новокузнецка еженедельно проводит цикл занятий по «Терапии творческим самовыражением» для людей с ограниченными возможностями в ЦГБ им. Гоголя.

Мы сотни, тысячи раз говорим «все люди разные», мы пишем об этом статьи и книги, и все равно не до конца осознаем смысл этих слов. Вновь и вновь сталкиваясь с другим человеком, удивляемся – почему он рад, увидев всего лишь распускающуюся ромашку, отчего то, что приводит нас в недоумение,

вызывает у него восторг?! И «сто тысяч почему» возникает у нас каждый день, и бьемся мы, пытаемся ответить на главный вопрос – почему этот человек такой? Один из интереснейших способов найти ответ, заключен в авторском методе профессора М.Е. Бурно «Терапия творческим самовыражением». Глав-

ная идея метода – прочувствовать свой характер и характер другого человека, но не в сухо-схематической неподвижности теорий и моделей, а в живом творческом самовыражении, которое всегда проникнуто целительным вдохновением.

И вот каждый понедельник в уютном конференц-зале городской библиотеки им. Гоголя собирается группа ребят интересующихся и увлеченно дискутирующих о картинах Дали, о характере Шишкина, обсуждающих Гребенщикова и Охлобыстина, и еще и еще, десятки личностей. Судьбы, характеры других людей мы изучаем, прежде всего, для того, чтобы лучше понять себя. Наша группа объединяет совершенно разных людей с различными ограничениями здоровья, с различным жизненным опытом и взглядами на происходящее. Первое наше удивление сказывается в том, что вдруг понимаешь: представленные произведения вызывают совершенно разную реакцию, и твои друзья говорят совершенно неожиданные вещи. Это сильное чувство, когда вдруг осознаешь, что твоё ощущение, переживание принадлежат только тебе.

Нашим проводником в мир характеров стала психолог Центра психолого-педагогической помощи Ирина Юрьевна Курбатова. Благодаря её тонкой работе с группой, чуткому подходу к каждому её участнику, у нас есть уникальная возможность погрузиться в палитру характеров, ощутить контуры своего Я.

Особенность нашей группы – в присутствии в ней ребят, имеющих нестандартное, порой не укладывающееся в рамки нормы, мышление. В процессе работы группы стала очевидной способность ребят с такими диагнозами, как умственная отсталость и задержка умственного развития, взаимодействовать и работать в коллективе, формулировать и высказывать свои впечатления. Поэтому, каждое занятие нашей группы приобретает особое настроение, своеобразие высказываемых представлений помогает нам увидеть больше граней, делает нас ещё свободнее. Мы учимся понимать и принимать инаковость другого, но не только путем изучения научных, популярных работ, а непосредственно общаясь с людьми с иным мышлением. Ребята с интеллектуальными нарушениями находятся в постоянной коммуникационной изоляции, их не слышно. Надо признать честно, чаще всего их и не хотят услышать. На мой взгляд, в большинстве случаев в нашей группе удаётся создать пространство диалога и взаимного слушания. Это пространство даёт возможность ощутить свою нужность людям, природе и выразить себя, тем, кто пока, не может этого сделать в условиях современного общества.

Находиться и работать в группе очень увлекательно. Слушая другого участника, можно заметить то, на что сам внимания не обратил, чего не понял или не захотел понять. Глядя на других, слушая, иные мнения, отражающие твои собственные мысли, переживания или не отражающие, яснее узнаешь себя, всё четче начинаешь чувствовать себя собою. По дороге самооткрытий идти, конечно, нелегко, возникает желание, вглядевшись в свой характер, видеть лишь позитивные его черты, что конечно, далеко от реальности. Но, все же, встре-

тившись со своим Я, ощущаешь свободу и уверенность во всем окружающем тебя пространстве, ведь теперь знаешь, кто ты, чувствуешь, где твое. Это так просто – бежать не от себя, а идти к себе, двигаться дальше в себя. не пытаюсь себя сломать, а помогая себе, не бояться и не стесняться своего счастья, погружаться в Свет и дарить другому радость, творить. В этом и есть волшебство Терапии Творческим Самовыражением.

Каждый участник нашей группы проходит свой путь, и делает выводы соответственно своему Я. Просматривая темы первых занятий, вдруг ясно понимаешь, что ты и твои коллеги по группе уже не те, что в начале пути. Сильнее. Свободнее. Преображение происходит на глазах. Вот, например, девушка, двадцати семи лет с диагнозом детский церебральный паралич, начавшая посещать группу, в позиции наблюдателя, порой высказывавшая негативные, пессимистические оценки, стала динамично развиваться, становится активным и понимающим участником группы. Изменилось в ней многое – появился позитивный настрой (чаще теперь хорошее настроение), произошло смягчение стиля и тона речи, манера одеваться стала более женственной, романтичной, появились аксессуары, придающие легкость и элегантность всему её образу. Но, прежде всего, изменилось отношение этой участницы группы к самим занятиям. Девушкой проведено и разработано занятие по двум персоналиям – Принцессе Диане и Ирине Слуцкой, представлены собственные стихи, посвященные этим героиням. Кроме того, еще одно занятие проведено по фильму «Король говорит», предложенному девушкой, она провела увлекательную и характерологически выстроенную презентацию фильма. Думаю, что в скором времени нас ждут новые открытия и преобразования.

Полет свободного творчества на основе изучения, посильного постижения своего природного характера, раскрывающий в нас самих себя – вот основной итог наших занятий. Невозможно описать, что именно происходит в душе каждого участника группы. Это можно только почувствовать. Ощутить, что ты, например, стал более открыт, тому, что любишь, что отпустил себя из оков каких-то надуманных правил, чужих игр, собственных страхов. Всё это не твое, и жить в вечном страхе, это тоже не для тебя. Всё ненужное вдруг куда-то исчезло, провалилось – и оказалось, что можно быть собой не только в редкие минуты одиночества, а всегда. И впереди жизнь – дорога, идти по которой легче, доверившись себе.

А пока, мы никуда не спешим, мы получаем знания о характерах каждый создает свою творческую лабораторию, соотнося её только с самим собой. И мы хотим продолжать этот путь узнавания себя и другого, хотим изменяться, становясь самими собой. И поэтому я вновь жду ближайший понедельник, чтобы встретиться с другими участниками группы, чтобы встретиться с собой.

**Специалист по социальной работе Центра психолого-педагогической помощи  
Кира Тельминова  
(г. Новокузнецк)**