



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ Г А З Е Т А

№ 5 (126) МАЙ–2013 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

С ДНЕМ ПСИХОТЕРАПЕВТА!

Дорогие коллеги!

Мы призываем всех, кто связан с нашей специальностью, отмечать День психотерапевта – в последний день мая. Именно 31 мая, теперь уже 28 лет тому назад, Министром здравоохранения Советского Союза был подписан приказ, где психотерапия впервые названа в числе врачебных специальностей нашей страны. И мы празднуем наш профессиональный праздник на границе весны и лета. В последние десятилетия наша любимая профессия бурно развивается и уже давно вышла за пределы медицинских учреждений и врачебной специализации. Психотерапией сегодня занимаются и психотерапевты, и практические психологи, и психологи консультанты. С каждым месяцем растёт количество людей, обращающихся за нашей помощью; развиваются 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! В июле этого года мы подводим итоги нашей работы на Первом

Евразийском конгрессе по психотерапии в Москве! Это будет большой праздник нашей молодой профессии!

Конечно, сегодня, как и всегда, мы готовы к изменениям, планируем и совсем неожиданным. Мы по-прежнему будем заниматься лечением, поддержкой, способствовать развитию наших клиентов и пациентов, членов их семей, групп и общества в целом!

Мы полностью отдаём себя нашей работе, профессионально развиваемся в течение всей жизни, учимся и передаём свой опыт. У нас есть все основания с оптимизмом смотреть в будущее!

Для меня очень важно – поздравить Вас, дорогие коллеги, Ваши семьи, Ваших клиентов и пациентов с грядущим профессиональным праздником! Пожелать оптимизма, нового профессионального взлёта, счастья и покоя вашим семьям и, конечно, крепкого здоровья и благополучия!

Искренне Ваш,

**Президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги,
вице-президент Всемирного совета по психотерапии
и Азиатской федерации психотерапии,
профессор В. В. Макаров.**



ОФИЦИАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

РЕЗОЛЮЦИЯ

III СЪЕЗДА ПСИХОЛОГОВ, КОНСУЛЬТАНТОВ, ПСИХОТЕРАПЕВТОВ И ПСИХИАТРОВ СИБИРСКОГО ФЕДЕРАЛЬНОГО ОКРУГА «ПСИХОТЕРАПИЯ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ПСИХИАТРИЯ В СИБИРИ: СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И ПЕРСПЕКТИВЫ. ВЗГЛЯД В БУДУЩЕЕ»

III Съезд психологов, консультантов, психотерапевтов и психиатров Сибирского Федерального Округа был проведён в г. Новосибирске 3–8 апреля 2013 г. при поддержке Общероссийского совета по психотерапии и консультированию, Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, Министерства здравоохранения Новосибирской области, Департамента по социальной политике и Комитета по делам молодежи Мэрии г. Новосибирска. В числе организаторов Съезда – ряд факультетов и кафедр вузов Новосибирска, государственные и частные организации города. Мероприятия, проходившие в рамках Съезда посетили более 500 человек из Новосибирска, Москвы, Санкт-Петербурга, Иркутска,

а Красноярска, Томска, Омска, Новокузнецка, Кемерово, Астаны, Улан-Удэ, Бийска, Барнаула, Горно-Алтайска и других городов России и ближнего зарубежья.

3 апреля 2013 года состоялось пленарное заседание Съезда. Почетные председатели: Короленко Ц. П., Макаров В. В., Решетников М. М., Завьялов В. Ю. Президиум: Залевский Г. В., Зинина А. И., Ласовская Т. Ю., Овчинников А. А., Осьмук Л. А., Хаснулин В. И., Чепель Т. Л., Лях И. В.

На пленарном заседании Съезда лидеры профессионального сообщества отметили тенденции развития в сфере психотерапии,

психиатрии и психологического консультирования в СФО и обозначили наиболее актуальные проблемы:

- необходимость объединения профессиональных сил для повышения качества работы в психологическом и бизнес консультировании, психотерапии, психиатрии;
- четкое определение границ компетенции профессионалов разных областей;
- обеспечение коммуникации между ними для консолидации профессионального сообщества и повышения его эффективности;
- развитие системы подготовки специалистов;
- совершенствование системы профессиональных стандартов и системы контроля качества работы специалистов;
- формирование устойчивой системы коммуникаций профессионального сообщества с широкой общественностью.

В работе пленарного заседания приняли участие более 250 человек, из них 50% – специалисты сферы психиатрии, психотерапии, психологического консультирования, 35% – студенты психологических и медицинских факультетов, интерны, 8% – преподаватели вузов, 7% – бизнес консультанты, предприниматели, юристы и представители других специальностей.

4 апреля 2013 года в рамках Съезда прошла Межрегиональная научно-практическая конференция «Психотерапия, психиатрия, психологическое консультирование: актуальность единого профессионального пространства». В работе конференции приняли участие более 500 человек: практикующие специалисты – психотерапевты, психологи, врачи, юристы; руководители и преподаватели психологических факультетов и кафедр педагогики и психологии высших учебных заведений г. Новосибирска, студенты и др.

За день работы конференции проведено 18 секционных заседаний и 2 круглых стола, на которых специалисты делились накопленным опытом и обсуждали актуальные проблемы в своих сферах деятельности. Рассмотрен широкий круг проблем: современные тенденции психиатрии, клинической психотерапии и судебной психиатрии, перинатальной психологии, психологии развития и образования; проблемы начинающих специалистов-психологов; взаимодействие психологии и бизнеса; вопросы реабилитации инвалидов, проблемы современного психоанализа; актуальные проблемы медиации и др.

III Съезд психологов, консультантов, психотерапевтов и психиатров Сибирского Федерального Округа завершился Фестивалем психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ». В течение четырех дней, с 5 по 8 апреля, 30 ведущих мастеров Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги из Москвы, Новосибирска, Омска, Томска, Иркутска, Новокузнецка, Улан-Удэ провели 39 тренингов, семинаров и мастер-классов, посвященных различным аспектам профессиональной психологической практики и самопознания. Ежедневно в тренингах Фестиваля принимали участие около 230 человек, что на 60% больше, чем в 2012 году.

Итоги работы III Съезда психологов, консультантов, психотерапевтов и психиатров Сибирского Федерального Округа представлены ниже в двух тематических разделах.

Основные тенденции в развитии психотерапии, психологического консультирования и психиатрии в Сибирском федеральном округе

- В общей структуре обращаемости актуализируются запросы с детскими проблемами и депрессивными расстройствами, наблюдается увеличение доли личностных расстройств в общей структуре психопатологии.
- Отмечается тенденция междисциплинарного взаимодействия в рамках профессионального сообщества, наиболее активно развивающаяся в Новосибирске.
- Ведется разработка системы научного обеспечения деятельности профессионального сообщества психотерапевтов и психологов-консультантов. Новосибирское региональное отделение Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги устанавливает связи с психологическими факультетами вузов Новосибирска и Томска для организации методологического обеспечения ряда проектов. По итогам работы II Съезда психотерапевтов, психологов и консультантов Новосибирской области (28 марта – 2 апреля

2012 г., г. Новосибирск) выпущен сборник материалов съезда под редакцией д. м.н. профессора В. В. Макарова.

- НРО ОППЛ обеспечивает распространение специализированной научной литературы в рамках профессионального сообщества: на проводимых НРО ОППЛ мероприятиях представлены книги ведущих специалистов, изданные ОППЛ; в рамках III Съезда психологов, консультантов, психотерапевтов и психиатров Сибирского Федерального Округа проведена презентация книг профессора Ц. П. Короленко.
- Отмечена тенденция вовлечения в жизнь профессионального сообщества молодых специалистов, активизация взаимодействия профессионального сообщества психологов с вузами.
- Происходит активное развитие перинатальной психотерапии и психологии, отмечается готовность специалистов внедрять перинатальную культуру в медицинские учреждения.
- Наблюдается повышение интереса специалистов г. Новосибирска к психоаналитической методологии: растет число проводимых в городе мероприятий по психоаналитической тематике; в рамках научно-практической конференции «Психотерапия, психиатрия, психологическое консультирование: актуальность единого профессионального пространства» работали две секции психоаналитической направленности.
- Отмечается активное развитие кататимно-имагинативной психотерапии и арт-терапии в г. Новосибирске и других городах региона.
- В дианалитическом сообществе ведется активное исследование проблем обучения психотерапии, разработана модель обучения психотерапевтов на основе симулятивного тренинга.
- В Сибирском регионе накоплен большой опыт супервизионной работы, в том числе полимодальной групповой супервизии. Отмечается тенденция к углублению понимания практикующими супервизорами динамических процессов, происходящих в полимодальной групповой супервизии. Намечены перспективы повышения качества обучения супервизоров. Все большее количество специалистов осознают важность супервизии для успешного развития своей практики, также можно сказать о повышении значения супервизии в жизни нашего общества за счет повышения эффективности работы психологов.
- Отмечается определенный рост профессионализма психологов, консультантов и психотерапевтов в г. Новосибирске и других городах СФО по сравнению с предыдущими годами.
- Появляются социально значимые практические инициативы, одной из которых является организация центров координации волонтерского движения.
- Отмечается усиление потребности профессионального сообщества психологов, консультантов и психотерапевтов во взаимодействии с органами власти, в силу появления ряда социально значимых практических инициатив.
- Отмечается тенденция к объединению специалистов Новосибирской области с целью обмена опытом и продвижения профессии психолога и психотерапевта в различные слои населения. В профессиональной среде уже присутствует представление о том, что успешность персонального продвижения услуг психотерапевта и (или) психолога зависит от сформированности профессиональной идентичности специалиста и осознания им социальной ответственности в работе. Важную роль в продвижении пси-услуг играют профессиональные сообщества и супервизия успешных случаев практики.
- Отмечается рост популярности тренинговых форматов обучения профессиональному мастерству: в 2013 году на фестивале ПСИ-ФЕСТ в среднем зарегистрировано 230 посещений тренингов в день (рост на 60% по сравнению с 2012 годом).
- В сфере бизнеса и управления присутствует понимание психологии как важного элемента управления людьми и достижения успеха в любой сфере бизнеса: руководители, кадровики и психологи принимают активное участие в мероприятиях, дающих возможность обмена опытом и получения новых знаний в области психологии управления.

В целом, необходимо отметить большой практический опыт, накопленный специалистами Сибирского Федерального Округа.

Вместе с тем важно обозначить наиболее актуальные проблемы, стоящие в настоящее время перед профессиональным сообществом. В итоговых резолюциях секций научно-практической конференции особое внимание уделяется следующим проблемам:

- Одной из наиболее остро стоящих проблем представляется отсутствие возможности получения качественной психологической и психотерапевтической помощи в ряде муниципальных образований и сельских территорий Сибирского Федерального Округа.
- Недостаточно отлажены механизмы взаимодействия между специалистами смежных сфер деятельности (здравоохранения, образования, социальной защиты, сферы оказания психологических услуг и т. п.).
- Отмечается недостаточно высокий уровень готовности выпускников психологических факультетов к практической деятельности в сфере консультирования, при достаточно высоком уровне теоретической подготовки. В связи с этим возникает проблема профессионального развития начинающих специалистов, а также проблема контроля качества их работы.
- Изменение государственных стандартов подготовки специалистов в области психотерапии и психологического консультирования вызывает озабоченность специалистов, осуществляющих обучение.
- Необходимо расширить возможности для повышения квалификации специалистов в ряде территорий Сибирского Федерального Округа.
- Остаётся актуальной проблема разработки и совершенствования системы профессиональных стандартов в сфере психологического консультирования, судебной психиатрии, психологии управления, психологии образования и т. п.
- Система профессионального и социального контроля качества психологических услуг требует дальнейшего развития и совершенствования.
- Отмечена недостаточно высокая эффективность работы психологических служб в чрезвычайных ситуациях.
- При наличии целого ряда ценных и перспективных практических инициатив профессиональное сообщество испытывает недостаток ресурсов для содействия этим инициативам.
- Отсутствует эффективная система коммуникации профессионального сообщества психологов и психотерапевтов с широкой общественностью. При этом профессия в целом имеет слабо выраженный негативный имидж в восприятии ряда социальных групп.
- Отмечена недостаточно высокая эффективность системы научного обеспечения практической деятельности профессионального сообщества психотерапевтов и психологов-консультантов.

Решения III Съезда психологов, консультантов, психотерапевтов и психиатров Сибирского федерального округа

Для решения обозначенных выше проблем приняты следующие решения по ряду направлений:

Междисциплинарное взаимодействие

- Направить усилия профессионального сообщества на организацию продуктивного профессионального партнерства и сотрудничества между специалистами смежных областей (совместные мероприятия, круглые столы, обучающие программы, мастер-классы и т. д.);
- Способствовать организации совместных общественно-профессиональных объединений для экспертизы качества предоставляемых психотерапевтических, психологических и психолого-педагогических услуг с целью повышения уровня социального контроля в данной сфере услуг;
- Способствовать организации мероприятий, направленных на установление взаимопонимания между представителями разных школ и модальностей;
- Способствовать созданию системы взаимодействия между психологами системы образования и клиническими психологами и психотерапевтами;
- Расширить практическую часть съездов и конференций в СФО и увеличить продолжительность работы секций; улучшить

систему информирования специалистов о проведении таких мероприятий;

- Провести вторую «Битву за медиацию» – мероприятие игрового формата, апробированного осенью 2011 г. и получившего положительный резонанс, как у юристов, так и у психологов, психотерапевтов и консультантов;
- Способствовать продвижению профессиональных медиаторов ОППЛ в юридические компании, банки, бизнес-сообщества;
- Способствовать разработке системы согласования деятельности специалистов по вопросам правопреемственности проведения судебно-психиатрических экспертиз;
- Способствовать исследованию возможностей применения психологического знания в бизнесе и управлении.

Научная деятельность

- Способствовать усилению научной и аналитической составляющей профессионального сообщества психотерапевтов и психологов-консультантов;
- Совершенствовать систему взаимодействия с факультетами и кафедрами психологических и медицинских вузов для обеспечения методологического сопровождения существующих проектов и новых практических инициатив.

Стандарты и контроль качества

- Способствовать организации мероприятий с целью обсуждения профессиональных стандартов в сфере психологического консультирования, социальной работы, психолого-педагогической деятельности;
- Способствовать проведению встреч, собраний, конференций государственных и негосударственных экспертных учреждений с целью создания стандартов методик проведения экспертиз, разработки способов их фиксации и проверки соблюдения;
- Внедрять систему супервизии практики в сфере помогающих профессий;
- Способствовать разработке программы реабилитации специалистов психологов и психотерапевтов, работающих с травмой, в чрезвычайных ситуациях;
- Расширить обсуждение проектов законов о психотерапии и о психологической помощи в профессиональном сообществе.
- Обучение
- Способствовать организации сотрудничества психологических факультетов вузов с практикующими организациями, оказывающими первичную и специализированную психологическую помощь;
- Согласовывать и налаживать сотрудничество с вузами нашего города, с целью взаимодействия по различным проектам, а именно, обучающим программам практического характера, личностно-терапевтическим программам, супервизионным программам;
- Способствовать организации повышения квалификации для специалистов социальной сферы;
- Способствовать разработке и внедрению обучающих программ, ориентированных на универсальные принципы работы с клиентом (полимодалная парадигма);
- Способствовать внедрению в обучающие программы психоаналитического знания как необходимой составляющей основы психологического образования.

Коммуникация и связи с общественностью

- Содействовать созданию информационного пространства для общения специалистов (печатные издания, интернет-сайты);
- Направить усилия профессионального сообщества на формирование привлекательного имиджа профессии через социальную рекламу;
- Способствовать распространению информации об экстренных службах психологической помощи; рекомендовать включить в ежедневники телефоны доверия для детей и подростков;
- Формировать систему взаимодействия профессионального сообщества психологов, консультантов и психотерапевтов с органами власти;
- Увеличить информационные усилия с целью ознакомления с профессией медиатора и привлечением в ее ряды, как состоявшихся специалистов других направлений, так и молодёжь; разработать

инновационные продукты для ознакомления молодежи с перспективами профессии медиатора.

Базы данных

- Создать единый реестр психологов и психотерапевтов г. Новосибирска и Новосибирской области, а также специализированные реестры; рекомендовать создание аналогичных реестров в других городах Сибирского Федерального Округа;
- Сформировать реестр психотерапевтов Новосибирской области для возможности улучшения диспетчерской работы педагогов-психологов школ;
- Создать реестры личных терапевтов, центров, где есть возможность получать личную терапию для молодых специалистов;
- Сформировать единый региональный реестр профессиональных медиаторов (как часть общего реестра профессиональных медиаторов ОППЛ), дающий полномочия презентовать специалистов органам, заинтересованным в работе профессионалов-медиаторов;
- Сформировать реестр психологов, готовых участвовать в координации волонтерского движения.

Инициативы

- Фиксировать перспективные практические инициативы и искать возможности для оказания им поддержки;
- Оказать поддержку практическим инициативам сообщества арт-терапевтов:
 1. Содействовать созданию региональной ассоциации арт-терапии сибирского региона (Сибирская ассоциация арт-терапевтов) при ОППЛ.
 2. Рекомендовать расширение использования арт-терапии в медицинских центрах, при сопровождении соматических больных;
 3. Рекомендовать использовать арт-терапевтическую художественную практику в рамках организаций психологического сопровождения, обучения в дошкольных и школьных учреждениях;
 4. Способствовать созданию возможностей для подготовки специалистов в области игровых технологий;
 5. Рекомендовать к выпуску учебное пособие по арт-терапии (практикум) при участии желающих авторов сибирского региона.
- Оказать поддержку развитию дианализа. Ниже приводится краткая резолюция круглого стола «Новый подход в образовании психотерапевта и психолога-консультанта», проведенного дианалитическим сообществом в рамках научно-практической конференции «Психотерапия, психиатрия, психологическое консультирование: актуальность единого профессионального пространства»:
 1. Методы психотерапии не «плодятся», не возникают заново, а трансмутируют в процессе передачи знания, происходит трансформация исторически сложившихся методов психотерапии – приспособление метода к проблемам новых поколений. Это предполагает возникновение значительных трудностей при подготовке психотерапевтов, требуется гибкость в процессе освоения методов психотерапии.

2. Дианализ представляет собой не модальность, а способ обучения психотерапии, в котором используется метатеоретический подход к антропологическим проблемам, вырабатывается способность психотерапевта к самостоятельному мышлению и самокоррекции ошибок в процессе консультирования и терапии. В дианализе есть опыт проработки новой модели обучения психотерапии на основе симулятивного тренинга, в котором упрощение модели клиентской проблемы происходит без потери сложности человеческих переживаний. Принципиальным является отделение носителя проблемы (с характерными «личностными расстройствами» и иными дефектами психики) от самой проблемы, которая требует своего решения.
- Содействовать реализации инициативы волонтерского движения:
 1. Провести опрос сотрудников муниципальных учреждений с целью выявить специалистов, готовых участвовать в волонтерских программах;
 2. Разработать Положение о волонтерской работе и согласовать его со всеми субъектами;
 3. Привлечь к сотрудничеству аппарат власти в лице министра образования;
 4. Разработать систему обучения специалистов, обеспечить контроль и супервизию качества обучения;
 5. Создать Центр координации волонтерского движения и специализированный фонд поддержки волонтеров;
 6. Создать единый штаб волонтеров экстренного реагирования в случае чрезвычайной ситуации;
 7. Создать систему подготовки специалистов по работе с травмой, со случаями суицида;
 8. Организовать регулярный бесплатный прием для оказания экстренной психологической помощи на базе центра «Родник» в г. Новосибирске;
 9. Обеспечить информационную поддержку волонтерскому движению;
 10. Создать мультфильм о психологе, психиатре, волонтере для популяризации этих специальностей и снижения их стигматизации.
 - Оказать поддержку практическим инициативам сообщества перинатальных психологов: рекомендовать внедрение перинатальной психологии в медицинские и образовательные учреждения г. Новосибирска.
- Главным итогом III Съезда психологов, консультантов, психотерапевтов и психиатров Сибирского Федерального Округа можно считать определение социально значимых задач для профессиональных сообществ и обозначение перспектив их развития. В качестве значимых ориентиров Съезд обозначил качественное понимание границ компетенции и взаимообогащающий диалог профессионалов разных областей сферы ментального здоровья и качества жизни для усиления их социального влияния в процессе построения гражданского общества.



БОЛЬШИЕ СОБЫТИЯ

НАВСТРЕЧУ ПЕРВОМУ ОБЪЕДИНЕННОМУ ЕВРОАЗИАТСКОМУ КОНГРЕССУ ПО ПСИХОТЕРАПИИ!

3–8 апреля в Новосибирске состоялся III Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов Сибирского Федерального Округа «Психотерапия, психологическое консультирование и психиатрия в Сибири: современные тенденции и перспективы. Взгляд в будущее».

Съезд стал чередой ярких интереснейших событий, организаторами которых выступила Общероссийская Профессиональная

Психотерапевтическая Лига (ОППЛ), и в первую очередь Новосибирское региональное отделение ОППЛ.

В целом все мероприятия Съезда посетили более 500 человек. География съезда – Новосибирск, Москва, С-Петербург, Иркутск, Красноярск, Томск, Омск, Новокузнецк, Кемерово, Астана, Улан-Удэ, Бийск, Барнаул, Горно-Алтайск и другие города России и ближнего зарубежья.

Работа Съезда началась 3-го апреля с традиционного пленарного заседания, в числе спикеров которого выступили такие признанные лидеры и эксперты, как: **Короленко Цезарь Петрович** (Новосибирск), профессор кафедры психиатрии и наркологии НГМУ, член-корреспондент СО РАН высшей школы, заслуженный деятель науки, действительный член Нью-Йоркской академии наук, почетный член ОППЛ, д. м. н. **Завьялов Владимир Юрьевич** (Новосибирск), психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, руководитель группы научной валидации психотерапии лаборатории психофизиологии НИИ физиологии СО РАМН, председатель научного совета института Дианализа, эксперт Национальной Медицинской Палаты в области психиатрии, д. м. н., профессор.

Использование электронных средств связи сделало возможным услышать мнения **Макарова Виктора Викторовича** (Москва), президента Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, вице-президента Всемирного совета по психотерапии, д. м. н., профессора. И **Решетникова Михаила Михайловича** (Санкт-Петербург), президента Европейской конфедерации психоаналитической психотерапии, председателя Общероссийского совета по психотерапии и психологическому консультированию, к. м. н., д. пс. н., профессора.

Состоялась презентация новых книг Цезаря Петровича Короленко, была возможность приобрести экземпляры с автографом автора, что вызвало особую благодарность участников и даже некоторый ажиотаж. Сейчас упомянутые книги можно приобрести в НРО ППЛ.

На пленарном заседании присутствовало более 250 человек: психологи, студенты и интернов, врачи психиатры и психотерапевты, преподаватели, бизнес-консультанты, а также предприниматели, юристы и представители других специальностей.

А вечером 3 апреля 2013 года в впервые в истории Новосибирска и ОППЛ был дан Первый Сибирский БАЛ психотерапевтов, который прошел в венском стиле с соблюдением строго дресс-кода. Гости танцевали и веселились от души.

Во второй день 4 апреля профессионалы и интересующиеся профессией имели возможность принять участие в работе межрегиональной научно-практической конференции «Психотерапия, психиатрия, психологическое консультирование: актуальность единого профессионального пространства», а это 18 разнообразных тематических секций и 2 круглых стола, это доклады, вопросы, прения, споры и новые точки зрения.

Вход на пленарное заседание и конференцию был и остается свободным для всех желающих.

Практическая часть работы Съезда была продолжена с 5 по 8 апреля Фестивалем психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ».

30 ведущих мастеров Профессиональной Психотерапевтической Лиги из Москвы, Новосибирска, Омска, Томска, Иркутска, Новокузнецка, Улан-Удэ провели 39 вдохновляющих, удивительных, незабываемых тренингов, семинаров и мастер-классов.

В этом году на фестивале ПСИ-ФЕСТ в среднем зарегистрировано 230 посещений тренингов в день. Популярность такой формы растет среди профессионалов и населения.

Завершились апрельские события феерической закрытой (только для преподавателей и участников ПСИ-ФЕСТа) вечеринкой «Весеннее обострение» в Бар-клубе «Guevara» с вручением призов, сертификатов, живой музыкой, танцами, играми и розыгрышами.

Трое участников фестиваля стали счастливыми обладателями путевок на декадни ОППЛ в Москве, Горном Алтае и на оз. Байкал.

Организационный комитет Съезда благодарит партнеров, и в первую очередь главного информационного партнера – портал Самопознание.ру, Кафедру психологии ФГБОУ ВПО СИУ РАНХиГС при Президенте РФ (СибАГС), МКУ «Родник» Структурное Подразделение «АЛИСА».

Также неоценимую поддержку оказали:
Комитет по делам молодежи Мэрии г. Новосибирска
Факультет клинической психологии НГМУ
Кафедра психологии личности и специальной психологии ГОУ ВПО НГПУ

ЧУДО «Первый университет профессора В. В. Макарова»
Институт дианализа
Авторская школа-мастерская интегральной гуманистической психотерапии (Школа Криндачей)

Межрегиональная общественная организация содействия развитию символдрамы – Кататимно-имагинативной психотерапии (МОО СРС КИП)

ООО «Клиника Инсайт»
МКУ «Родник» Структурное Подразделение «ВИТА»
Портал Все тренинги.ру
Рекламное агентство «Артикул»
ООО «БИС-Новосибирск»
Бар-клуб «Guevara»

Сеть магазинов «Бук-лук», магазины «Капитал», «Джаганат»
Следующая, важнейшая встреча психологов, психотерапевтов и консультантов состоится в Москве 5–7 июля на **Первом Объединенном Евроазиатском Конгрессе «Психотерапия без границ: прошлое, настоящее и будущее».**

А в Сибири – на **IX межрегиональном декаднике психотерапии и консультирования, коучинга и развития ментальной экологии «Источники успеха»** в Горном Алтае 11–19 июля 2013 года!

До встречи в Москве и на Алтае!!!

V ПРИЧЕРНОМОРСКИЙ ДЕКАДНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПСИХОТЕРАПИИ «ВОЗВРАЩЕНИЕ В ПИОНЕРСКОЕ ПРОШЛОЕ»

Итоговый пресс-релиз

Со 2 по 8 мая в Анапе в культурно-оздоровительном центре «Премьера» прошел V Причерноморский Декадник профессионального консультирования и психотерапии «Возвращение в пионерское прошлое».

Организаторы Декадника – Общероссийская Профессиональная психотерапевтическая Лига (Москва) и Центр психологии и бизнес консультирования «Логос». (Краснодар).

В Декаднике приняли участие гости из разных уголков России. Культурно-оздоровительный центр принял около 170 участников из Москвы, Майкопа, Краснодара, Ростова-на-Дону, Смоленска, Челябинска, Екатеринбурга, Кисловодска, Иркутска, Ессентуков,

Волгограда, Новороссийска, Сочи и многих других городов России, ближнего и дальнего зарубежья.

Декадник открыла конференция «Социальные и социально-психологические основы ускорения темпов развития психотерапии, практической и консультативной психологии на юге России».

За время работы V Причерноморского Декадника участники прослушали 5 лекций, посетили 18 тренингов и 33 мастер-класса.

Второй и третий день работы Декадника начинались утренней медитацией «Океан» на берегу моря, которую проводил с участниками В. В. Макаров – доктор медицинских наук, профессор, зав. Кафедрой психотерапии и сексологии ГУ ДПО Российской

мед. Академии последипломного образования, действительный член и президент ОППЛ РФ, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и Единого Всемирного реестра профессиональных психотерапевтов (Москва). Далее утреннюю медитацию проводил В. М. Шмаков.

На декаднике прошла работа Профессиональной полимодальной супервизионной группы под руководством Шмакова В. М. – психолога, психотерапевта единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра, действительного члена ОППЛ, сертифицированного консультанта национальной аккредитации, официального преподавателя международного уровня и аккредитованного супервизора практики ОППЛ (Челябинск).

Большой популярностью пользовались ночные марафоны «Пространство любви» Макарова В. В., Кашеварова В. В. – врача-психотерапевта Городского врачебно-физкультурного диспансера; преподавателя оздоровительного и медицинского массажа, преподавателя БЭСТ-массажа, преподавателя Карт Таро, целителя Рейки. (Екатеринбург) «Ночной марафон по БЭСТ-массажу», Шмакова В. М. «Медитативные и огненные практики», «Тибетские притчи».

Для участников также работали секции Кинезиология, Психозкология, секция практической психологии, а также терапевтическая группа «Восстановление семьи» Есельсона С. Б. – руководителя Со-

вета Международной школы экзистенциального консультирования (МИЭК), члена Британского общества экзистенциального анализа, члена Восточно-Европейской Ассоциации экзистенциальной терапии (Ростов-на-Дону).

В рамках работы Декадника круглые столы «Психологическое волонтерство в России» и «Декадники ОППЛ. Прошлое, настоящее, будущее» для гостей провела Силенок И. К. – психолог, бизнес тренер, мастер НЛП, вице-президент Общероссийского Совета по психотерапии, Председатель Совета по психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, Вице-президент, действительный член, и преподаватель ОППЛ, официальный представитель ЦС ППЛ в ЮФО РФ? директор центра психологии и бизнесконсультирования «Логос» (Краснодар),

На протяжении всего Декадника детские психологи Арсеньева А. Ю. и Нечитайло Е. С. проводили занятия с детьми участников Декадника.

Завершился V Причерноморский Декадник профессионального консультирования и психотерапии «Возвращение в пионерское прошлое» работой круглого стола «Декадники ППЛ – прошлое, настоящее, будущее».

Подробный отчет о декаднике – смотрите в следующем номере нашей газеты.



КОМИТЕТ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПРИЗНАНИЯ И НАГРАД ППЛ

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ АВТОРСКИХ МЕТОДИК (ДОКАЗАТЕЛЬНАЯ РЕГИСТРАЦИЯ)

На соискание авторского свидетельства Профессиональной психотерапевтической лиги

Название методики: Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ

Автор методики: Александр Лазаревич Катков, д. м.н., профессор

Описание методики

Цели применения: Основная группа пациентов, в отношении которых используется метод стратегической полимодальной психотерапии, – зависимые от психоактивных веществ (алкоголь, наркотики, токсические вещества), лица, входящие в группу повышенного риска по данному профилю.

Показания: При незначительной модификации метод может использоваться для лечения лиц с деструктивными формами психологической зависимости (игромании, компьютерная зависимость).

Стратегическая полимодальная психотерапия может выступать в качестве единственного метода терапии (например, в программах амбулаторного лечения, противорецидивной и поддерживающей терапии зависимых от ПАВ), а также – в комплексе с другими технологиями лечения и реабилитации зависимых от ПАВ, совместимыми по своим принципиальным позициям.

Противопоказания/ограничения: Противопоказаниями, помимо общих противопоказаний к психотерапии, в данном случае являются: состояние алкогольного опьянения, тяжелые формы абстиненции, выраженная декомпенсация психопатоподобных и психопатических проявлений, выраженная интеллектуальная недостаточность, категорический отказ пациента от участия в соответствующей реабилитационной или терапевтической программе.

Краткое описание

Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ представляет собой нозоспецифический сегмент полимодальной психотерапии (автор термина профессор В. В. Макаров), которая, в свою очередь, является одним из научно-обоснованных и аргументированных вариантов интегратив-

ного и эклектического направления в психотерапии. В силу этих и других причин (таких, например, как наличие определенного макротехнологического, метатехнологического, собственно технологического содержания; оригинальных принципов построения и реализации основных терапевтических стратегий) мы рассматриваем стратегическую полимодальную психотерапию как самостоятельный метод, в наибольшей степени соответствующий специфике клиентской группы зависимых от ПАВ.

Научная разработка метода, исследование границ эффективности его применения проводились в период с 2001 по 2010 г. в рамках отдельного проекта по разработке научно-практического направления интегративной и эклектической психотерапии (основные исполнители – кафедра психотерапии, психиатрии-наркологии, клинической и консультативной психологии Республиканского научно-практического центра медико-социальных проблем наркомании, руководитель – профессор А. Л. Катков; кафедра психотерапии, медицинской психологии с курсом сексологии и сексопатологии Российской Академии последипломного образования, руководитель – профессор В. В. Макаров.

1. Показания и формы реализации

Основная группа пациентов, в отношении которых используется метод стратегической полимодальной психотерапии, – зависимые от психоактивных веществ (алкоголь, наркотики, токсические вещества), лица, входящие в группу повышенного риска по данному профилю.

Метод может быть реализован как в индивидуальном, так и групповом формате на всех этапах оказания наркологической помощи: профилактической и первичной наркологической помощи, амбулаторной и стационарной реабилитации, противорецидивной и поддерживающей терапии.

Наиболее эффективным является использование метода в групповом формате, в сочетании со специально подобранными помо-

гающими и развивающими технологиями – консультативными, тренинговыми и другими.

Кроме того, при незначительной модификации метод может использоваться для лечения лиц с деструктивными формами психологической зависимости (игромании, компьютерная зависимость).

Стратегическая полимодальная психотерапия может выступать в качестве единственного метода терапии (например, в программах амбулаторного лечения, противорецидивной и поддерживающей терапии зависимых от ПАВ), а также – в комплексе с другими технологиями лечения и реабилитации зависимых от ПАВ, совместимыми по своим принципиальным позициям.

Противопоказаниями, помимо общих противопоказаний к психотерапии, в данном случае являются: состояние алкогольного опьянения, тяжелые формы абстиненции, выраженная декомпенсация психопатоподобных и психопатических проявлений, выраженная интеллектуальная недостаточность, категорический отказ пациента от участия в соответствующей реабилитационной или терапевтической программе.

Стратегическая полимодальная психотерапия в отношении зависимых лиц на третьем этапе оказания наркологической помощи (этап амбулаторной или стационарной реабилитации) проводится ежедневно по 3–4 часа, в продолжении от 2-х до 4-х месяцев.

На четвертом этапе – противорецидивной поддерживающей терапии – по 2–3 часа, от 3-х до 1 раза в неделю.

На втором этапе – первичной наркологической помощи – длительность терапевтических встреч и общая продолжительность цикла зависит от конкретной формы организации помощи, но в любом случае следует стремиться, как минимум, к еженедельным встречам, продолжительностью не менее 1 часа.

На первом этапе – первично-профилактической наркологической помощи – объем психотерапевтических интервенций может ограничиваться 1–3 встречами, длительностью от 1 до 2,5 часов.

Эффективность стратегической полимодальной психотерапии на третьем этапе наркологической помощи – амбулаторной или стационарной реабилитации зависимых от ПАВ – снижается в случае ограничения длительности общего курса менее 2-х месяцев, а ежедневного времени терапевтических сессий – менее 2-х часов.

Границы эффективности метода, при прочих равных условиях, зависят от уровня компетенции специалиста-психотерапевта как в общих вопросах, так и в области стратегической полимодальной психотерапии.

2. Топография

Топография – т. е. место стратегической полимодальной психотерапии в общей системе координат профессиональной психотерапии – определяется по следующим параметрам:

1) принадлежность к основному ареалу – рассматриваемый метод представляет ареал научно-обоснованных психотерапевтических технологий с доказанной эффективностью;

2) временные форматы – стратегическая полимодальная психотерапия может использоваться во всех временных форматах: экспресс-психотерапии (1–3 терапевтические сессии); краткосрочной (до 10 сессий); среднесрочной (50–100 сессий); долгосрочной психотерапии (свыше 100 сессий);

3) принадлежность к основным направлениям – направление интегративной и эклектической психотерапии;

4) основные формы – стратегическая полимодальная психотерапия реализуется в следующих формах:

- по направленности психотерапевтической активности – аутопсихотерапия, индивидуальная и групповая психотерапия;
- по основным терапевтическим акцентам и контекстам – поддерживающая, развивающая, ориентированная на структурированный технологический процесс психотерапия;

5) основные уровни – стратегическая полимодальная психотерапия реализуется, в основном, на уровне переформирования проблемных паттернов поведения (по К. Г. Юнгу) или на уровне личностной реконструкции (по Б. Д. Карвасарскому);

6) главные психотерапевтические модели, в контексте которых был разработан и реализуется метод стратегической полимодальной психотерапии – психологическая и клиническая модели психотерапии;

7) основные сферы профессиональной деятельности, в рамках которых реализуется данный метод – превентивная психолого-педагогическая практика, медицина (аддиктология, наркология).

3. Актуальные характеристики и особенности метода

Актуальной характеристикой метода стратегической полимодальной психотерапии является то обстоятельство, что данный метод в максимально возможной степени учитывает все сложности работы с контингентом зависимых лиц, к числу которых традиционно относят следующие:

1) типичные характеристики психологической и поведенческой сферы, препятствующие терапевтическим изменениям:

- неустойчивая мотивация, часто меняющаяся под влиянием случайных фактов или обстоятельств, либо отсутствие конструктивной мотивации у существенной части зависимых лиц, вовлекаемых в терапевтические программы под давлением обстоятельств;
- наличие, в силу сказанного, частых реакций сопротивления, оппозиции к реабилитационному режиму, формального отношения к терапевтическому контракту и правилам поведения, прописанным в нем;
- перегруженность деструктивными психологическими защитами;
- часто отмечающиеся признаки неустойчивого настроения, повышенной агрессивности, импульсивности;
- наличие сложностей с длительной концентрацией внимания, повышенная утомляемость, особенно на первом этапе вхождения в терапевтическую программу;
- общая ригидность психических процессов, особенно выраженная у лиц с предшествующей интенсивной и длительной интоксикацией (например, у больных полинаркоманией со стажем наркопотребления от 5 лет и выше);

2) особенности селективной терапевтической активности зависимых лиц, частичное или полное неприятие отвлеченных проблем, прямо не относящихся к сфере актуальных потребностей зависимых лиц; длительная «разговорная» терапия на абстрактные темы обычно сопровождается потерей концентрации, мотивации, пассивными (пациенты «выключаются» из диалога) либо активными (находятся разные предлоги для прекращения терапевтической сессии) протестными реакциями; такие поведенческие реакции в большей степени характерны для резидентов, находящихся на этапе вхождения в терапевтическую программу, но также имеют место и на более поздних этапах:

- предрасположенность к «предметному» – т. е. наиболее иллюстративному и демонстративному способу репрезентации каких-либо проблемных сфер жизнедеятельности;
 - жажда быстрых результатов с характеристиками «чуда», при отсутствии понимания необходимости и готовности к какому-либо существенному вкладу в динамику терапевтических изменений (наличие рентных установок);
 - склонность к подражательному поведению, особенно на первых этапах пребывания в терапевтической программе;
- 3) сложности во взаимодействии «новичков», проходящих этап вхождения в программу, и резидентов, освоивших существенную часть терапевтической программы, в открытых группах.

В первую очередь здесь следует сказать о сложностях выбора между стратегиями ведения резидентов МСР в открытых и закрытых терапевтических группах.

Вариант закрытой группы привлекателен с той точки зрения, что на втором и третьем этапах МСР – основных рабочих фазах – группа не «разбавляется» вновь принятыми пациентами и не снижает набранных темпов терапевтической динамики. Вместе с тем, такой внешне привлекательный вариант чреват другими осложнениями – в этом случае всю тяжесть проведения пациентов через первый этап вхождения в терапевтическую программу приходится брать на себя специалистам-психологам, психотерапевтам, ведущим процесс групповой психотерапии и тренингов. Позитивное ядро в этих условиях может образоваться не так быстро – в продолжении 3–4-х недель – притом что существует вероятность доминирования отрицательно настроенных лидеров, формирующих негативное

ядро группы. В таких условиях фактор подражательного поведения работает недостаточно интенсивно (только лишь позитивного влияния специалиста-психотерапевта здесь недостаточно), либо данный фактор, под воздействием негативного ядра группы, работает против терапевтической динамики. Вероятность последнего варианта развития событий, по нашим данным, соотносится с опережающей вероятностью формирования у групповых терапевтов признаков синдрома эмоционального выгорания, почти неизбежного в данных условиях.

Вариант ведения пациентов в открытых группах привлекателен с точки зрения профессиональной экологии – существенную часть нагрузки по поведенческому компоненту терапии берет на себя позитивное ядро группы, представленное старшими резидентами. Соответственно, риск доминирования отрицательно настроенных лидеров или формирования негативного ядра группы в данных условиях существенно снижается. Но, кроме того, существует возможность утилизации противоречий между терапевтическими предпочтениями резидентов с различным стажем пребывания в программе, которые в полной мере учитываются в стратегии полимодальной психотерапии зависимых от ПАВ;

4) проблемы соотношения психотерапевтических технологий с другими развивающимися практиками (в том случае, если терапия проводится комплексно, например, в рамках программы медико-социальной реабилитации зависимых от ПАВ).

Важным здесь является факт непротиворечивости и взаимопотенцирования используемых технологий, что в полной мере учитывается в стратегии полимодальной психотерапии зависимых от ПАВ,

Методология построения рассматриваемой модальности, в частности, таких узловых компонентов, как идентификация основных мишеней; формирование универсальных и специальных задач; разработка макротехнологического, метатехнологического и структурно-технологического содержания метода – в максимальной степени нацелена, во-первых, на минимизацию вышеприведенных сложностей. А во-вторых – на адекватную утилизацию особенностей терапевтической динамики зависимых от ПАВ.

Исследования эффективности

Данные об эффективности

В специальном фрагменте комплексного исследовательского проекта было проведено изучение сравнительной эффективности традиционных психотерапевтических подходов и разработанной инновационной (с использованием модели двухуровневой развивающей коммуникации) технологии стратегической полимодальной групповой психотерапии, встроенной в стандартную программу медико-социальной реабилитации наиболее тяжелого контингента зависимых от ПАВ – больных героинового наркоманией. В частности, было установлено, что показатели динамики полноценного формирования свойств психологического здоровья-устойчивости к повторному вовлечению в наркотическую зависимость, существенно более высокие в экспериментальной группе (в 2,3 раза выше, чем в контрольной группе), обнаруживали отчетливую и устойчивую положительную корреляцию с длительностью и качеством ремиссии. Так, отсутствие ремиссии в экспериментальной группе наблюдалось в 1,7 раза реже, чем в контрольной. А частота выхода в устойчивую ремиссию (более 12 месяцев) отмечалась в 4,1 раза чаще (30,12% выхода в устойчивую ремиссию против 7,32%). Также для экспериментальной группы были характерны существенно более высокие показатели положительной социальной динамики и качества жизни (А. Л. Катков, Т. В. Пак, Ю. А. Россинский, В. В. Титова, 2003; В. В. Титова, 2004; Ю. А. Россинский, 2005).

Год создания: 2004–2006

Публикации

1. Катков А. Л. Интегративная психотерапия – новые подходы // Психотерапия. – М.: Литера-2000, 2004. – № 8. – С. 23–30.
2. Катков А. Л. Методология комплексного определения эффективности психотерапии зависимых от ПАВ // Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2010. – Т. X, № 1. – С. 34–76.
3. Катков А. Л. Стратегическая полимодальная психотерапия // Ж. Вопросы ментальной медицины и экологии. – Москва – Павлодар, 2012. – Т. XVIII, № 2. – С. 69.
4. Катков А. Л. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ: макротехнологические и метатехнологические подходы: Методические рекомендации. – Павлодар, 2012. – 50 с.
5. Катков А. Л. Структурированные техники стратегической полимодальной психотерапии, используемые в «рабочей» фазе, фазе «завершения» программы медико-социальной реабилитации, а также на этапе противорецидивной и поддерживающей терапии зависимых от психоактивных веществ: Методические рекомендации. – Павлодар, 2012. – 50 с.
6. Катков А. Л. Структурированные техники стратегической полимодальной психотерапии, используемые на этапе первично-профилактической, первичной наркологической помощи и фазе «вхождения» в программу медико-социальной реабилитации: Методические рекомендации. – Павлодар, 2012. – 48 с.
7. Катков А. Л., Титова В. В. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ. Научное обоснование и основные структурные характеристики метода // Психотерапия. – 2012. – № 10 (118). – С. 16–21.
8. Катков А. Л. Ресурсно-ориентированная стратегическая полимодальная психотерапия // Психотерапия. – 2012. – № 12 (120). – С. 75.
9. Катков А. Л. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ // Психотерапия. – 2012. – № 12 (120). – С. 75–76.
10. Катков А. Л. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ: общая методология и научное обоснование // Ж. Вопросы ментальной медицины и экологии. – Москва – Павлодар, 2012. – Т. XVIII, № 4. – С. 9–18.
11. Катков А. Л. Макротехнологическое оформление метода стратегической полимодальной психотерапии зависимых от психоактивных веществ // Ж. Вопросы ментальной медицины и экологии. – Москва – Павлодар, 2012. – Т. XVIII, № 4. – С. 18–24.
12. Катков А. Л. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ с заниженной самооценкой и базисной неуверенностью в себе // Ж. Вопросы ментальной медицины и экологии. – Москва – Павлодар, 2012. – Т. XVIII, № 4. – С. 24–35.
13. Катков А. Л. Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных веществ с неотрагированной обидой и чувством вины на этапе амбулаторной/стационарной реабилитации // Ж. Вопросы ментальной медицины и экологии. – Москва – Павлодар, 2012. – Т. XVIII, № 4. – С. 36–43.
14. Катков А. Л. Структурированные техники стратегической полимодальной психотерапии, используемые в работе с мотивационной сферой зависимых от психоактивных веществ на этапе амбулаторной и стационарной медико-социальной реабилитации // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 12–17.
15. Катков А. Л. Структурированные техники полимодальной психотерапии, используемые на этапе противорецидивной и поддерживающей терапии зависимых от психоактивных веществ // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 17–19.
16. Катков А. Л. Структурированные техники стратегической полимодальной психотерапии, используемые в работе с мишенью патологического психического статуса зависимых от психоактивных веществ // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 19–24.
17. Катков А. Л. Структурированные техники стратегической полимодальной психотерапии, используемые в работе с мишенью патологического соматического статуса зависимых от психоактивных веществ // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 25–31.
18. Катков А. Л. Структурированные техники полимодальной психотерапии, используемые в заключительной фазе программ медико-социальной реабилитации зависимых от психоактивных веществ // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 32–38.

19. Катков А. Л. Технологии стратегической полимодальной психотерапии, используемые на этапе первичной наркологической помощи // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 38–41.

20. Катков А. Л. Техники стратегической полимодальной психотерапии, используемые в работе с мишенью патологического влечения к психоактивным веществам // Ж. Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т. XII, № 4. – С. 41–44.

Заключение регистрационной комиссии ППЛ от 15 апреля 2012 г.:

Представленная А. Л. Катковым с описанием методики, а также:

- серия публикаций в журнале «Психотерапия» и «Профессиональной психотерапевтической газете», неоднократные демонстрации методики в рамках декадников, организуемых Профессиональной психотерапевтической лигой;
- обширное научное обоснование и данные исследований эффективности методики

позволяют сделать вывод о соответствии методики «Стратегическая полимодальная психотерапия зависимых от психоактивных

веществ» требованиям, предъявляемым Профессиональной психотерапевтической лигой к авторским программам.

По итогам обсуждения представленных документов и наблюдения работы с применением методики «Театр архетипов» принято решение выдать Александру Лазаревичу Каткову Авторское свидетельство Профессиональной психотерапевтической лиги (доказательная регистрация).

Полную версию заявки с описанием научного обоснования методики А. Л. Каткова – читайте в электронной версии нашей газеты.



СВЕТСКАЯ ХРОНИКА

БАЛ ПСИХОТЕРАПЕВТОВ В НОВОСИБИРСКЕ

3 апреля 2013 года состоялся Первый Сибирский бал психотерапевтов в венском стиле. Бал организован Новосибирским региональным отделением ОППЛ имеет в рамках III Съезда психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов Сибирского Федерального Округа «Психотерапия, психологическое консультирование и психиатрия в Сибири: современные тенденции и перспективы. Взгляд в будущее».

Замечательная традиция проведения психотерапевтических балов, пришедшая из Вены в Санкт-Петербург, получила продолжение в Москве, а теперь пришла и в Новосибирск! Это редкая и уникальная возможность совместить профессиональную деятельность с удивительными эмоциями личного общения. Традиция психотерапевтических балов дарит нам новые стандарты коммуникаций

вне профессиональной деятельности, эстетику танца, особую атмосферу прекрасной музыки и неоценимый опыт неформального знакомства с ведущими специалистами Науки о Душе из разных городов Сибири.

Гости бала от всей души наслаждались насыщенной и увлекательной развлекательной программой, были захвачены показательными выступлениями и мастер-классами профессиональных танцоров, что позволило самым смелым из них блистать в танцевальной программе. И, конечно, изысканный фуршет как неотъемлемая часть этого исключительного профессионально-светского события...

Особую благодарность за необыкновенный вечер гости бала адресовали организаторам, среди которых необходимо отметить Татьяну Гудкову, Анну Булычеву, Марию Прохорову.



ТОЧКА ЗРЕНИЯ

КОМПЬЮТЕРНЫЕ МЕТАФОРЫ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ. НЕЙРОПСИХОАНАЛИТИЧЕСКИЙ ВГЛЯД

В американской психологической лексике есть несколько слов про учебу: «to learn, to unlearn, to overlearn» – учиться, разучиться и «переучиться». Последнее понятие на мой взгляд не очень удачно подобрано для описания явления. Обычно под overlearn понимают «заучить до автоматизма», то есть достигая состояния, когда действие перестает быть осознанным, при этом становится быстрым, автоматизированным и бессознательным. Часто этот процесс иллюстрируют обучением водить машину с ручной коробкой передач. Поначалу выжим педали сцепления левой ногой – это вполне осознанное действие, требующее внимания и определенных усилий – действие это вовсе не интуитивно для начинающих. В конце учебы человек приобретает автоматизированный навык выжимать педаль сцепления левой ногой в нужные моменты времени, более того, он или она одновременно переключает передачу правой рукой в координированном и хорошо отлаженном движении. Достижение подобного бессознательного «автоматизма» – это именно то состояние, которое называется overlearned

behavior. Что происходит в этом процессе обучения нейробиологически, хотя бы в общих чертах?

Solms & Turnbull в описании процесса восприятия говорят о том, что общая система иерархична. Например, в визуальном восприятии существуют области, отвечающие за весьма конкретные и простые процессы. Первая зона визуального восприятия связана с сетчаткой глаза и в литературе известна как первичный визуальный кортекс (Solms & Turnbull, 2002, p. 209), который расположен в задней части затылочных долей. Эту зону можно считать «входным каналом» визуальной системы восприятия. Вторая зона прилегает к первой и является «средней» в визуальной системе восприятия (Solms & Turnbull, 2002, p. 209). Она предназначена для специализированных задач визуальной обработки. Более конкретно, она занимается восприятием и обработкой цвета, движения, первичным узнаванием объекта и другими функциями. Наконец, третья зона, расположенная спереди – это высший уровень визуальной системы, который занимается наиболее абстрактными процессами визуальной

Толчинский А. А., МРpsy

Университет Джорджа Вашингтона

обработки, которые зависят и от других сенсорных модальностей (Solms & Turnbull, 2002, p. 209). Третья зона участвует в решении арифметических и строительных задач, в написании текстов и пространственном восприятии. Эта зона представляет собой «выход» визуальной системы восприятия; анатомически она расположена на стыке затылочной, височной и теменной долей мозга.

В процессе обработки визуальных сигналов процесс проходит стадии от конкретных и простых конструкций к все более сложным, например, точка – параллельные линии – металлическая сетка, которая колышется на ветру. При этом нейроанатомически можно очень условно сказать, что «движение восприятия» от простой и конкретной к более сложной и абстрактной обработке постепенно происходит от затылочных областей мозга вперед – в направлении к лобным долям.

Таким образом, в процессе восприятия внешних сигналов наступает момент, когда обработка в значительной степени ассоциативна, более того, она мультисенсорна. Solms и Turnbull условно называют области мозга, в которых происходит этот процесс, термином «ассоциативный кортекс» (Solms & Turnbull, 2002, p. 24). Они поясняют этот термин следующим образом: «Название отражает тот факт, что ассоциативный кортекс участвует в интеграции информации, полученной из разных областей, отвечающих за конкретные сенсорные модальности (Solms & Turnbull, 2002, p. 24).»

Кроме нейроанатомических описаний Solms и Turnbull используют метафору компьютерной директории или папки для пояснения процесса интеграции. Я попытаюсь проиллюстрировать метафору папки на примере конкретного объекта, при этом мне придется привести еще несколько компьютерных метафор.

В процессе развития ребенок рано или поздно узнает объект «собака.» Происходит это постепенно, частями, включая аудиальное, визуальное, тактильное восприятие. Во-первых, ребенок узнает звуковые сигналы лая и показывает на лающий объект пальцем; мама или папа называют ребенку объект – «собака,» причем ребенок может еще пока не уметь произносить это слово вслух. Во-вторых, ребенок визуально узнает «что-то на четырех лапах.» Наконец, ребенок может погладить собаку и тактильно узнать ощущение «мохнатая.» Все эти сенсорные ощущения ложатся в одну папку – объект «собака.» Рано или поздно в этой папке образуется еще и слово «собака,» то есть вербальная бирка объекта. Кроме того, в зависимости от особенностей процесса обучения ребенок может ассоциировать с объектом «собака» различные эмоции и разные моторные процессы. Например, ребенок может испугаться собаки и запомнить этот страх и, соответственно, научиться моторному отклику «бежать,» или испытать радость встречи и научиться моторному отклику «погладить.» Важно, что вся эта информация, ассоциированная с объектом собака «содержится в одной папке.» Чуть более точно, в папке существует управляющий текстовый «файл,» или скрипт, который ассоциативно связывает разные сенсорные компоненты вместе. Кроме того, в папке есть ссылки на конкретные сенсорные области памяти, связанные с этим объектом.

Метафоры управляющего файла-скрипта и web-ссылок несколько ограничены, поскольку нейробиологически ссылки на конкретные объекты работают в обе стороны. Например, если ребенок слышит только лай – он ассоциативно придет к папке «собака.» При этом, у него может появиться реакция на лай – моторный отклик «погладить» и тогда ребенок будет пользоваться участками визуальной памяти, в которых описан визуальный объект «что-то на четырех лапах.» Моторные реакции ребенка будут тесно связаны с визуальным восприятием. Процесс перехода от конкретного моносенсорного стимула к полному, интегрированному объекту можно сравнить с поиском в интернете по одному ключу – по слову, или по картинке. Поиск приведет в конечном итоге к подробной статье, в котором объект описан «со всех сторон.» (При желании можно эту статью назвать.html файлом.)

Как замечено выше, области мозга, в которых происходит мультисенсорная ассоциация, называются соответственно – ассоциативными. Грубо говоря, в ассоциативной области может лежать всего один управляющий текстовый файл, который свя-

зывает вместе разные сенсорные объекты. В файле есть ссылки на место, где эти объекты расположены. Но сами объекты могут располагаться в других областях мозга – например, аудио файл «лай собаки» может спокойно лежать где-то в temporal lobe, или где-то еще. При этом в управляющем файле есть ссылка на конкретное место в temporal lobe, или, возвращаясь к реальности мозга, нейронное соединение с этой областью.

Как все вышеописанное относится к заучиванию движения до автоматизма? Для ответа на этот вопрос стоит вернуться к вождению автомобиля с ручной коробкой передач. Поведенческие психологи утверждают, что когда взрослый человек чему-то учится, то по большому счету он или она изучает очень мало принципиально новых вещей – в поведенческом смысле (Dr. Ingraham, личное сообщение). Для ребенка научиться стоять или ходить – это первый опыт подобных движений, это обучение, на которое ребенок затрачивает значительные усилия. Для взрослого процесс выжима педали сцепления состоит из кусочков, микродвижений, которые взрослому человеку уже хорошо известны. Новой является только сама последовательность микродвижений и запуск всей последовательности в нужный момент. Именно этому взрослый человек и «учится.» Если вернуться к компьютерным метафорам, то последовательность микродвижений можно описать, как скрипт, как управляющей текстовый файл, в котором подробно описана последовательность, и есть ссылки на конкретные программы, запускающие каждую отдельное микродвижение. Процесс обучения – это своего рода процесс написания программы – установления последовательности уже известных микродвижений, и процесс отладки программы – то есть нахождения и устранения ошибок. В конце процесса программа готова и, соответственно, может запускаться автоматически, вне зоны сознания. Кроме того, многократное повторение усиливает нейронные связи и таким образом ускоряет действие программы.

При этом программа-последовательность доступна сознательному контролю. То есть человек, хорошо умеющий водить машину с автоматической коробкой передач, может «усилием воли» (с помощью работы префронтальной коры) направить фонарик своего внимания к левой ноге и начать активно думать, как именно он или она выжимает сцепление. Обычно при этом снижается точность и скорость автоматизированного действия. Например, мастер игры в гольф может удивлять своих учеников красотой и точностью движения. Но когда он начинает им объяснять что именно и как именно он делает, он может потерять тот самый знаменитый, хорошо отлаженный удар по мячу, и приобрести его обратно лишь когда перестанет думать о том, что он делает.

Как нейробиологическое описание обучения относится к психотерапии? Разумеется, сложные психические процессы, например, паттерн интеллектуализации тревоги, не являются абсолютно аналогичными вышеописанному процессу заученной до автоматизма цепочки моторных реакций. Тем не менее, практикующим терапевтам хорошо известно, что устойчивые паттерны реакций клиента есть как в индивидуальной терапии, так и в семейной. Понятно, что психологическая защита выполняет определенную функцию и ее нельзя просто убрать, не заменив соответствующей альтернативой. При этом паттерны, которые были адаптивны для человека в детстве, могут быть дезадаптивны для взрослого, но они могут сохраняться вследствие своей устойчивости. Одним из факторов которой может являться вышеописанный механизм заучивания паттерна до автоматизма. То есть заученный до автоматизма паттерн (фактически, условный рефлекс – прим. ред.) поменять значительно труднее, чем виды реакций, не обладающие подобной степенью автоматизма. Как справедливо замечают Solms и Turnbull, этот процесс изменения невозможен без вмешательства сознания. Более конкретно – той его части, которое Дамасио называет расширенным или рефлексивным (Damasio, as cited in Solms and Turnbull, 2002, p.95) – то есть активного, вербального процесса осознания. В терапевтическом смысле подобное осознание часто называют инсайтом.

Осознание на уровне расширенного-рефлексивного сознательного в терминах Дамасио можно назвать интеллектуальным

инсайтом, в то время как сочетание рефлексии и одновременного включения «первичного сознательного» в терминах Дамазо можно назвать более полным – эмоциональным инсайтом.

В этом смысле часть процесса терапии – это совместное обнаружение автоматизированных дезадаптивных паттернов и «инактивация» их автоматизма путем включения паузы между стимулом и реакцией – процесса, который модулируется рефлексией и происходит при участии как вербального мышления, так и активного участия ментального агентства, которое психоаналитики называют «Эго», а нейропсихоаналитики – вентромеди-

альной префронтальной корой (Solms and Turnbull, 2002, p.136). Разумеется, невозможно полностью избавиться от автоматизма; и львиная доля ментальных процессов происходит бессознательно. Тем не менее, в терапии есть шанс сфокусироваться на некоторых ключевых процессах, которые участвуют в формировании конкретной проблемы клиента.

Источники:

Solms, M., & Turnbull, O. (2002). *The Brain and The Inner World. An Introduction to The Neuroscience of Subjective Experience* New York: Other Press.



МЫСЛИ

40 ПОСЛОВИЦ ДЛЯ ПРОДЖЕКТ-МЕНЕДЖЕРА

(автор Майк Хардинг Робертс)

Когда знакомишься с этими пословицами – что-то напоминает психотерапию. Не правда ли?

Майкл Хардинг Роберт, автор остроумной «Project Management Book», собрал и даже написал сам несколько очень притягательных пословиц для руководителей проектов. Они колкие, забавные и правдивые – возможно, вы даже слышали некоторые. Итак, начали:

Чтобы выносить ребенка, одной женщине нужно 9 месяцев. И это не значит, что, если привлечь девять женщин, то ребенок получится за один месяц.

It takes one woman nine months to have a baby. It cannot be done in one month by impregnating nine women.

Одна и та же работа будет оценена по-разному, если ее будут оценивать десять разных менеджеров. Или один менеджер будет оценивать десять раз.

The same work under the same conditions will be estimated differently by ten different estimators or by one estimator at ten different times.

Любой проект может быть оценен точно. Когда он закончен.

Any project can be estimated accurately (once it's completed).

Первые 90% проекта займут 90% времени, оставшиеся 10% займут другие 90%.

The first 90% of a project takes 90% of the time, the last 10% takes the other 90%.

Наиболее ценным и наименее используемым словом в лексиконе проджект-менеджера является слово «Нет».

The most valuable and least used WORD in a project manager's vocabulary is «NO».

Наиболее ценной и наименее используемой фразой в словаре проджект-менеджера является фраза «Я не знаю».

The most valuable and least used PHRASE in a project manager's vocabulary is «I don't know».

Нет ничего невозможного для человека, который не будет делать то, о чем говорит.

Nothing is impossible for the person who doesn't have to do it.

В сердце каждого большого проекта есть маленький проект, пытающийся выбраться наружу.

At the heart of every large project is a small project trying to get out.

Если вы не отстаиваете малое, вы провалитесь в большом.

If you don't stand for something, you'll fall for anything.

Чем безнадежнее ситуация, тем оптимистичнее тот, кто ее создал.

The more desperate the situation the more optimistic the situation.

Если что-то выглядит, как утка, ходит, как утка и крикает, как утка, вероятно, оно – и есть утка.

If it looks like a duck, walks like a duck and quacks like a duck, it probably is a duck.

Слишком мало человек на проекте не смогут решить проблему – слишком много создадут проблем больше, чем решат.

Too few people on a project can't solve the problems – too many create more problems than they solve.

Пользователь расскажет вам обо всем, что вы у него спросите. Но не больше.

A user will tell you anything you ask about, but nothing more.

Пользователь – это некто, кто рассказывает вам о том, чего он хочет, именно в тот день, когда вы дали ему то, о чем он просил.

A user is somebody who tells you what they want the day you give them what they asked for.

Правильные ответы на неправильные вопросы настолько же неправильны, как и неправильные ответы на правильные вопросы.

Right answers to wrong questions are just as wrong as wrong answers to right questions.

Из нескольких возможных интерпретаций коммуникации, наименее удобная является самой правильной.

Of several possible interpretations of a communication, the least convenient is the correct one.

То, чего ты не знаешь – ранит тебя.

What you don't know hurts you.

Условия, прилагаемые к обещанию, забываются – запоминается только само обещание.

The conditions attached to a promise are forgotten, only the promise is remembered.

Времени всегда не хватает на то, чтобы сразу сделать правильно, но его всегда достаточно для того, чтобы всё переделать.

There's never enough time to do it right first time but there's always enough time to go back and do it again.

Я знаю, что вы уверены в том, что вы поняли, что я сказал, но я не уверен, что если вы сделаете то, что вы услышали, это будет то, что я имел в виду.

I know that you believe that you understand what you think I said but I am not sure you realise that what you heard is not what I meant.

Скромный оценщик – плохой оценщик. Хороший говорит «задача огромная», когда видит, что задача огромная.

Good estimators aren't modest: if it's huge they say so.

Чем раньше вы начнете программировать, тем позже вы закончите.

The sooner you begin coding the later you finish.

Все, что может быть изменено – должно быть изменено до того, как не останется времени что-то менять.

Anything that can be changed will be changed until there is no time left to change anything.

Перемены неизбежны.

Change is inevitable – except from vending machines.

Сложные проекты – легкие, невозможные проекты – сложные, невероятные – чутьечко сложнее.

Difficult projects are easy, impossible projects are difficult, miracles are a little trickier.

Горечь от плохого качества длится дольше, если забыть про время назначенной демонстрации.

The bitterness of poor quality lingers long after the sweetness of meeting the date is forgotten.

Если вы на шесть месяцев опаздываете к сдаче проекта, которая уже на следующей неделе, но всё еще верите, что вы сможете это сделать – вы проджект-менеджер.

If you're 6 months late on a milestone due next week but nevertheless really believe you can make it, you're a project manager.

Устный договор не стоит бумаги, на которой он написан.

A verbal contract isn't worth the paper it's written on.

Если вы не знаете, куда идти, всё равно, куда двигаться.

If you don't know where you're going, any road will take you there.

Если вы не планируете, вы планируете провал.

If you fail to plan you are planning to fail.

Если вы не боретесь с рисками, риски борются с вами.

If you don't attack the risks, the risks will attack you.

Даже непродолжительное управление рисками экономит прорву времени на чистку вентилятора.

A little risk management saves a lot of fan cleaning.

Чем раньше вы отстанете от графика, тем дольше будете его догонять.

The sooner you get behind schedule, the more time you have to make it up.

Плохо спланированный проект займет втрое больше времени, чем нужно. Хорошо спланированный – только вдвое.

A badly planned project will take three times longer than expected – a well planned project only twice as long as expected.

Если вы не теряете голову в то время, как все уже потеряли – вы не поняли плана.

If you can keep your head while all about you are losing theirs, you haven't understood the plan.

Если всё сказано и сделано – то больше сказано, чем сделано.

When all's said and done a lot more is said than done.

Если что-то не получилось сразу – удалите все доказательства ваших предыдущих попыток.

If at first you don't succeed, remove all evidence you ever tried.

Никогда не откладывай на завтра то, что можно отложить на послезавтра.

Never put off until tomorrow what you can leave until the day after.

Нет хороших проджект-менеджеров – только удачливые.

There are no good project managers – only lucky ones.

Чем больше ты планируешь – тем удачливее становишься.

The more you plan the luckier you get.



ТОЧКА ЗРЕНИЯ

О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ВОЛОНТЕРСТВЕ

И. А. Чеглова, к. м.н., доцент, тренер-медиатор, вице-президент
Профессиональной психотерапевтической лиги РФ

Одна из главных задач человека в этом мире — научиться быть собой и одновременно — частью чего-то большего — семьи, группы, рода, нации, страны, человечества... Ведь индивидуальная психика с ее личностным своеобразием и культурным богатством, насыщенной внутренней, семейной и социальной жизнью и умением получать от этого удовольствие — вот венец творения и результат земной эволюции. А коллективная психика семьи, рода, нации, человечества в целом — это ее колыбель и неистощимый питающий источник...

Поэтому я думаю, что умение балансировать на тонкой грани Я — Мы, как серфингист на гребне волны — залог и личного счастья каждого, и процветания общества. А психологическое волонтерство — это естественный и благородный способ, с помощью которого общество помогает человеку быть устойчивым на этой грани и знакомит его со способами эту устойчивость удерживать.

Ведь если каждый отдельный человек отклоняется в сторону черствого индивидуализма — общество перестает быть обществом, превращаясь в скопище волков-одиночек, грызущихся между собой либо лицемерно проповедующих толерантность и политкорректность и капитулирующее перед народами с преимущественно групповым сознанием. А если индивидуальная психика растворяется в коллективной — происходит откат к воинствующему тоталитаризму.

Я считаю, что психологическое волонтерство, как и другое важное общественное течение — развитие медиации (искусства решать конфликты путем переговоров с помощью посредника) — это средство профилактики социальных болезней. Болезней общества. И болезней, которые возникают вследствие травмирующего влияния общества. И ценный ресурс как для самих специалистов-волонтеров, так и для людей, которым они приносят в дар свое профессиональное мастерство.

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

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

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

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

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

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

Тираж 5000 экз.