



# ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА

№ 7 (222) ИЮЛЬ-2021 • ОФИЦИАЛЬНЫЙ ОРГАН ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ  
И НАЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛИРУЕМОЙ ОРГАНИЗАЦИИ «СОЮЗ ПСИХОТЕРАПЕВТОВ И ПСИХОЛОГОВ»

## НОВОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СООБЩЕСТВА

### КОММЕНТАРИЙ МИНЗДРАВА РФ ПО ОТМЕНЕ ЛИЦЕНЗИРОВАНИЯ ПСИХОТЕРАПИИ И СЕКСОЛОГИИ

Уважаемые коллеги!

Предлагаем Вашему вниманию ответ Министерства Здравоохранения Российской Федерации по вопросу отмены лицензирования

МИНИСТЕРСТВО  
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(МИНЗДРАВ РОССИИ)  
Рахмановский пер., д. 3/25, стр. 1, 2, 3, 4,  
Москва, ГСП-4, 127994,  
тел.: (495) 628-44-53, факс: (445) 628-50-58  
21.07.2021 № 16-2/1868

Департамент медицинского образования и кадровой политики в здравоохранении, рассмотрев письмо от 15.06.2021 № 01/06, сообщает.

В соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 01.06.2021 № 852 «О лицензировании медицинской деятельности (за исключением указанной деятельности, осуществляемой медицинскими организациями и другими организациями, входящими в частную систему здравоохранения, на территории инновационного центра «Сколково») и признании утратившими силу некоторых актов Правительства Российской Федерации» из перечня работ (услуг), составляющих медицинскую деятельность исключены психотерапия и сексология и др. Таким образом, до 1 сентября 2022 года организации необходимо переоформить лицензию на медицинскую деятельность. При этом в случае с психотерапией и сексологией организации получают лицензию на медицинскую деятельности по психиатрии.

специальностей «психотерапия» и «сексология», предоставленный дружественной ОППЛ организацией. Комментарий компетентных специалистов Лиги читайте в ближайших выпусках!

Автономная некоммерческая организация  
дополнительного профессионального  
образования «Международная академия  
сексологии»  
Москва, проезд Локомотивный, д. 21,  
стр. 5, эт/офис 2/205  
127238

Вместе с тем в Номенклатуре должностей медицинских работников и фармацевтических работников, утвержденной приказом Минздрава России от 20.12.2012 № 1183н, сохранены должности врача-сексолога и врача-психотерапевта.

Кроме того, указанные специальности сохранены в номенклатуре специальностей специалистов, имеющих высшее медицинское и фармацевтическое образование, утвержденную приказом Минздрава России от 07.10.2015 № 700н, а также требования к ним установлены Квалификационными требованиями к медицинским и фармацевтическим работникам с высшим образованием по направлению подготовки «Здравоохранение и медицинские науки», утвержденными приказом Минздрава России от 08.10.2015 № 707н.

Исключение специальностей «Психотерапия» и «Сексология» не планируется, в связи с чем возможна дальнейшая подготовка указанных специалистов.

Директор Департамента И. А. Купеева

## НАВСТРЕЧУ IX ВСЕМИРНОМУ КОНГРЕССУ ПО ПСИХОТЕРАПИИ 2022

### ВСЕРОССИЙСКИЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ КОНГРЕСС С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ «НОВЫЙ МИР – ПЛАНЕТА ПСИХОТЕРАПИИ»

4–7 ноября 2021 года

#### Организаторы конгресса:

- Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига Саморегулируемая организация Национальная ассоциация развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов»
- Российская медицинская академия непрерывного профессионального образования Министерства здравоохранения Российской Федерации

- Первый университет профессора В. В. Макарова
- Академия Медицинского Образования

#### Партнеры конгресса:

- Всемирный Совет по Психотерапии
- Европейская Ассоциация Психотерапии
- Азиатская Федерация Психотерапии
- Московский институт психоанализа
- Профессиональное объединение врачей сексологов

- Антология Российской психотерапии
- Ежемесячный рецензируемый журнал «Психотерапия»
- psynavigator.ru
- samopoznanie.ru

**В рамках конгресса состоятся:**

- Большая конференция «Социальная психотерапия. Психотерапия и психологическая помощь в новейшее время»
- Пленарные, секционные заседания, симпозиумы конгресса.
- Круглые столы и дискуссионные клубы.
- Международная психоаналитическая конференция.
- Молодежная конференция.
- Международная выставка.
- Вечерние программы.
- Все мастер-классы, демонстрации и тренинги объединены в Псифест.

Мы приглашаем профессиональных психотерапевтов, психологов, консультантов, коучей, медиаторов, студентов и аспирантов медицинских вузов психологических факультетов, а также всех, кому интересен необъятный мир психотерапии и психологического консультирования, принять участие в главном Конгрессе и Псифесте года!

**Место проведения:** гостиничный комплекс и конгресс-центр «Измайлово ВЕГА» (Москва, Измайловское ш., д. 71В (корпус ВЕГА), метро Партизанская) и онлайн.

Материалы в программу конгресса принимаются до 15 сентября 2021 г.

Аннотации секций и докладов публикуются в программе конгресса в «Профессиональной психотерапевтической газете».

Оформленные по правилам заявки на доклад просим высылать: ответственному за программу конгресса Камаловой Софии Цихиловне, [orpl.doc@gmail.com](mailto:orpl.doc@gmail.com), +7 (916) 062-00-26.

Информацию о подаче заявок на участие в Итоговом Псифесте в Москве смотрите на [Psyfest.ru](http://Psyfest.ru).

Тезисы докладов и статьи конгресса публикуются в Регулярном сетевом научно-практическом издании «Антология Российской психотерапии и психологии». Стоимость публикации тезисов (за 1 страницу, 1800 печатных знаков): для друзей ОППЛ – 500 руб.; для членов ОППЛ – 370 руб.

Оформленные по правилам тезисы и статьи принимаются выпускающим редактором «Антологии Российской психотерапии и психологии» Булычевой Анной Евгеньевной, [anna2269212@gmail.com](mailto:anna2269212@gmail.com), +7 (913) 911-69-36.

**Финансовые условия участия в конгрессе:**

Организационный взнос для участия в Конгрессе и Псифесте составляет:

- 7500 руб. для действительных членов Лиги;
- 8000 руб. для консультативных членов Лиги;

- 9000 руб. для наблюдательных членов Лиги и членов организаций партнёров;
- 10000 руб. для других участников конгресса. Участие в одном дне конгресса составляет 3500 рублей за один день участия и оплачивается без скидок.

• Студентам дневных отделений ВУЗОВ – 1000 рублей.

Докладчики молодежной конференции освобождены от организационного взноса.

При заочном участии – 3500 рублей, портфель участника высылается докладчику по почте.

Тренерский взнос за организацию мастер-класса, тренинга или демонстрации оплачивается отдельно. Билет на VIP-тренинг Псифеста оплачивается отдельно. Подробности на [psyfest.ru](http://psyfest.ru)

Дополнительные скидки составляют

- 60% от этой суммы в марте
- 50% от этой суммы в апреле;
- 40% от этой суммы в мае;
- 30% от этой суммы в июне;
- 20% от этой суммы в июле;
- 10% от этой суммы в августе.

**Исполнительный комитет**

**Президент** Макаров Виктор Викторович: [9259036@gmail.com](mailto:9259036@gmail.com), [9259036@mail.ru](mailto:9259036@mail.ru)

**Ответственный за регистрацию участников** исполнительный директор ОППЛ Калмыкова Инга Юрьевна: [center@oppl.ru](mailto:center@oppl.ru), +7 (963) 750-51-08, тел/факс +7 (495) 675-15-63

**Ответственный за регистрацию участников** директор СПО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов» Попова Екатерина Владимировна: [info@psy-org.ru](mailto:info@psy-org.ru), +7 (919) 763-61-47

**Ответственный за мастер-классы и выставку** ответственный секретарь ЦС ОППЛ Приходченко Ольга Анатольевна: [decadnik@mail.ru](mailto:decadnik@mail.ru), +7 (915) 129-87-50

**Ответственный за составление и издание аннотированной программы конгресса** ученый секретарь ЦС ОППЛ Камалова София Цихиловна: [orpl.doc@gmail.com](mailto:orpl.doc@gmail.com), +7 (916) 062-00-26

**Ответственный за издание Регулярного сетевого научно-практического издания «Антология Российской психотерапии и психологии»** выпускающий редактор «Антологии Российской психотерапии и психологии» Булычева Анна Евгеньевна: [anna2269212@gmail.com](mailto:anna2269212@gmail.com), +7 (913) 911-69-36

**Ответственный за вечерние программы конгресса** вице-президент Лиги, официальный представитель ЦС ППЛ в СФО Румянцева Инга Викторовна: [orpl.spb@mail.ru](mailto:orpl.spb@mail.ru), +7 (911) 221-33-32

**Ответственный за размещение в гостиницах и помещениях конгресса** тренинг-руководитель ЦС ОППЛ Нерода Анна Рудольфовна: [training.oppl@gmail.com](mailto:training.oppl@gmail.com), +7 (903) 582-49-42

**МЕЖДУНАРОДНЫЙ ПСИФЕСТ® ОППЛ**

**ФЕСТИВАЛЬ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОТЕРАПИИ «ЖИЗНЬ ПРОДОЛЖАЕТСЯ! РЕСУРСЫ И НОВЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ»**

4–7 ноября 2021 г.

Что же такое наш Псифест®, и почему мы решили его провести?

Мы (Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига) – проводим фестивали с погружением – Декадни и другие мероприятия по психотерапии и психологии уже более 20 лет. Международный конгресс по психотерапии, например, ОППЛ проводит ежегодно в Москве, и несколько раз в год в разных регионах. Первые Декадни Виктор Викторович Макаров – ныне профессор и президент организации «Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига» проводил на теплоходе «Александр Матросов» на реке Енисей. Тогда психотерапия и психология

в нашей стране только вышла из тени, молодые психотерапевты жаждали знаний и опыта, и охотно им делились.

Сейчас мы живем в изобилии информации, обучающих программ и предложений во всех областях. Психотерапия, психология, коучинг, медиация, психологическое консультирование также представлены очень широко. Но как выбрать? Как найти психотерапевта и психолога для себя? Как выбрать образовательную программу по психологии? Какая модальность лучше, эффективнее и экологичнее? Психоанализ или НЛП? Гештальттерапия или Когнитивно-поведенческая? Процессуально-ориентированная или песочная

психотерапия? Системные семейные расстановки или психодрама? Что такое интегративный подход?

Эти вопросы всегда задают студенты и начинающие психологи, и не всегда получают правильные ответы... И, если конференция, конгресс по психологии и психотерапии – хороший способ получить теоретическую информацию, то Псифест – великолепная возможность увидеть и ощутить работу практиков: психотерапевтов, психологов, коучей, медиаторов, расстановщиков, посетить семинары по психологии, тренинги личностного роста, балинтовские группы, попробовать на себе трансформационные игры, получить личную терапию и супервизию.

Первый ONLINE ПСИФЕСТ® успешно прошёл в июне в рамках Онлайн-преконгресса 9 Всемирного конгресса «Планета психотерапии»

Четыре дня Псифеста® – это пространство, объединяющее лидеров профессии и талантливую молодежь. Для экспертов – возможность представить свой метод, для практиков – обмен опытом, для студентов – выбор направления и наставника, для интересующихся – возможность начать знакомство с психологией со знакомства с профессионалами!

Это большой выбор тренингов, лекций и мастер-классов от разных модальностей (методов) психологии и психотерапии.

Это творческое, образовательное и терапевтическое пространство ОППЛ.

Став тренером и участником ПСИФЕСТа® Вы:

- Покажете мастер-класс в «своей» теме, поделитесь мастерством,
- Разовьете навыки и получите профессиональные знания
- Получить кайф, участвуя в мастер-классах Ваших коллег
- Освоите новый материал в увлекательной форме!
- Проведёте время эффективно и с удовольствием
- Сможете представить случай для супервизии
- Выбрать супервизора и личного терапевта.
- Пройти экспресс – курс личной терапии
- Пройдёте профилактику выгорания

**Подробности: [psyfest.ru](http://psyfest.ru)**

Контакты: Приходченко Ольга Анатольевна: 8750oppl@gmail.com, +7 (983) 129-85-92

До встречи на ПСИФЕСТе®!

## ДЕКАДНИК И ЭКСКУРСИОННЫЙ МАРАФОН В ГОРНОМ АЛТАЕ

**XVII международный декадник психотерапии и консультирования, коучинга  
и развития ментальной экологии «Источники успеха»**

5–12 июля 2021 года

**XIII природный марафон «По местам силы Горного Алтая»**

12–16 июля 2021 года

«Успех внешний начинается с успеха внутреннего...»

*Р. С. Шарма*

«В жизни не видел ничего более прекрасного...»

*Виталий Бианки о Горном Алтае*

Декадник «Источники успеха» – уникальная возможность профессионального роста в экологически чистом и удивительно красивом месте. Это отдых и творчество!

Это интеграция новаций и традиций! Это общение и сотрудничество!

**Каждый день на декаднике**

- Тренинги, мастер-классы, семинары ведущих специалистов ОППЛ
- Утренняя йога и ночные марафоны
- Большая группа
- Специальные группы для детей и подростков

**А также**

- Экскурсии, дискотеки, костры, общение

**И, как всегда**

- Неповторимый отдых в живописных уголках Горного Алтая.

Горный Алтай – уникальное место силы, дивной красоты природы, кристальной прозрачности вода и головокружительно чистый воздух!

Декадник «Источники успеха» – это профессиональный рост в полимодальном пространстве, праздник встречи со старыми и новыми друзьями, взаимопонимание и принятие. Это тренеры и участники из разных уголков страны и мира!

**«Источники успеха» на Алтае – это возможность:**

- провести незабываемую неделю в общении с людьми близкими по духу
- почерпнуть новые знания и умения
- отдохнуть на берегу горной реки Катунь
- наполниться энергией и радостью
- получить яркие впечатления
- повысить уровень своего здоровья и ментальной экологии

Наш Декадник полезен всем, кто стремится к успеху, кто совершенствуется как профессионал, и развивается как личность

Программа Декадника «источники успеха» формируется под руководством Макарова Виктора Викторовича (Москва) – д.м.н.,

профессора, действительного члена и президента Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, вице-президента Всемирного совета по психотерапии, Психотерапевта единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, и единого Всемирного реестра.

Программа декадника формируется. Ждем ваших тренерских заявок и заявок на участие! Присоединяйтесь!

**Подтвердили свое участие в программе**

**Дуплищев Константин Николаевич** (Новосибирск), врач-психотерапевт, действительный член ОППЛ, психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, сертифицированный супервизор ОППЛ.

- Тренинг «Свободный голос». Вместе с голосом меняется состояние личности, появляется внутренняя свобода. Занимаясь голосом, ощущая и совершенствуя его, человек открывает важную, может быть когда-то потерянную, часть себя. Приобретает внутреннюю силу и уверенность, способствует гармонии в отношениях с другими людьми.
- Ночной марафон «Холотропное дыхание». Холотропное дыхание – это метод оздоровления жизни, самопознания и личностного роста, разработанный американскими трансперсональными психологами Станиславом и Кристиной Гроф. Данный метод использует издавна известные человечеству целительные и познавательные возможности необычных состояний сознания, объединяя эти знания с достижениями современной психологии и психотерапии.
- Телесно-ориентированный тренинг «Пробуждение» Часто деля себя на мысли и чувства, на тело и душу, на мечты и реальность, мы забываем, что мы Целны и неделимы! Когда мы тащим «груз» ответственности, забот, проблем на своих плечах – в них, действительно скапливается много напряжения и усталости, отражаясь на нашем самочувствии, осанке и поведении. Тренинг помогает вернуть ощущение целостности, взаимосвязанности, гармонии, раскрутить колесо своей энергии тела.

- Лекция «Обучение телесно-ориентированной психотерапии».
- **Жуков Александр Сергеевич** (Новосибирск), психолог, действительный член ОППЛ, сертифицированный супервизор ОППЛ, председатель этического комитета НРО ППЛ, психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, доцент МОКПО.
- Тренинг «Египетские мистерии» с использованием старших арканов Таро. Опираясь на символику старших арканов ТАРО и используя технику символдрамы, семинар дает возможность пройти свой индивидуальный путь духовного становления. Семинар включает в практические упражнения и состоит из трех циклов: «Путь Осириса», «Путь Изиды», «Путь Гора».
- Демонстрация проведения индивидуальной супервизии с дидактическим разбором.
- **Золотарева Анна Андреевна** (Санкт-Петербург), руководитель Студии Психологического Благополучия, клинический психолог, системный семейный терапевт, РЭПТ-терапевт, действительный член ОППЛ, официальный преподаватель ОППЛ регионального уровня.
- Мастер-класс «Генограмма: диагностические возможности и терапевтические решения». На мастер-классе мы поговорим об истории метода генограммы, основных обозначениях и возможностях использования в практике семейного психолога. Рассмотрим различные способы построения генограммы, создадим и обсудим личные генограммы участников.
- Лекция «Сексуальная гармония в паре: мифы и реальность»
- **Ивлюшкина Татьяна Ивановна** (Москва), психолог-консультант, действительный член ОППЛ, личный терапевт ОППЛ, официальный преподаватель ОППЛ национального уровня, сертифицированный преподаватель эмоционально-образной терапии (ЭОТ), административный директор Центра ЭОТ Линде Н. Д.
- Мастер-класс: «Психологические границы личности. Исследование и коррекция методом ЭОТ». Психологические границы личности – это то, благодаря чему человек чувствует себя отдельным и автономным. В ходе мастер-класса мы рассмотрим, что подразумевается под этим понятием, функции наших границ, сделаем упражнение, направленное на исследование их актуального состояния. Проанализируем, что именно и каким образом повлияло на то, какими стали ваши границы. Проведем демосессию с применением метода эмоционально-образной терапии (по желанию).
- **Кабенина Ирина Петровна** (Москва), консультативный член ОППЛ, психолог, детский, подростковый и семейный психотерапевт (Институт Интегративной Детской Психотерапии и Практической Психологии «Генезис», Россия, и Ökids, Австрия), коуч (TheLifeCoachSchool).
- Мастер-класс «Работа с целью, как инструмент развития универсальных жизненных навыков (softskills)». Как быть эффективным в личной жизни, в отношениях и в профессии? Как ставить цели, чтобы получать позитивные и устойчивые результаты в условиях высокой неопределенности, непредсказуемости, быстрой смены вызовов и приоритетов развития? Как навыки целеполагания и работы с целью могут помочь развитию гибкости и креативности, умению работать в команде, уверенности в себе, адаптивности и стрессоустойчивости? На мастер-классе вы освоите инструмент, который будет помогать вам не только формулировать свою цель, видеть результат и планировать уверенное движение к нему, но и развивать свою ценность через развитие универсальных жизненных навыков (softskills), которые востребованы в любой сфере деятельности и важность которых будет только возрастать.
- **Катков Александр Лазаревич** (Санкт-Петербург), д. м. н., профессор, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, обладатель Всемирного сертификата психотерапевта, вице-президент Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги; официальный преподаватель и супервизор практики ОППЛ, ректор международного института социальной психотерапии.
- Лекция «Универсальные мишени психотерапии».
- Семинар-тренинг «Работа с универсальными мишенями в мета-модели социальной психотерапии. Новая модель адаптивного интеллекта». (40 ак. часов). Программа адресована психотерапевтам, психологам, специалистам в области социальной работы,

и всем тем, кому интересны вопросы обеспечения устойчивости, высокого качества жизни человека и общества в агрессивной среде. На семинаре-тренинге будут рассмотрены темы: базовые характеристики мета-модели социальной психотерапии. Определение понятия «Универсальные психотерапевтические мишени» в мета-модели социальной психотерапии. Эмерджентная универсальная модель адаптивного интеллекта. Основные разновидности тренинговых программ, используемых в мета-модели социальной психотерапии. Организация психотерапевтических тренингов в работе с клиентами. Практическая проработка базовых тренинговых программ, используемых в мета-модели социальной психотерапии (демо-версии).

• **Ладыгина Валентина Петровна** (Москва), действительный член ОППЛ, психолог, руководитель Балинтовских групп Балинтовского общества в г. Москве регионального уровня, официальный преподаватель ППЛ регионального уровня.

• Мастер-класс «Балинтовская группа как эффективный инструмент психопрофилактики и предупреждения профессионального выгорания специалистов помогающих профессий». Рассмотрим существенные отличия работы Балинтовских групп от классических супервизионных и интервизионных групп. Разберем, почему Балинтовская группа наряду с личной терапией и супервизией, является одним из трех «китов», на которые опирается успешная работа психотерапевта. На примере работы среди медсестер в психиатрической больнице № 1 им. Алексеева, учителей частной общеобразовательной школы (Москва), социальных работников оценим эффективность и сложность работы Балинтовских групп за рамками психотерапевтического сообщества. Поучаствуем в работе презентационной Балинтовской группы.

• **Лыч Ксения Викторовна** (Москва), психолог, детский и подростковый психотерапевт, семейный медиатор. Действующий член Русско-Австрийского Университета интегративной детской психотерапии и практической психологии Ökids. Детский психолог Профессиональной психотерапевтической лиги.

• Тренинг «Деньги». Этот тренинг более 30 лет помогает нашим коллегам по всей России и в других странах пересмотреть своё отношение к деньгам. Деньги – мощный ресурс и мотиватор, показатель успешности и социальной эффективности человека, семьи, организации, страны в целом. Автор тренинга Макаров Виктор Викторович – профессор, президент Профессиональной Психотерапевтической Лиги, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и мира. Участникам тренинга удастся продвинуться на пути осознания своих личностных и поведенческих стратегий финансовой успешности. Достичь гармонии в отношении с деньгами. Научиться управлять деньгами. Решить личные проблемы с деньгами. Почувствовать и осознать магию и очарование денег. Осознать и гармонизировать своё финансовое настоящее и будущее. Для участия в тренинге необходимо: наличные деньги (в сумме, с которой вы готовы потратить на Ваш личностный рост; бумага; ручка)

• Групповая супервизия по работе детьми. Доброжелательное пространство, где коллеги могут обменяться своим опытом, поделиться рабочими случаями, получить поддержку и помощь в разрешении затруднений в работе. На супервизии ведущий поделится своим опытом в работе с детьми, ознакомит с любимыми методиками и наглядно покажет, как с ними работать.

• **Манская Людмила Варисовна** (Новосибирск), психолог, менеджер, слушатель Школы Криндачей (Психотерапия Взросления®).

• Тренинг: «Если Я – это Я». Знаете ли вы, в чем похожи вы с другими людьми, а что отличает вас? А хотите узнать? В доверительном общении на тренинге вы будете иметь возможность раскрыться и осознать тот набор неповторимых качеств, который и создает уникальность вашей личности.

• **Нижевасова Елена Александровна** (Новосибирск), действительный член ОППЛ, психолог, председатель Новосибирского отделения Общероссийской общественной организации «Российское Балинтовское общество».

• Мастер-класс «Балинтовская группа, как метод профилактики синдрома профессионального выгорания». Получая опыт работы в Балинтовской группе, специалисты расширяют свои компетен-

ции в области рефлексии собственных чувств и чувств участников группы, расширяют свою зону осознанности, получают бесценный опыт взаимодействия с коллегами. Повышают культуру профилактики эмоционального выгорания, что ведет к повышению профессионализма и качества жизни в целом.

**Петрова Алла Анатольевна** (Новосибирск), психолог, бизнес-тренер, консультант Школы Криндачей (Психотерапия Взросления®, Москва), действительный член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги (ОППЛ), преподаватель регионального уровня ОППЛ.

- Тренинг «По секрету всему свету!» – А вы знали, что счастье – это компетенция, которую можно развивать? На сколько Вы счастливы? Что такое счастье для Вас? И как можно повысить качество Вашей жизни при помощи конкретных упражнений позитивной психологии. Тренинг будет интересен тем, кто хочет познакомиться с направлением позитивная психология.

- Тренинг «Шесть шляп мышления» – построен на методе Эдварда де Боно и отлично подходит для запуска, управления и переключения мышления при планировании, обсуждении проблем и поиске решений в ситуациях творческого кризиса, когда нужно выбрать решение из множества альтернатив или выработать новое, нестандартное решение или найти пути для преодоления какой-либо проблемы. Тренинг, с использованием инструментов ТРИЗ и сказкотерапии, будет интересен и полезен тем, кого волнуют вопросы личной и групповой эффективности в коммуникации.

**Приходченко Ольга Анатольевна** (Новосибирск – Москва), действительный член ОППЛ, ответственный секретарь ЦС ППЛ, аккредитованный супервизор ОППЛ.

- Терапевтическая группа «Источники ресурса». «Ресурсы ограничены», «борьба за ресурс». В современном обществе часто можно услышать такие фразы. Однако у каждого человека есть свои внутренние психические ресурсы, доступ к которым открыт всегда. Будем исследовать ресурсы и искать к ним доступ.
- Профессиональная интегративная супервизионная группа.

**Реймхе Татьяна Федоровна** (Новосибирск), педагог-психолог, действительный член ОППЛ, игропрактик.

- Мастер-класс «Обиды. Можно ли их преодолеть?». Обида – целый комплекс чувств, переживаний, ощущений в теле, которые в совокупности представляют токсичными, тормозящими все ресурсы жизни. Обиды и психосоматика. Как психотерапия помогает найти, тот самый натянутый «оголенный нерв», который портит чувство удовлетворения своей жизнью, а также жизнь близким, родным, даже любимым. МК для тех, кто желает жить качественно и радостно.

- Трансформационная игра «Путешествие Души» – «разговор» с нашим подсознанием, которое отражает текущие эмоциональные состояния игроков, выявляет внутренние конфликты, барьеры, блоки, «психологические травмы». Через осознание «уроков души» в различных жизненных ситуациях, с помощью МАКарт можно получить ответы на свои запросы. В процессе чего произойдет трансформация негативных состояний в ресурсные, позитивные, позволяющие более качественно проживать свою жизнь.

**Рябиченко Яна Владимировна** (Новосибирск), педагог-психолог, клинический психолог, песочный терапевт, действительный член ОППЛ.

- Мастер-класс «Семья, субъективная реальность и пластилиновая терапия». В рамках мастер – класса, используя пластилиновые фигурки, будет представлен авторский подход к диагностике и коррекции субъективного восприятия человеком своей семейной системы. Такой подход позволяет специалисту максимально быстро увидеть «картину в целом», а клиенту получить ответы на многие вопросы за одну сессию. Методика базируется на системно-феноменологическом подходе и транзактном анализе. Мастер-класс будет интересен как начинающим, так и практикующим специалистам. Методика, как эффективный инструмент может быть использована в диагностических и коррекционных целях в работе с детьми и взрослыми.

**Стрижова Ульяна Геннадьевна** (Томск), руководитель Томской региональной общественной организации психологической по-

мощи онкобольным «Вместе», психолог-онкопсихолог, песочный терапевт.

- Мастер-класс «Работа с травмой. Песочная терапия». Глубокая и мягкая работа с травмой. Мастер-класс будет интересен практикующим психологам, детским психологам, психотерапевтам и другим специалистам помогающих профессий.

**Татарова Ирина Анатольевна** (Новосибирск), тренер, организатор, обучающийся психотерапевт в подходе Психотерапия Взросления® (Москва).

- Тренинг игра «Мастерская Исполнения желаний». В мастерской можно создать новые желания или отреставрировать старые (особенно те самые заветные, которые почему-то никак не сбываются). В творческом процессе встретить своё истинное!

**Титова Влада Викторовна** (Санкт-Петербург), врач-психотерапевт, психиатр, нарколог, к.м.н., доцент кафедры психосоматики и психотерапии Санкт-Петербургского государственного педиатрического медицинского университета, действительный член Академического Совета по научным исследованиям ООН (ACUNS), действительный член ОППЛ, психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы.

- Мастер-класс: «Взаимодействие психотерапевта и психолога со средствами массовой информации». На мастер-классе будут подробно описаны и продемонстрированы основные нюансы взаимодействия специалиста (психотерапевта, психолога) с массовой аудиторией зрителей (слушателей, пользователей сети интернет) в рамках прямого эфира или других специализированных программ, а также основные правила взаимодействия с журналистами и ведущими в качестве приглашенного эксперта. Мастер – класс позволит всем желающим попробовать себя в роли ведущего специализированной телевизионной программы в прямом эфире с видео-обратной связью и последующим подробным анализом происходящего в кадре.

- Лекция «Использование гипноза в обезболивании».

**Топюк Анна Викторовна** (Благовещенск), действительный член ОППЛ, клинический психолог, онкопсихолог, телесно-ориентированный терапевт.

- Мастер-класс «Самоценность и её раскрытие» Что такое самоценность? Это безусловное принятие себя, независимо от внешних факторов и собственных реакций на окружающий мир. Многим детства не прививали самоценность. Отсюда «синдром самозванца», который преследует многих взрослых людей, недовольство собственными достижениями, внешним видом, идеями и т.д. Чем отличается от самооценки? Как научиться ценить себя? На мастер-классе будем раскрывать процесс принятия себя, своих чувств, собственной уникальности через практические упражнения. Цель данного занятия – обретение ощущения ценности себя, раскрытия своего потенциала и творческого подхода к жизни!

**Тюгаева Елизавета Владимировна** (Новосибирск), этнограф, психолог, социолог, музыкальный терапевт, исследователь психологического потенциала фольклора, автор проекта «Галерея Сельдерей», консультативный член ОППЛ.

- Мастер-класс «Психологический потенциал фольклора: хоровод, песня – как инструмент работы психолога». Русская традиция – это не «калинка – малинка» и хороводы вокруг елки, а эффективный инструмент работы с психикой человека, «народная психология» того времени. Хоровод – глубокая многоуровневая практика, оригинальный формат «teambuilding'a», традиционные песни – средство работы с эмоциональным интеллектом. Приходите знакомиться с русской традицией 18–20 века разных регионов в адаптированном для современного человека формате и авторской методикой сочетания фольклора и психологии. Будет и теория («развенчание мифов») и практика. Никаких особых навыков не нужно.

- Мастер-класс «Круг песенной терапии». Старинная русская песня – удивительный инструмент управления своими состояниями. Одни песни помогают прийти в равновесие и успокоиться, другие – напротив разжигают жизнь и несут в себе задор и радость, третьи – уводят в глубины бессознательного. У меня есть свой авторский метод песенной терапии – мы обсуждаем эмоциональный след от каждой песни. В таком формате занятия

превращаются в исследовательскую лабораторию себя, песня выступает инструментом развития эмоционального интеллекта и саморегуляции. Хороводов и движения не будет! Сидим в кругу, поем и рефлекслируем. За 2,5 часа мы разберем около 10 разных песен на все краски эмоций и случаи жизни. Навыки пения не важны. Приходите, даже если совершенно уверены, что петь не умеете. Я знаю путь не только в пространство русской традиции, но и дорогу к вашему голосу.

- Ночной марафон музыкальной терапии «Неизвестная традиция». За одну ночь мы познакомимся с подлинной русской традицией во всех её красках. Во-первых, мы будем петь разные традиционные песни – задорные, протяжные, мощные, философские. Песня – самый короткий путь в традицию и любопытный инструмент исследования своих эмоциональных состояний. Во-вторых, мы будем водить орнаментальные хороводы. Да да, хоровод это не всегда круг, может быть спираль, квадрат, «стенка на стенку» или причудливые фигуры. Будут и медленные и плясовые. И, конечно, я буду рассказывать о культурном коде прошлого века и о том, как он проявляется в современной жизни. Это будет абсолютно уникальное и насыщенное путешествие в другой мир, откуда прежними не возвращаются. Для мужчин и женщин, даже для тех, кто уверен, что петь не умеет. Никаких особых навыков не нужно!

**Фадеева Елена Сергеевна** (Прокопьевск), психолог, консультативный член ОППЛ, член Ассоциации Песочная Терапия, преподаватель Правополушарного рисования, руководитель Студии психологии и творчества «Путь к себе».

- Ночной марафон правополушарного рисования: «Открой в себе художника». На тренинге вы познакомитесь с техникой правополушарного рисования. Для участия специальных навыков не требуется, результаты будут, даже если вы никогда не держали кисточку в руках. Благодаря нескольким упражнениям у участников появится возможность делать то, что прежде было недостижимо: рисовать пейзажи, натюрморты и др. А так же, возможность избавиться от внутренних ограничений, раскрыть творческие способности, получить заряд бодрости и позитива.
- Мастер-класс «Мой лучший мир». Пора что-то менять в жизни? А что? И как? Техника «Мой лучший мир» поможет увидеть желаемое состояние, осознать личные ресурсы и возможности для перемен, поверить в свои силы и принять ответственность за собственную жизнь.

**Ширай Андрей Владимирович** (Новосибирск), действительный член ОППЛ, межрегиональный тренер ОППЛ, психолог, НЛП-тренер, руководитель обучающей программы «Синтез-Терапия», телесно-ориентированный психотерапевт (клиника Инсайт, Новосибирск)

- Мастер-класс «5 стихий в ТОП – натурфилософский подход к работе с человеком»
- Мастер-класс «Работа с Болью методами телесной психотерапии». Телесно-ориентированная психотерапия – это не только долгая и глубокая личностная работа. Часто наши клиенты (да и мы сами) страдают от боли. На МК будут даны простые приемы снятия болевых синдромов для использования в работе с клиентами, помощи родным и близким. Девиз МК: «Мягко и бережно».
- Мастер-класс «Феномен Удовольствия в телесно-ориентированной психотерапии». Классическая ТОП-терапия В. Райха – «Рефлекс оргазма». Внутренняя энергия – она же жизненная, витальная, сексуальная – определяет наше физическое и психоэмоциональное развитие. Управление этой энергией, – это управление текущими состояниями, возможность коррекции характера, проработка телесных зажимов, повышение качества жизни. Девиз МК – «Наслаждение жизнью».

### III Природный марафон «Легенды Чуйского тракта» 12–16 июля 2021 года

Маршрут проходит по всему Чуйскому тракту – дороги, включённой в топ 10 самых красивейших дорог мира (по версии журнала «National Geographic»).

Мы посетим ВСЕ самые известные и уникальные достопримечательности на этом древнем пути (и некоторые малоизвестные).

- Ночной марафон «Искусство прикосновений». Вечерние и ночные практики работы с телом – естественны, обусловлены самой нашей природой, нашими суточными биоритмами. С заходом солнца мы меньше думаем и больше чувствуем. В рамках этого МК мы будем практиковать мягкие техники немедицинского массажа, парные медитации, а в перерывах – откровенно поговорим о теле и телесности. Участники МК получат опыт телесной поддержки и релаксации, что можно применять и в терапии, и в жизни.
- Утренняя практика «Даосская йога (цигун)»

**Следите за новостями в нашей новой группе <https://vk.com/stochnikiuspeha>.**

**Документы об участии.** Накопительный сертификат от ОППЛ. Набранные часы входят в программу обучения на Европейский сертификат психотерапевта, Всемирный сертификат психотерапевта и Национальный сертификат консультанта.

**Место проведения:** живописный и уютный пансионат расположен неподалеку от теплого озера Ая в красивой излучине реки Катунь и современная турбаза через дорогу от пансионата

Турбаза и пансионат располагают большой столовой, летним кафе, магазином, баней, охраняемой автостоянкой.

#### Оплата

**Участие в программе декадника** после 15 июня 2021 г. – 23900 руб.

Скидки: наблюдательным членам ППЛ – 1000 руб., консультативным членам ППЛ – 1500 руб., действительным членам ППЛ – 2000 руб., постоянным участникам декадников ППЛ – 1000 руб., студентам дневных отделений ВУЗов и пенсионерам 2000 руб., семейным парам\* и бюджетникам – 1500 руб., Родителям детей, посещающих детскую группу 1000 руб.\*\* Скидки суммируются. Суммарная скидка до 7000 руб. Скидка 2500 руб. за каждый год участия в декадниках на Алтае.

*\*если оба участвуют в программе, \*\*при условии посещения ребенком детской группы*

#### Отдельно и дополнительно оплачивается:

**1. Размещение:** 7 ночей, Благоустроенные коттеджи, летние домики, палатки.

- благоустроенные рубленые дома и коттеджи с удобствами в номере от 1700 до 5100 за ночь с человека.
- благоустроенные рубленые дома и коттеджи с удобствами на этаже, от 1400 до 2800 с человека за ночь
- летние домики с удобствами в отдельном помещении, 650–1500 руб. с человека за ночь
- для любителей туристической романтики, можно приезжать со своей палаткой (600 руб. в палатки до 4 человек за ночь). 3-разовое комплексное питание в кафе, выбор вегетарианского и усиленного питания.

**2. Детская группа** для детей от 2 до 5-ти лет и от 6 до 9 лет, тренинги для подростков 10–17 лет.

**3. Дорога** от Новосибирска около 8 часов на комфортабельном автобусе ИЛИ трансфер от аэропорта в Горно-Алтайске (чуть менее 1 часа).

#### Как добраться до места проведения декадника.

- Перелет до-Горно-Алтайска (из Москвы 4 часа) + трансфер пансионата аэропорт-место проведения (в пути час).
- Перелет до Новосибирска (из Москвы 3 часа) или ж/д переезд до Новосибирска + организованный трансфер Новосибирск-место проведения (8 часов в пути).
- Перелет до Барнаула (из Москвы 4 часа) + трансфер рейсовым автобусом Барнаул-место проведения (2 часа).
- Ж/д переезд до Бийска + трансфер рейсовым автобусом Бийск-место проведения (1,5 часа).

Маршрут начнётся от турбазы «Адару» и пройдёт через «Бирюзовую Катунь» с крупнейшим искусственным водоёмом, через Семинский перевал – самый высокий перевал Горного Алтая, через самый живописный перевал Чикетаман, вдоль реки Ильгумень, и мы посетим ее устье с живописным Ильгуменским порогом 4 категории сложности.

Наш путь будет пролегать по древним террасам у величественной реки Катунь, на которых располагаются десятки и сотни археологических памятников – курганы и каменные стелы (территория входит в наследие ЮНЕСКО).

В устье реки Яломан мы посетим древнее Большое Яломанское городище, где в 12–13 веках располагалось крупнейшее поселение в Западной Сибири. Это место с древних времён было очень удобно стратегически расположено, и как пересечение торговых путей, и как пункт, удобный для обороны.

Мы почувствуем, как здесь жили древние обитатели этих мест, посетим погребальные курганы, наблюдательный пункт форпост.

Увидим как, где проходил и Чуйский тракт, построенный по проекту инженера-писателя Вячеслава Шишкова в 20-х годах, и где проходила древняя вьючная тропа.

Дальше наш путь лежит через древнее село Иня, где через Катунь перекинута два моста – современный и построенный в 1936 году уникальный подвесной мост конструкции инженера Цаплина (первый в мире двухцепный мост).

Одно из самых зрелищных и популярных мест – впадение Чуи в Катунь – это знаковое место, посещаемое всеми проезжающие мимо туристами.

Вскоре будет древнее Урочище Калбак-Таш, где расположено одно из самых богатых скоплений петроглифов, многие рисунки которых не разгаданы до сих пор, и в них можно видеть многие мифологические изображения.

Вдоль Чуйского тракта встретим несколько зрелищных водопадов, в шаговой доступности от дороги. Чистейшая горная вода, заряженная падением с большой высоты – это лучший экологический коктейль!

Одна из самых уникальных достопримечательностей это Гейзерово озеро, зелено-голубая вода которого открывается удивительными разводами и каждому показывает разные картинки. Многие расценивают эти образы как знаки.

Акташский ретранслятор – радиорелейная вышка, которая обеспечивает связь Республики Алтай, высота 3038 м. Ретранслятор знаменит своими потрясающими видами вокруг. Отсюда Северо-Чуйский хребет, Курайская степь как на ладони, а в ясные безветренные дни можно увидеть величественную Белуху. Сам маршрут ведущий на ретранслятор очень красив и увлекателен.

Комфортабельный транспорт высокой проходимости доставит нас на высоту более 3 км и все мы испытаем то, что вы сможете называть одним из сильнейших впечатлений в жизни – Джип-Сафари. Попутно мы увидим и уже закрывшийся Акташский ртутный рудник, который давал стране с жестокими военных лет необходимую фронт ртуть.

Мы посетим и такие известные достопримечательности как Красные Ворота, Мертвое озеро, и самой дальней, самой необычайной по ландшафту и цветам достопримечательностью в нашем маршруте будут за казахским селением Кызыл-Чин горы Чаган-Узун, так называемый Марс. Это другая планета!

Располагаться будем на комфортабельных турбазах с удобствами и комфортом. Душ с горячей водой доступен всегда.

В поездке будет и два раза посещение бани со знакомством с оптимальным алгоритмом парения, с экологичным СПА-массажем, ароматерапией и фиточаем.

Кроме этого по утрам все желающие смогут размяться грамотно и физиологично малоизвестными, но весьма эффективными упражнениями из разнообразных древних и современных систем физической культуры.

И также вечерами на базе мы найдём время и для сеанса релаксации с тибетскими чашами, и для мастер-класса по массажу и телесной терапии.

**Стоимость участия – 32900 руб. Цена для участников декадника – 28000 руб.**

#### Отзывы участников XVI декадника 2020 год

**Участники из разных городов.** Декадник отличный! Освежил голову. Погода супер. В памяти навсегда. Остался бы жить здесь...

#### Отзывы участников XV декадника 2019 год

**Любава, Новосибирск.** Чем чаще здесь бываю (6 раз), тем больше сюда тянет. Декадник – это здорово!

**Участники из разных городов.** Красота Алтай + сила и красота тренеров. Впечатляет! Вдохновляет и заряжает!

#### Отзывы участников XIV декадника 2018 год

**Митя, Красноярск.** Отлично!!! Море ярких чувств и эмоций! Профессионально! Спасибо организаторам.

**Марина, Чита.** Огромная благодарность за декадник!!! Любви, удачи, радости!!!

#### Отзывы участников XIII декадника 2017 год

**Екатерина, Новосибирск...** Это путешествие вглубь себя ... Под шум Катунь и шепот звездопада... Это тайна Тишины и сокровищница Сердец... Это возможность повзрослеть, став на время ребенком... Это волшебство... Восторг и благодарность!

#### Отзывы участников XII декадника 2016 год

**Кристина Бароян, Курск.** Возможность повисеть свой профессионализм, проработать запросы. Почерпнуть ресурсы и ощутить себя в потоке. Профессионально. Потрясающе. Огромная благодарность организаторам и преподавателям за чудесный опыт.

**Волкова Екатерина, Курганская обл.** ...Благодарю всех до одного тренеров... Это радость и счастье почерпнуть от вас знаний... Я довольна всем и вся! Сам декадник позволяет при взаимодействии с участниками постигать открытия в себе и мире. Я убедилась ещё раз, что здорова, счастлива и гармонична...

#### Отзывы участников XI декадника 2015 год

**Елена Эрдман, Новосибирск.** На Декаднике Источник Успеха Алтай 2015 я побывала в первый раз!!! Это Мега событие в моей жизни до сих пор храниться в моем сердце – начиная от людей, чувств, ощущений, мест, тренеров, тренингов и много много другого!!! Выражаю ОГРОМНУЮ БЛАГОДАРНОСТЬ ЗА ВОЗМОЖНОСТЬ БЕЗ КАКИХ ЛИБО ОГРАНИЧЕНИЙ ПОСЕЩАТЬ ТАКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ – ЭТО ОЧЕНЬ ЦЕННО!!! спасибо всем кого я встретила на этом Декаднике и Желаю еще и еще много раз ВОТ ТАК проводить время ВМЕСТЕ!!!

#### Отзывы участников X декадника 2014 год

**Александрина, Томск.** Недавно перед сном сын вспомнил, как здорово было в «Адару» (а ведь это у него не единственное сильное впечатление от лета – был еще перевал, который он совершил с отцом). Сразу стало тепло и радостно. С огромной долгоиграющей:) благодарностью ко всем организаторам, тренерам, участникам! ... Без такого жизнь была бы не полна.

**Юлия Ефимова, Новосибирск.** Декадник... Очень глубокое погружение в детство, в то детство, когда формируется доверие к людям, где обычно учатся заводить друзей, общаться. Детство, не прожитое вовремя... Очень много новых знакомств, я вас очень люблю! Что дал мне декадник? Это была тренировка новой меня. Как первый получившийся прыжок с трамплина... С нетерпением жду лета, новых встреч со старыми и новыми друзьями.

#### Отзывы участников IX декадника 2013 год

**Алла Родкина, Любовь Литосова, Иркутская область.** ... Спасибо вам, друзья, и уезжая, Благодарим за опыт, просветление в мозгах... Целительный и мудрый Дух Алтая Распространим мы на Байкальских берегах!

#### Отзывы участников VIII декадника 2012 год

**Людмила Маринчева, Киров.** Понравилось все: и программа декадника, и организация (все четко и без каких-либо неувязок), и возможность более тесно соприкоснуться с природой и историей Алтая. Спасибо!

Амангельды Стамбеков, Семей, Казахстан. Спасибо огромное за ЧУДЕСНУЮ НЕДЕЛЮ. Атмосфера НАСТОЯЩЕЙ ЖИЗНИ, полной самых теплых встреч с людьми, с которыми хочется жить ВЕЧНО! Атмосфера ПОЛНОГО ПРИНЯТИЯ и ЖЕЛАННОСТИ ...Для меня

декадник это не промежуток времени, не географическая точка, а ПРИВАЛ в ПУТИ...к себе, ...ЗДОРОВО, что мой ПРИВАЛ СЛУЧИЛСЯ на АЛТАЕ и будет служить источником НОВОГО УСПЕХА!

### Отзывы участников VII декадника 2011 год

**Анна Булычева, Новосибирск.** Первый опыт участия в летнем декаднике ОППЛ оказался очень ценным. Источников для счастья было много: дивная природа, уютное пространство, комфортные условия проживания, возможности для интересного времяпрепровождения (верховая езда, плавание, горные прогулки), интересное общество. Высокий уровень организации, разнообразная тренинговая программа, классные тренеры. Огромная благодарность тренерам и участникам групп за инсайты и новый опыт!

### Отзывы участников VI декадника 2010 год:

**Елена Польшникова, Хабаровск.** Декадник на Алтае – ежегодное маленькое чудо, которого ждешь, к которому готовишься. Необыкновенные места, напоенные силой Алтайской природы. Встреча со старыми и обретение новых друзей. Костры и карнавалы, походы и купание, радость и веселье. Тренинги, практики, новые знания и новый опыт. Неповторимая атмосфера свободы и возвращения в детство...

По всем вопросам можно обращаться в оргкомитет.

### Оргкомитет (вопросы, заявки на участие)

Россия, Новосибирск, Ирина Татарова. телефоны: +7 (905) 945-87-07 (он же в WhatsApp), +7 (906) 996-28-11, e-mail: roza\_irma@mail.ru, psifEst2020@yandex.ru. скайп: roza\_irma <https://www.instagram.com/anatolevna6560/>

Генеральный информационный партнер samopoznanie.ru



## НОВОСТИ РАБОЧИХ ОРГАНОВ ОППЛ

# ПРОТОКОЛ ЗАСЕДАНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОГО СОВЕТА ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

от 06.07.2021 г.

### Присутствовали на заседании:

- Макаров Виктор Викторович, президент ОППЛ, профессор
- Челгова Ирина Алексеевна, вице-президент Лиги, председатель комитета профессионального признания и наград
- Слабинский Владимир Юрьевич, член Центрального Совета, председатель комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ
- Зезюлинская Инна Алексеевна, член Центрального Совета, Официальный представитель ЦС ОППЛ в Крыму и Севастополе
- Калашников Андрей Сергеевич, член Центрального Совета, председатель комитета по коучингу ОППЛ
- Кузовкин Виктор Владимирович, член Центрального Совета, председатель комитета по образованию ОППЛ
- Калмыкова Инга Юрьевна, исполнительный директор ОППЛ
- Камалова София Цихиловна, учёный секретарь Центрального Совета ОППЛ
- Родимова Наталья Львовна, менеджер Центрального Совета ОППЛ
- Скукин Сергей Александрович, ассистент Центрального Совета ОППЛ
- Есельсон Семен Борисович, руководитель модальности «Экзистенциальная психотерапия» в ОППЛ, инициатор и куратор проведения Экспертного опроса по социальной психотерапии

**Председатель заседания** В. В. Макаров

**Секретарь** С. Ц. Камалова

### Повестка дня:

1. Ребрендинг ОППЛ, докладчики Макаров В. В., Приходченко О. А.
2. Круглый стол по социальной психотерапии 7 июля 2021, докладчик Макаров В. В.
3. Об аккредитации профессионалов в модальностях, докладчики Макаров В. В., Калмыкова И. Ю.
4. Экспертный опрос по социальной психотерапии, докладчики Макаров В. В., Есельсон С. Б.
5. Разное.

### 1. Ребрендинг ОППЛ

Слушали: сообщение Макарова В. В. об активной работе ОППЛ в отношении ребрендинга ОППЛ, работе специально созданные группы, кот подгот ребрендинг. На след. встрече будет обсуждаться тема изменения статуса Лиги на Общероссийская психолого-психотерапевтическая лига (ОППЛ), предложенная И. В. Румянцевой с целью внести в название Лиги психологов.

Просим присоединиться к обсуждению.

### 2. Круглый стол по социальной психотерапии 7 июля 2021 г.

Слушали: сообщение Макарова В. В. о проведении 07.07.2021 Экспертного круглого стола с международным участием «Социальная психотерапия и психологическая помощь – конструктивный ответ на вызовы новейшего времени». В программе круглого стола 10 фиксированных докладов, набрано определенное количество участников;

сообщение Есельсона С. Б. о важности проведения круглого стола с целью популяризации нового понятия «Социальная психотерапия», крайне значимого для существования ОППЛ.

### 3. Об аккредитации профессионалов в модальностях

Слушали: сообщение Калмыковой И. Ю. о прохождении аккредитации по процедуре грандпэрентига полным ходом. СРО аккредитовано 147 чел, 12 заявлений находятся на рассмотрении, основной объем аккредитаций осуществляется в полимодальной психотерапии. Другие модальности: эмоционально-образная психотерапия, транзактный анализ: восточная версия, символдрама, позитивная психотерапия, экзистенциальная психотерапия, клиент-центрированная психотерапия, позитивная динамическая психотерапия. В процесс аккредитации активно включаются регионы, возникают договоренности о проведении первичной аккредитации.

### 4. Экспертный опрос по социальной психотерапии

Слушали: сообщение Есельсона С. Б. о причинах необходимости проведения опроса – основания для последующего ведения дискуссий с чиновниками, депутатами и другими представителями власти. Опросник был разработан и разослан действительным членам ОППЛ и руководителям региональных отделений, из которых будут дополнительно отбираться эксперты; руководителям модальностей Лиги был направлен запрос о формировании списков экспертов в их модальностях.

Комментарий Калашникова А. С. с напоминанием о цели опроса: создании экспертного мнения по вопросу, связанному с образованием, и максимальном дистанцировании от коллег из МГУ и других структур, занимающихся подготовкой психологов-консультантов на уровне базового образования; постановка вопроса о достаточности базового образования и получения легитимных прав на проведение образовательной деятельности.

Комментарий Кузовкина В. В. о неясности ситуации с Законом о психологической помощи.

### 5. Разное

Слушали: сообщение Макарова В. В. об открытом письме психологического сообщества Президенту РФ: после принятия постанов-

ления Правительства РФ, исключая психотерапию и сексологию из лицензируемых специальностей, группой профессионалов составлено открытое письмо Президенту РФ, после чего ряд лиц, подписавшихся под письмом, отозвали свои подписи, и под письмом остались исключительно подписи лиц, представляющих ОППЛ.

Предложение: обсудить данное письмо, соответствующим образом подготовить его и разместить в открытых источниках.

Решили: поручить С. Ц. Камаловой разослать письмо членам ЦС ОППЛ.

**6. О дате следующего заседания Центрального Совета ОППЛ**  
Решили: назначить следующее заседание Центрального Совета ОППЛ на 7 сентября 2021 г. (вторник), в 11.00 МСК.

Ссылка на запись трансляции заседания: <https://youtu.be/TLUhexAAy08>



## ОФИЦИАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

# О ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АККРЕДИТАЦИИ ПСИХОТЕРАПЕВТОВ И ПСИХОЛОГОВ

СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов» на сегодняшний день является единственной, официально признанной государством и функционирующей в соответствии с 315-ФЗ организацией, которая обязана разрабатывать для своих членов стандарты профессиональной деятельности, контролировать соответствие им и удостоверяют их процедурой аккредитации.

Аккредитация в СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов» означает, что аккредитованный специалист, стандарт модальности или образовательная (обучающая) программа соответствует высоким стандартам её профессиональной деятельности, и вместе с тем, СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов», со своей стороны, признаёт и гарантирует высокую профессиональную квалификацию аккредитованного профессионала и соответствие его профессиональной деятельности, стандартов применяемых методов (методик) работы, образовательных (обучающих) программ её стандартам.

Для действительных членов ОППЛ и СРО пока доступна аккредитация «По совокупности заслуг» (Grandparenting).

Для остальных профессионалов Саморегулируемая организация Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов» проводит профессиональную аккредитацию в соответствии с Положением об аккредитации в СРО.

**Подробнее на официальном сайте Национальной СРО <http://psy-org.ru/> и по адресу [center@oppl.ru](mailto:center@oppl.ru)**

**Для проведения Аккредитации «По совокупности заслуг» (Grandparenting) необходимо подать:**

- заявление об Аккредитации,
- копию свидетельства действительного члена ОППЛ,
- биографическую справку, (Биографическая справка пример)
- оплатить на счёт НС-СРО аккредитационный взнос в размере семи тысяч рублей (счет выставляется на основании Заявления).

Заявление рассматривается в течение рабочей недели, заявитель будет проинформирован о принятом решении. В случае положительного решения, официальный документ об аккредитации будет вручен заявителю в торжественной обстановке или направлен почтой.

## СОСТАВ ЭКСПЕРТНОЙ АККРЕДИТАЦИОННОЙ КОМИССИИ

### По совокупности заслуг (Grandparenting):

Макаров Виктор Викторович – председатель аккредитационной комиссии, Президент СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов».

Калмыкова Инга Юрьевна – ответственный секретарь аккредитационной комиссии, и.о. директора СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов».

Румянцева Инга Викторовна – независимый член Наблюдательного Совета Ассоциации. Региональный представитель. Представитель модальности.

### Состав экспертной аккредитационной комиссии по первичной аккредитации:

Макаров Виктор Викторович – председатель аккредитационной комиссии, Президент СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов».

Калмыкова Инга Юрьевна – ответственный секретарь аккредитационной комиссии, и.о. директора СРО Национальная Ассоциация «Союз психотерапевтов и психологов».

Кузовкин Виктор Владимирович – независимый член Наблюдательного Совета

Ассоциации, член комиссии по разработке профессиональных стандартов.

Румянцева Инга Викторовна – независимый член Наблюдательного Совета Ассоциации. Региональный представитель. Представитель модальности.

### Эксперты – представители модальности (метода) психотерапии или психологического консультирования, приглашаемые по вопросам, решаемым аккредитационной комиссией.

Арсеньева Вера Владимировна  
Белгородский Лев Семенович  
Белорусов Сергей Анатольевич  
Битехтина Любовь Дмитриевна  
Бондаренко Александр Федорович  
Бурно Марк Евгеньевич  
Бурняшев Михаил Геннадиевич  
Варга Анна Яковлевна  
Гадецкий Олег Георгиевич  
Докучаева Лариса Николаевна  
Доморацкий Владимир Антонович  
Ермошин Андрей Федорович  
Есельсон Семен Борисович  
Завьялов Владимир Юрьевич  
Зуйкова Надежда Леонидовна  
Киневская Лия Александровна  
Сурина Лидия Алексеевна  
Калмыкова Инга Юрьевна

Кириллов Иван Олегович  
Клепиков Николай Николаевич  
Ключников Сергей Юрьевич  
Ковалев Сергей Викторович  
Копытин Александр Иванович  
Корабельникова Елена Александровна  
Кочарян Александр Суменович  
Кузовкин Виктор Владимирович  
Лаврова Нина Михайловна  
Линде Николай Дмитриевич  
Локтионова Альбина Викторовна  
Майков Владимир Валерьянович  
Бревде Геннадий Михайлович  
Макаров Виктор Викторович  
Макарова Галина Анатольевна  
Махновская Людмила Васильевна  
Мироник-Аксенова Оксана Ивановна  
Обухов-Козаровицкий Яков Леонидович  
Петрова Елена Юрьевна  
Гаврилин Павел Васильевич  
Печникова Елена Юрьевна  
Филиппова Галина Григорьевна  
Романова Илона Евгеньевна  
Сандомирский Марк Евгеньевич  
Белгородский Лев Семенович  
Семёнова Алла Ивановна (представитель – Абрашкина Елена Алексеевна)  
Сербина Людмила Николаевна  
Силенок Петр Федорович

Слабинский Владимир Юрьевич  
 Старостин Олег Альбертович  
 Табидзе Александр Александрович  
 Тимошкина Алина Алексеевна  
 Тукаев Рашит Джаудатович  
 Хорошутин Павел Павлович  
 Чобану Ирина Константиновна

**Эксперты – представители регионов, приглашаемые по вопросам, решаемым аккредитационной комиссией.**

Авдеенко Сергей Сергеевич  
 Альмухаметова Гузел Ирековна  
 Басин Максим Александрович  
 Бегашвили Марине Роландиевна  
 Белоусова Наталья Геннадьевна  
 Берберян Ася Суменовна  
 Бобкова Лариса Николаевна  
 Византийская Ирина Юрьевна  
 Демина Мария Андреевна  
 Демченко Ольга Сергеевна  
 Джакупов Максат Сатыбылдыевич  
 Журбенко Наталия Борисовна  
 Зезюлинская Инна Алексеевна

Каверина Аниса Загретдиновна  
 Каланча Анжела Андреевна  
 Калимуллина Резеда Ниазиевна  
 Канищева Татьяна Михайловна  
 Ковалев Игорь Анатольевич  
 Коляева Марина Владимировна  
 Кочарян Игорь Александрович  
 Ладыгина Валентина Петровна  
 Латыпова Эндже Анваровна  
 Лях Игорь Вячеславович  
 Муравьева Александра Сергеевна  
 Мусаева Саида Сеидага гызы  
 Новиков Виктор Валерьевич  
 Нужный Владимир Дмитриевич  
 Озерова Татьяна Викторовна  
 Первак Виолетта Евгеньевна  
 Пиоров Валерий Вениаминович  
 Положая Злата Борисовна  
 Припутневич Денис Николаевич  
 Рожков Сергей Александрович  
 Романенко Евгения Юрьевна  
 Рудная Марина Николаевна  
 Румянцева Инга Викторовна

Рустамов Эльнур Меджнун оглы  
 Рычков Николай Николаевич  
 Савельева Ирина Евгеньевна  
 Селезнев Владимир Михайлович  
 Серецану Ольга Валерьевна  
 Силенок Инна Казимировна  
 Словеснова Людмила Борисовна  
 Солоха Алина Васильевна  
 Старостина Алена Анатольевна  
 Степовая Аурика Владимировна  
 Сурина Лидия Алексеевна  
 Тимербулатов Ильгиз Фаритович  
 Топорков Артём Иванович  
 Троян Людмила Петровна  
 Тюрина Елена Дмитриевна  
 Фурцев Иван Сергеевич  
 Ханникова Светлана Николаевна  
 Цирельников Александр Николаевич  
 Шиварева Татьяна Анатольевна  
 Шильдебасовой Назгуль  
 Юферева Екатерина Андреевна  
 Яковлев Евгений Георгиевич

## РЕЕСТР ЛИЧНЫХ ТЕРАПЕВТОВ ОПЛ

### Реестр Личных терапевтов-адвайзеров ППЛ

Фамилия, имя, отчество	№ СВ	Контактные данные	Срок действия
Макаров Виктор Викторович	A2	Эл. почта: 9259036@mail.ru	2020
Макарова Екатерина Викторовна	A1	Эл. почта: kmopl@mail.ru	2020
Перервус Наталья Эдуардовна	ЛТА01	Эл. почта: nated29@mail.ru skype: pererwusnatalya	2022
Шевелева Елена Витальевна	ЛТА02	Эл. почта: shelen777@mail.ru Тел.: +7777 239 01 11	2022
Зезюлинская Инна Алексеевна	ЛТА03	Эл. почта: palgold@mail.ru Тел.: +7 (978) 852-74-03	2022
Музалева Инна Георгиевна (Инвика)	ЛТА04	Эл. почта: 913@bk.ru Тел.: +7 (961) 222-54-61	2022
Коляева Марина Владимировна	ЛТА05	Эл. почта: marina_eipp@mail.ru	2022
Византийская Ирина Юрьевна	ЛТА06	Эл. почта: vizantya@mail.ru Тел.: +7 (902) 561-57-65 +7 (914) 901-91-15	2022
Лаврова Нина Михайловна	ЛТА07	Эл. почта: vasilylavrov@yandex.ru	2022
Дуплищев Константин Николаевич	ЛТА08	Эл. почта: duplishchev76@gmail.com Тел.: +7 (905) 952-43-46	2022
Авагимян Анжела Албертовна	ЛТА09	Эл. почта: avagimyan_anzhela@mail.ru Тел.: +7 (903) 127-96-51	2022

### Аккредитованные Личные терапевты ППЛ

Фамилия, имя, отчество	Уровень Аккредитации	№ СВ	Срок действия
Макарова Галина Анатольевна	Международного	АЛТ 5	2020
Авагимян Анжела Албертовна	Международного	АЛТ 10	2020
Лейко Елена Витальевна	Межрегионального	АЛТ 11	2020
Григорьева Татьяна Александровна	Межрегионального	АЛТ 12	2020
Мосевнин Эдуард Борисович	Межрегионального	АЛТ 13	2020
Инвика	Международного	Е 31	2020
Полуэктова Светлана Владимировна	Межрегионального	АЛТ 15	2020
Саркисова Диана Романовна	Регионального	АЛТ 16	2020

Фамилия, имя, отчество	Уровень Аккредитации	№ СВ	Срок действия
Огаркова Юлия Леонидовна	Международного	АЛТ 14	2020
Чеглова Ирина Алексеевна	Международного	Е29	2020
Самарин Геннадий Владимирович	Национального	АЛТ18	2020
Купцова Инга Викторовна	Межрегионального	АЛТ 20	2020
Джурук Алексей Сергеевич	Межрегионального	АЛТ 19	2020
Филлипова Галина Григорьевна	Национального	Е32	2020
Шевелёва Елена Витальевна	Международного	АЛТ 21	2020
Байструкова Алла Леонидовна	Международного	АЛТ 22	2020
Куликова Людмила Генриховна	Международного	Е33	2020
Смолина Ольга Анатольевна	Межрегионального	АЛТ 24	2020
Князева Любава Никифоровна	Национального	АЛТ 25	2021
Аксютич Татьяна Павловна	Международного	АЛТ 26	2021
Верина Ольга Михайловна	Межрегионального	АЛТ 27	2021
Воронин Сергей Константинович	Межрегионального	АЛТ 29	2021
Романова Илона Евгеньевна	Межрегионального	АЛТ 30	2021
Мавиди Ольга Михайловна	Национальный	Д13	2021
Кундеренко Ирина Юрьевна	Межрегиональный	Д14	2021
Долженко Александра Сергеевна	Межрегиональный	Д15	2021
Петухова Людмила Ивановна	Национальный	Д16	2021
Гельд Александра Львовна	Национальный	Д17	2021
Каратаева Леда Александровна	Национальный	Д18	2021
Токарева Ирина Феликсовна	Национальный	Д19	2021
Кульназарова Айнур Жасаганбергеновна	Национальный	Д20	2021
Аксенфельд Раиса Гарриевна	Национальный	Д21	2021
Ивлюшкина Татьяна Ивановна	Межрегиональный	Д22	2021
Турченко Нина Михайловна	Международный	Д23	2021
Велисвет Степан Вячеславович	Региональный	Д24	2021
Щербакова Ирина Михайловна	Международный	Д29	2021
Рудная Марина Николаевна	Международный	Д30	2021
Первиненко Ольга Ильинична	Национальный	Д31	2021
Ваарик Яна Лембитовна	Межрегиональный	Д32	2021
Овдина Алена Игоревна	Межрегиональный	Д34	2021

Фамилия, имя, отчество	Уровень Аккредитации	№ СВ	Срок действия
Шудрова Ольга Александровна	Межрегиональный	Д35	2022
Жангожина Бибигуль Жанабаевна	Межрегиональный	Д36	2022
Тольцман Марина Анатольевна	Международный	Д37	2022
Ковалева Наталья Владимировна	Национальный	Д38	2022
Войтенко Мария Юрьевна	Межрегиональный	Д39	2022
Дёмина Альбина Николаевна	Национальный	Д40	2022
Дьячкова Людмила Петровна	Межрегиональный	Д41	2022
Иванова Татьяна Викторовна	Межрегиональный	Д42	2022
Константинова Анна Евгеньевна		Д43	2022
Скоробогатова Анна Анатольевна	Межрегиональный	Д44	2022
Черепанов Антон Владиславович	Межрегиональный	Д45	2022
Татаренкова Надежда Владимировна	Международный	Д46	2022
Камышев Константин Анатольевич	Межрегиональный	Д47	2022
Котлярова Валентина Федоровна	Межрегиональный	Д48	2022
Тваровская Ольга Александровна	Межрегиональный	Д50	2022
Баскакова Людмила Николаевна	Национальный	Д51	2022
Петерс Екатерина Геннадьевна	Межрегиональный	Д52	2022
Имангажина Светлана Николаевна	Национальный	Д54	2022
Руденко Дмитрий Александрович	Международный	Д55	2022
Крикунова Екатерина Юрьевна	Международный	Д56	2022
Егорова Светлана Александровна	Международный	Д57	2022
Голубева Наталья Валентиновна	Национальный	Д58	2023
Арефьева Зульфия Хуснитдиновна	Национальный	Д59	2023
Попова Ольга Леонидовна	Национальный	Д60	2023
Халикова Мария Николаевна	Межрегиональный	Д61	2023
Булычева Анна Евгеньевна	Национальный	Д62	2023
Гришанов Александр Николаевич	Межрегиональный	Д63	2023
Андронникова Ольга Олеговна	Национальный	Д64	2023
Тишаков Дмитрий Валериевич	Региональный	Д65	2023
Вохмянина Тамара Викторовна	Международный	Д66	2023
Фрай Александра Владимировна	Региональный	Д67	2023
Салоид Людмила Викторовна	Региональный	Д68	2023
Антонова Кира Евгеньевна	Региональный	Д69	2023
Ермаченко Андрей Владимирович	Региональный	Д70	2023
Рассабина Виктория Анатольевна	Региональный	Д71	2023
Маяковская Майя Олеговна	Региональный	Д72	2023
Майфат Любовь Владимировна	Региональный	Д73	2023
Бекежанова Ботакоз	Национальный	Д74	2023
Осипова Наталья Николаевна	Региональный	Д75	2023
Щербакова Анна Михайловна	Региональный	Д76	2023
Ерофеева Татьяна Викторовна	Региональный	Д77	2023
Федорова Светлана Геннадьевна	Региональный	Д78	2023
Баженова Ирина Александровна	Межрегиональный	Ч-С-0001	2023
Богута Сергей Александрович	Национальный	Ч-С-0002	2023
Степанова Галина Валерьевна	Национальный	Ч-С-0003	2023

Фамилия, имя, отчество	Уровень Аккредитации	№ СВ	Срок действия
Заставина Александра Анатольевна	Региональный	Ч-С-0004	2023
Лебедева Светлана Витальевна	Региональный	Ч-С-0005	2023
Медведева Елена Аркадьевна	Региональный	Ч-С-0006	2023
Мусохранова Ирина Александровна	Межрегиональный	Ч-С-0007	2023
Федорова Олеся Владимировна	Межрегиональный	Ч-С-0008	2023
Сейтбекова Лариса Атановна	Региональный	Ч-С-0009	2023
Павлюкова Елена Викторовна	Региональный	Ч-С-0010	2023
Нестеренок Алина Андреевна	Региональный	Ч-С-0011	2023
Лященко Наталья Наримовна	Региональный	Ч-С-0012	2024
Потёмкина Ирина Викторовна	Международный	Д53	2022
Толстая Светлана Викторовна	Международный	Д11	2021

### Аккредитованные Личные терапевты – руководители модальностей ППЛ

Фамилия, имя, отчество	Модальность	Регион
Бурняшев Михаил Геннадиевич	Системно-феноменологическая психотерапия	Москва
Сербина Людмила Николаевна	Процессуально-ориентированная психология и психотерапия	Москва
Майков Владимир Валерьевич	Трансперсональная психотерапия	Москва
Локтионова Альбина Викторовна	Интегративная детская психотерапия	Москва
Макарова Галина Анатольевна	Транзактный анализ – восточная версия	Москва
Ермошин Андрей Федорович	Психокатализ	Московская область
Битехтина Любовь Дмитриевна	Со-руководитель модальности «Религиозно-ориентированная психотерапия» ОППЛ	Москва
Сандомирский Марк Евгеньевич	Ресурсно-ориентированная системная психотерапия	Москва
Семенова Алла Ивановна	Целебная творческая психолингвистика	Канберра, Австралия-Москва
Чобану Ирина Константиновна	Психотерапевтическая кинезиология	Москва
Печникова Елена Юрьевна	Психология и психотерапия репродуктивной среды (перинатальная психотерапия)	Москва
Белгородский Лев Семонович	Телесно-ориентированная психотерапия, Ресурсно-ориентированная психотерапия	Москва
Положая Злата Борисовна	Духовно-ориентированная психотерапия	Москва
Мироник-Аксенова Оксана Ивановна	Психоорганический анализ	Москва
Лаврова Нина Михайловна	Системная семейная психотерапия: восточная версия	Санкт-Петербург
Обухов-Козаровицкий Яков Леонидович	Символдрама	Москва-Запорожье, Украина

### Кандидаты в Личные терапевты ППЛ

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Гиганова Екатерина Алексеевна	нет	Москва	16.10.16	T03
Демина Дания Амировна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T32
Жарова Татьяна Ивановна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T06

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Курдюкова Марина Леонидовна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T07
Ковалев Дмитрий Станиславович	Действительный член ППЛ	Тверь	16.10.16	T08
Овсепян Регина Хачатуровна	Консультативный член ППЛ	Москва	16.10.16	T12
Петухова Людмила Ивановна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T15
Пономарева Наталия Александровна	нет	Москва	16.10.16	T16
Соловьева Юлия Борисовна	Консультативный член ППЛ	Москва	16.10.16	T19
Святловская Евгения Александровна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T21
Соколова Валентина Витальевна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T29
Тихновецкая Луиза Нодарьевна	Консультативный член ППЛ	Москва	16.10.16	T22
Шестакова Ирина Станиславовна	Действительный член ППЛ	Орел	16.10.16	T24
Тюменкова Галина Викторовна	Действительный член ППЛ	Москва	16.10.16	T30
Жулина Светлана Сергеевна	Действительный член ППЛ	Ивантеевка, МО	09.04.17	T34
Крикунова Екатерина Юрьевна	Консультативный член ППЛ	Дмитровград, Ульяновская область	09.04.17	T35
Ладыгина Валентина Петровна	Действительный член ППЛ	Москва	09.04.17	T36
Прокошина Светлана Евгеньевна	Действительный член ППЛ	Москва	09.04.17	T37
Чернышова Светлана Евгеньевна	Действительный член ППЛ	Москва	09.04.17	T40
Корчагина Галина Александровна	Действительный член ППЛ	Иркутск	27.03.17	T47
Машкова Людмила Семеновна	Действительный член ППЛ	Усолье-Сибирское	27.03.17	T50
Ланцева Татьяна Владимировна	Действительный член ППЛ	Чита	27.03.17	T51
Фурцев Иван Сергеевич	Действительный член ППЛ	Чита	27.03.17	T52
Хамаганова Елена Николаевна	Действительный член ППЛ	Улан Удэ	27.03.17	T54
Бухаркова Ольга Валерьевна	Действительный член ППЛ	Москва	15.06.17	T57
Тлембаева Гульнар Кыдыралиевна	Действительный член ППЛ	Алматы, Казахстан	15.06.17	T58

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Кузнецова Оксана Викторовна	Действительный член ППЛ	Москва	15.06.17	T59
Масленникова Юлия Павловна	Действительный член ППЛ	Пенза	15.06.17	T62
Каланча Вероника Михайловна	Действительный член ППЛ	Кишинев, Республика Молдова	15.06.17	T63
Павлова Гюльнара Ревовна	Действительный член ППЛ	Москва	15.06.17	T65
Соловьева Светлана Борисовна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	15.06.17	T67
Гудошникова Арина Сергеевна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	15.06.17	T69
Ведищева Марина Борисовна	Действительный член ППЛ	Екатеринбург	12.10.17	T71
Гранина Ирина Викторовна	Действительный член ППЛ	Екатеринбург	12.10.17	T73
Курочкин Сергей Николаевич	Действительный член ППЛ	Екатеринбург	12.10.17	T74
Логвиненко Александр Сергеевич	Действительный член ППЛ	Екатеринбург	12.10.17	T75
Перцель Михаил Григорьевич	Действительный член ППЛ	Екатеринбург	12.10.17	T76
Михейкина Оксана Витальевна	Действительный член ППЛ	Брянск	22.11.17	T81
Жильцов Юрий Григорьевич	Действительный член ППЛ	Новосибирск	22.11.17	T82
Михалькова Екатерина Ивановна	Действительный член ППЛ	Балаково, Саратовская область	22.11.17	T84
Руденко Дмитрий Александрович	Действительный член ППЛ	Москва	22.11.17	T87
Строкова Елена Валерьевна	Действительный член ППЛ	Саратов	22.11.17	T88
Приуполина Лариса Михайловна	Действительный член ППЛ	Астрахань	22.11.17	T89
Гуреева Лариса Павловна	Действительный член ППЛ	Астрахань	22.11.17	T90
Голгофская Ирина Геннадьевна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	22.11.17	T91
Гоциридзе Алена Михайловна	Наблюдательный член ППЛ	Москва	22.11.17	T92
Потехин Станислав Викторович	Действительный член ППЛ	Москва	22.11.17	T93
Стражкова Анжелика Николаевна	Действительный член ППЛ	Ярославль	22.11.17	T94
Аверкина Светлана Сергеевна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T96

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Гусева Александра Анатольевна	Консультативный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T98
ДригвальЯна Павловна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T99
Кучер Анна Владимировна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T100
ЛазареваОльга Олеговна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T101
Омельянчук Алексей Викторович	Действительный член ППЛ	Ялта, Крым	04.12.17	T102
ПанковаВера Андреевна	Наблюдательный член ППЛ	Феодосия, Крым	04.12.17	T103
ПолещукОксана Валериевна	Действительный член ППЛ	Симферополь	04.12.17	T104
ПолещукОлег Васильевич	Действительный член ППЛ	Симферополь	04.12.17	T105
РоговаяОльга Витальевна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T106
СоболеваНаталья Владимировна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T107
ТишаковДмитрий Валериевич	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T108
ТкаченкоМарина Геннадьевна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T109
Щербакова Светлана Александровна	Действительный член ППЛ	Севастополь	04.12.17	T110
Алексееенко Кирилл Петрович	Наблюдательный член ППЛ	Харьков, Украина	12.01.18	T112
БельскаяОльга Николаевна	Консультативный член ППЛ	Москва	12.01.18	T113
Вербицкая Наталья Геннадьевна	Консультативный член ППЛ	Семилуки, Воронежская область	12.01.18	T115
Дубровская Галина Павловна	Консультативный член ППЛ	Воронеж	12.01.18	T116
КегелесАнастасия Эдуардовна	Консультативный член ППЛ	Берлин, Германия	12.01.18	T117
Смолярова Наталья Дмитриевна	нет	Холон, Израиль	12.01.18	T120
ШевцоваЕлена Александровна	Консультативный член ППЛ	Севастополь, Крым	12.01.18	T122
ФомицкаяТатьяна Евгеньевна	Консультативный член ППЛ	Семилуки, Воронежская область	12.01.18	T123
БердниковаАнна Геннадьевна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	21.02.18	T124
ГончароваТатьяна Валерьевна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	21.02.18	T126

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Дубук Ольга Александровна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	21.02.18	T128
Ковалишина Марина Сергеевна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	21.02.18	T129
КаздаеваГалина Викторовна	нет	Астана, Казахстан	07.03.18	T131
КлючниковаАнна Адольфовна	Действительный член ППЛ	Москва	07.03.18	T132
ШабановаЮлия Александровна	Наблюдательный член ППЛ	Ульяновск	07.03.18	T133
НасироваТинатин Низами_кызы	Действительный член ППЛ	Белгород	29.03.18	T140
СавченкоСветлана Вячеславовна	Наблюдательный член ППЛ	Одинцово, МО	29.03.18	T141
ШошинаАлександра Игоревна	нет	Архангельск	29.03.18	T142
СадальскаяЕлена Вацлав-Франтишковна	Действительный член ППЛ	Москва-Рига	29.03.18	T144
Хабиров Марат Адипович	Действительный член ППЛ	Республика Башкортостан	17.06.18	КД1
СаугабаеваНазира Толееновна	нет	Казахстан г. Астана	17.06.18	КД4
Касымбекова Айгерим Жаксыбайкызы	нет	Казахстан г. Астана	17.06.18	КД5
Сухачева Ольга Владимировна	Действительный член ППЛ	Москва	10.06.18	ВЕН9
ВяземшевАндрей Михайлович	Действительный член ППЛ	Чехов	10.06.18	ВЕН12
ЕгороваСветлана Александровна	Действительный член ППЛ	Москва	10.06.18	ВЕН13
ВяземшеваНаталья Николаевна	Действительный член ППЛ	Чехов	10.06.18	ВЕН14
Ладыгина Валентина Петровна	Действительный член ППЛ	Москва	10.06.18	ВЕН4
Перервус Наталья Эдуардовна	Действительный член ППЛ	Архангельск	10.06.18	ВЕН5
Ромасенко Оксана Игоревна	Действительный член ППЛ	Казахстан	6.12.18	КД12
Цыганцева Елена Сергеевна	нет	Москва	6.12.18	КД13
Старых Владислав Сергеевич	Действительный член ППЛ	Новосибирск	6.12.18	КД16
Садовников Евгений Владимирович	Действительный член ППЛ	Сургут	6.12.18	КД22
Купрякова Анастасия Владимировна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	6.12.18	КД23
Азизова Аниса Рамильевна	Действительный член ППЛ	Новосибирск	6.12.18	КД24

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Болотенюк Ольга Александровна	Консультативный член	Петропавловск-Камчатский	13.03.19	КД26
Гусева Анна Евгеньевна	нет	Москва	13.03.19	КД27
Павловская Анна Владимировна	Действительный член	Симферополь	13.03.19	КД34
Апполонова Надежда Геннадьевна	Консультативный член	Москва	15.03.19	КД38
Дочучаева Лариса Николаевна	Действительный член	Екатеринбург	15.03.19	КД39
Медведева Варвара Вячеславовна	Действительный член	Москва	15.03.19	КД40
Солоха Алина Васильевна	Действительный член	Красноярск	15.03.19	КД42
Козлова Анна Ивановна	Действительный член	Иркутск	15.03.19	КД43
Собко Вера Олеговна	Консультативный член	Самара	15.03.19	КД45
Федотова Ирина Сергеевна	Действительный член	Москва	15.03.19	КД46
Шильдебаета Назгуль Абдуллаевна	Действительный член	Алматы	15.03.19	КД48
Пачина Елена Станиславовна	Действительный член	Москва	15.03.19	КД49
Рыжкова Елена Николаевна	Действительный член	Березовский	15.03.19	КД50
Латыфов Эдуард Викторович	Действительный член	Пермь	27.11.19	КД51
Котова Екатерина Анатольевна	Действительный член	Москва	27.11.19	КД52
Ерофеева Татьяна Викторовна	нет	Москва	27.11.19	КД54
Лященко Наталья Наримановна	Действительный член	Москва	27.11.19	КД55
Черняева Ирина Александровна	нет	Апшеронск	27.11.19	КД56
Романова Наталья Валентиновна	Действительный член	Ростов – на –Дону	27.11.19	КД57
Мерешак Вероника Сергеевна	Действительный член	Сочи	27.11.19	КД58
Роньжин Павел Викторович	Действительный член	Иркутск	27.11.19	КД59
Никитеева Валентина Владимировна	нет	Иркутская область	27.11.19	КД61
Сычевский Никита Сергеевич	Действительный член	Москва	27.11.19	КД63
Озерова Татьяна Викторовна	Действительный член	Новочеркасск	27.11.19	КД64
Лысенко Илья Владимирович	Действительный член	Санкт-Петербург	01.03.20	КД65
Майдитор Екатерина Викторовна	Действительный член	Новосибирск	01.03.20	КД67
Майфат Любовь Владимировна	Действительный член	Вологда	01.03.20	КД70
Лаврова Людмила Павловна	Действительный член	Вологда	01.03.20	КД71
Ситникова Наталья Александровна	нет	Санкт-Петербург	01.03.20	КД72
Храмцов Виталий Вениаминович	Действительный член	Владивосток	01.03.20	КД73
Тлеубаева Даурия Маратовна	нет	Нур-Султан	01.03.20	КД74

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	Дата выдачи свидетельства	Номер свидетельства
Базылева Татьяна Геннадьевна	Консультативный член	Германия, Кассель	01.03.20	КД75
Щербакова Анна Михайловна	нет	Сыктывкар	01.03.20	КД76
Полякова Евдокия Евгеньевна	Действительный член	Москва	01.03.20	КД78
Бекиева Виктория Мурмухаммедовна	Действительный член	Москва	01.03.20	КД79
Ускумбаева Салтанат Акихатовна	нет	Алматы	21.05.20	КД80
Федорова Светлана Геннадьевна	Консультативный член	Вологда	21.05.20	КД81
Осипова Наталья Николаевна	Консультативный член	Санкт-Петербург	21.05.20	КД82
Ибрагимкызы Губану	нет	Нур-Султан	21.05.20	КД83
Пшонко Дмитрий Георгиевич	Действительный член	Барнаул	21.05.20	КД84
Негрышева Ирина Валериевна	Консультативный член	Симферополь	21.05.20	КД85
Саюшкина Аида Салаватовна	Действительный член	Москва	21.05.20	КД86
Шандро Анжелика Владимировна	Действительный член	Екатеринбург	21.05.20	КД87
Сентялева Виктория Николаевна	Действительный член	Санкт-Петербург	21.05.20	КД88
Бекежанова Ботакоз Искракызы	Действительный член	Нур-Султан	21.05.20	КД89

**Реестр Личных терапевтов в модальности Символдрама**

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	№ СВ	Срок действия
Обухов-Козаровицкий Яков Леонидович	Действительный член ППЛ, руководитель модальности, Аккредитованный супервизор	г. Москва	СМ 32	2020
Жуков Александр Сергеевич	Действительный член ППЛ, Личный терапевт-Адвайзер ППЛ национального уровня	г. Новосибирск	А 4	2020
Екимова Валентина Ивановна	нет	г. Тула	СД 28	2020
Зезюлинская Инна Алексеевна	Действительный член ППЛ, Личный терапевт ППЛ национального уровня	г. Севастополь	АЛТ 23	2020
Абрамова Надежда Марковна	нет	г. Санкт-Петербург	СД 1	2020
Агеева Ирина Викторовна	Действительный член ППЛ	г. Москва	СД 2	2020
Александрова Наталья Юрьевна	нет	г. Туймазы, Башкортостан	СД 3	2020
Базарова Виктория Дмитриевна	Действительный член ППЛ	г. Владивосток	СД 4	2020
Берг Татьяна Николаевна	Действительный член ППЛ	г. Владивосток	СД 5	2020
Бубнова Вера Владимировна	нет	г. Москва	СД 6	2020
Веденева Екатерина Владимировна	нет	г. Челябинск	СД 7	2020
Гавриленко Виталий Анатольевич	Действительный член ППЛ	г. Новороссийск	СД 8	2020

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	№ СВ	Срок действия
Горова Татьяна Викторовна	Консультативный член ППЛ	г. Одинцово, МО	СД 9	2020
Емельянова Ольга Николаевна	нет	г. Чебоксары, Чувашская Республика	СД 10	2020
Зоткина Елена Александровна	нет	г. Самара	СД 11	2020
Игумнова Ольга Владимировна	Действительный член ППЛ	г. Алматы, Казахстан	СД 12	2020
Канищева Татьяна Михайловна	Действительный член ППЛ	г. Жуковский, МО	СД 13	2020
Карафа-Корбут Наталья Олеговна	Действительный член ППЛ	г. Москва	СД 14	2020
Клепиков Николай Николаевич	Действительный член ППЛ	г. Москва	СД 15	2020
Коробкин Александр Леонидович	нет	г. Владивосток	СД 16	2020
Коробова Ирина Геннадьевна	нет	Башкортостан, г. Туймазы,	СД 17	2020
Курильченко Наталья Николаевна	Действительный член ППЛ	г. Калининград	СД 18	2020
Маслов Михаил Николаевич	Действительный член ППЛ	г. Ростов-на-Дону	СД 19	2020
Монченко Марина Валентиновна	Действительный член ППЛ	г. Санкт-Петербург	СД 20	2020
Полуэктова Ольга Геннадьевна	нет	г. Тула	СД 21	2020
Попова Алевтина Ивановна	Действительный член ППЛ	г. Волгоград	СД 22	2020
Родина Екатерина Николаевна	Действительный член ППЛ	г. Киев, Украина	СД 23	2020
Хохрякова Татьяна Борисовна	нет	г. Москва	СД 24	2020
Шляпникова Марина Сергеевна	нет	г. Челябинск	СД 25	2020
Шорохова Ольга Ивановна	Действительный член ППЛ	г. Ростов-на-Дону	СД 26	2020
Шорохов Александр Григорьевич	Действительный член ППЛ	г. Ростов-на-Дону	СД 27	2020
Перцель Михаил Григорьевич	Действительный член ППЛ	г. Екатеринбург	Т 76	2020

Фамилия, имя, отчество	Членство в ППЛ	Регион	№ СВ	Срок действия
Кузнецова Оксана Викторовна	Действительный член ППЛ	г. Москва	Т 59	2020

### Реестр Личных терапевтов в модальности Система знаний Экологии мысли Л. П. Троян

Фамилия, имя, отчество	Уровень аккредитации	№ СВ	Срок действия
Кегелес Анастасия Эдуардовна	Международный	Д1	2021
Алексеев Кирилл Петрович	Межрегиональный	Д2	2021
Бельская Ольга Николаевна	Национальный	Д3	2021
Дубровская Галина Павловна	Национальный	Д4	2021
Смолярова Наталья Дмитриевна	Международный	Д8	2021
Фомищца Татьяна Евгеньевна	Межрегиональный	Д13	2021
Вербицкая Наталья Геннадьевна	Межрегиональный	Д14	2021
Шевцова Елена Александровна	Межрегиональный	Д15	2021
Малахова Наталия Владимировна	Международный	Д5	2021
Никифорова Татьяна Фёдоровна	Межрегиональный	Д6	2021
Скрицкая Татьяна Владимировна	Межрегиональный	Д7	2021
Солоненко Ольга Вячеславовна	Международный	Д9	2021
Стороженко Людмила Сергеевна	Национальный	Д10	2021
Тренина Наталья Валерьевна	Международный	Д12	2021
Москаленко Светлана Викторовна	Национальный	Д25	2021
Чернова Анастасия Игоревна	Национальный	Д26	2021
Белюсова Наталья Николаевна	Национальный	Д27	2021
Реева Ольга Юрьевна	Национальный	Д28	2021
Олейник Олеся Александровна	Региональный	Д49	2022
Потёмкина Ирина Викторовна	Межрегиональный	Д53	2022
Дзержинская Марина Александровна	Межрегиональный	Э01	2022
Дроздовская Валентина Владимировна	Межрегиональный	Э02	2022
Богодаж Ольга Леонидовна	Межрегиональный	Э03	2022
Халева Анна Валерьевна	Межрегиональный	Э04	2022
Троян Людмила Петровна	Международного	АЛТ 28	2021
Павловская Анна Владимировна	Межрегионального	Э05	2022

### Реестр Личных терапевтов модальности ДМО

Бусурина Ольга Николаевна	Межрегиональный	Д33	2021
---------------------------	-----------------	-----	------



## СТАТЬЯ НОМЕРА

# СПЕЦИФИКА ПРОБЛЕМ СО СНОМ ВО ВРЕМЯ ПАНДЕМИИ COVID-19 И ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ СПОСОБЫ ИХ МИНИМИЗАЦИИ

Мелёхин Алексей Игоревич,

кандидат психологических наук, доцент, клинический психолог высшей квалификационной категории, сомнолог, когнитивно-поведенческий терапевт, Москва, Россия, clinmelehin@yandex.ru,

Гуманитарный институт имени П. А. Столыпина

**Аннотация:** в статье описана специфика форм нарушения сна в период пандемии COVID-19, которая включает в себя спектр изменений во сне от бессонницы, синдрома беспокойных ног до расстройства поведения во время фазы быстрого сна. Показано различное влияние коронавируса (вирусной нагрузки), ковид-ассоциированного стресса на нарушения сна пациентов и их психическое здоровье. Описаны диагностические специфические клинико-психологические проявления ковид-ассоциированных

нарушений сна. Впервые представлены модели связи между ковид-ассоциированной тревогой, восприятием ситуаций как стресса, бессонницей, суицидальным мышлением, тревожным спектром расстройств и депрессией. Показано, что прогнозируемая бессонница во время пандемии COVID-19 складывается из наличия у пациента интолерантности к неопределенности, ковид-ассоциированной тревоги, чувства одиночества, наличие ранее и на данный момент симптомов депрессии, тревоги. Впер-

вые в России нами описана общая тактика психологического обследования пациента инфицированного или перенесшего COVID-19 при наличии изменений в психическом состоянии и сне. Представлены протоколы краткосрочной дистанционной когнитивно-поведенческой терапии тревоги и инсомнии, связанной с пандемией COVID-19.

**Ключевые слова:** Инсомния, нарушения сна, COVID-сомния, коронавирус, COVID-19, хроническая инсомния, синдром беспокойных ног, когнитивно-поведенческая терапия, бессонница

Пандемия COVID-19 как проблема общественного здравоохранения во всем мире является травматическим событием, которое повлияло как на сон, так и на психическое здоровье широкой общественности и медицинских работников. Более того, было обнаружено, что несколько стратегий, реализованных для сокращения распространения COVID-19 (например, карантин и чрезмерное информационное давление), оказывают некоторое негативное влияние на удовлетворенность качеством сна.

Распространенность нарушений сна в период «второй» и «третьей» волны широко варьировалась от 3 до 88% [2]. Причем наиболее пострадавшей группой были пациенты с COVID-19 (74,8%), за которыми следовали медицинские работники (36,0%) и население в целом (32,3%). Пациенты с COVID-19 испытывали трудности со сном, депрессию и беспокойство через шесть месяцев после острой инфекции.

Показано, что комбинированный подход, включающая в себя соматотропную терапию, психофармакотерапию (по необходимости) и когнитивно-поведенческую терапию инсомнии (cognitive behavioral therapy for insomnia, CBT-I, далее КПТ-И) как очную, так и дистанционную (digital cognitive behavioral therapy) восстанавливала нормальный режим сна, улучшала общее состояние у пациентов с ПЦР-инфекцией COVID-19 [5]. Несмотря на имеющуюся распространенность нарушений сна, в России применяется ограниченное количество психотерапевтических протоколов для решения этой проблемы. Ранняя психологическая диагностика нарушения сна и адекватное лечение имеют решающее значение для предотвращения дальнейшего ухудшения состояния пациентов, снижает риски повторного заражения. Научно обоснованные фармакологические и психотерапевтические тактики имеют первостепенное

значение для лечения нарушений сна в период пандемии COVID-19. В связи с этим целью данной статьи является познакомить специалистов в области психического здоровья (клинических психологов, врачей-психиатров, неврологов, сомнологов) со спецификой ковид-ассоциированных нарушений сна, психологическими факторами риска, спецификой психологического обследования и мишенями когнитивно-поведенческой терапии.

### Связь коронавируса и нарушений сна

По сей день в сомнологии открытым является вопрос о связи между заболеваемостью коронавирусом (вирусная нагрузка), острым респираторным дистресс-синдромом и нарушениями сна (рис. 1), поскольку отношения эти в клинической практике не всегда вписываются в логику причинно-следственных связей, а говорит о *механизме последствия*, когда следствие выбирает причины [3].

Мы знаем, что сон – это фундаментальный феномен центральной нервной системы (ЦНС), который регулируется сложными взаимодействиями между нейромедиаторами, иммунологически активными пептидами и гормонами [4]. Сон играет важную роль в регуляции клеточных процессов, а также гуморального иммунитета и недосыпание (фрагментарный сон) может снизить негативный иммунный ответ и повысить риски развития психических расстройств.

У пациентов с ПЦР-подтвержденной инфекцией COVID-19 (рис. 1) как форма *стрессовой регрессии* увеличивается соматизация (тахикардия, тошнота и др.), уменьшается продолжительность сна во время инкубации, и увеличивается во время симптоматической фазы, что получило название *ковид-ассоциированные нарушения сна* (COVID-19-associated sleep disorders [5]).

При получении эффективного лечения наблюдается быстрое возвращение к исходной продолжительности сна [6]. Разные инфекции имеют разный эффект на психическое состояние и на сон человека – это *нарушения сна, вызванные вирусной нагрузкой* (sleep disorders with potential viral association). Например, некоторые из них усиливают, а другие уменьшают сон за счет различных воздействий на иммунную систему, гипоталамо-гипофизарно-**гидропечничковую** ось [7].



Рис. 1. Факторы, связанные с повышенной тяжестью бессонницы во время вспышки Covid-19.

*Примечание.* Нами рисунке выделены соответствующие подгруппы населения (колонка справа), у которых может наблюдаться повышенная выраженность симптомов бессонницы во время пребывания дома, и соответствующие процессы, которые могут быть связаны с тяжестью расстройства бессонницы (колонка слева)

Основными нарушениями сна у людей, заболевших коронавирусом, является *бессонница* (пресомнические нарушения сопровождающиеся эмоциональной и когнитивной мобилизацией) и «вторичный» синдром беспокойных ног. Это может быть непосредственно связано с инфекцией, гипоксией, психическим состоянием [5]. Изменения во сне во время коронавируса является компонентом реакции острой фазы, способствующей выздоровлению во время болезни, через механизмы включающие цитокины и интерлейкины. Вирус может достигать ЦНС через носовые, а также гематогенные маршруты. Последующая секреция этих иммунологических медиаторов, сопровождается возбудительными реакциями со стороны нервной и эндокринной систем [7].

«Цитокиновый шторм», являющийся иммунной реакцией при COVID-19, приводит к воспалению и повреждению ЦНС. Вирус SARS-CoV-2 преимущественно поражает префронтальную кору, базальные ганглии, гипоталамус, т.е. те области, которые участвуют в регуляции сна, обеспечении когнитивных процессов [4].

Плохое качество сна, более длительная латентность сна (трудности засыпания), беспокойный, не глубокий сон с обильными сновидениями и кошмарами, являются центральными симптомами бессонницы, которые наблюдаются во время острой респираторной инфекции, в период реабилитации связаны с иммунными процессами, которое способствуют патологическим формам нарушения сна. Возможно, что высокая распространённость нарушений сна, замеченная во время пандемии, можно отнести к *бессимптомному инфицированию вирусом* [5].

В реабилитационный период после перенесенного пациентом коронавируса также наблюдаются симптомы бессонницы, которые могут быть вызваны тревогой ожидания рецидива.

Однако клинический опыт показал, что несмотря на снижение у пациентов системного воспаления, гипоксемии сон оставался нарушенным даже после выздоровления от коронавируса, это говорит о наличии *пост-ковидного стрессового расстройства* (post-covid stress disorder) Отметим, что нет связи между заболеваемостью, смертностью от коронавируса и бессонницей, плохим качеством сна [6, 3, 8, 9].

Показано, что качество сна, опосредованно ассоциациями между стрессорами, связанными с COVID-19, и психическим здоровьем, свидетельствует о центральной роли, которую сон играет в повышении устойчивости перед лицом стресса или невзгод и в регулировании иммунного ответа (рис. 2).

Следует учитывать, что сама ситуация пандемии COVID-19 как таковая вызвала значительный стресс (рис. 2), «косвенную

травматизацию», коронафобию и беспокойство по поводу здоровья, социальной изолированности, изменения в занятости, финансах, а также проблемы совмещения работы и семейных обязанностей, адаптации к новому ритму жизни. Такое крупное стрессовое жизненное событие при определенных психологических особенностях человека (например, высоком нейротизме) может привести к нарушению сна и циркадных ритмах, что помешает гибко адаптироваться к кризису и увеличит неуверенность в будущем [5]. В то время как сон подавляет активность гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковой оси (ось реакции на стресс), которая опосредует несколько аспектов реакций на большинство стрессов, некоторые стрессоры, психологические факторы подавляют сон и увеличивают время бодрствования за счет создания когнитивного (поток мыслей «а вдруг...», «если...то») и поведенческого (перестраховочное поведение, суетливость, поисковое поведения для улучшения сна) гипервозбуждения [8].

### Специфика ковид-ассоциированных нарушений сна

Реактивность сна предполагает, что люди по-разному реагируют на стрессовые, неопределенные ситуации вызова, а также на протекание заболевания. Например, по сей день идет спор почему люди пожилого возраста (65+) более восприимчивы заразиться инфекцией SARS-CoV-2 (рис. 1). Ряд авторов считают, что ухудшение сна среди людей пожилого возраста, связано с изменениями в циркадной сети, сокращением амплитуды ритма мелатонина, который обладает воспалительным, антиоксидантным и иммунорегуляторными свойствами, что может повышать восприимчивость к инфекциям [10]. Во время пандемии коронавируса наблюдался высокий уровень распространенности тревожного спектра расстройств, раздражительности, соматоформных расстройств, депрессий и нарушений сна (бессонницы). Нарушения сна во время пандемии COVID-19 принято называть феноменом COVID-сомния (COVID-somnia [8]) как эвфемизм для облегчения понимания, который включает в себя целый спектр изменений во сне (рис. 3).

#### Проявления феномена COVID-сомнии (по Мелёхин, 2021):

- распространенность бессонницы значительно возросла (с 26,2% до 33,7);
- значительно более высокой распространенность как бессонницы как стрессовой реакции (утраты, потери), так и симптомов хронической инсомнии во время пандемии;



Рис. 2. Модель опосредующего влияния качества сна на связь между стрессорами, связанными с COVID-19, и изменениями в психическом здоровье Мари Джо Соир и соавт. (Mary Jo Coiro, 2021)



Рис. 3. Специфика феномена COVID-COMNII

- у 12–17% людей развился первый эпизод бессонницы (за всю жизнь) и ухудшились симптомы бессонницы присутствующей ранее;
  - продолжительность пребывания в постели ( $485,5 \pm 72,6$  против  $531,5 \pm 94,2$  минуты);
  - задержка сна ( $25,6 \pm 66,3$  минуты);
  - общее время сна ( $432,8 \pm 65,6$  против  $466,9 \pm 95,6$  минуты) значительно увеличилось;
  - эффективность сна ( $88,5\%$  против  $86,8\%$ ) значительно уменьшилась;
  - время пробуждения ( $71,7 \pm 89,5$  минуты) от 1 до 3 за ночь с или без ночными паническими атаками;
  - когнитивное гипервозбуждение перед сном и в кровати за счет информационной токсичности. Тревожные руминации: страх кровати, ночи, задохнуться, «а вдруг будут последствия...», «я не смогу заснуть». Проговаривание проблем. Невозможность эмоционально завершить день. Недовольство собой;
  - увеличился дневной сон. Чрезмерная дневная сонливость;
  - искаженные пищевые привычки перед сном;
  - чрезмерное использование электронных устройств перед сном как переходного объекта;
  - чрезмерные самоуспокоительные процедуры (изнурение себя физической активностью, видеоиграми перед сном);
  - феномен отказа от подсказок времени, т.е. переход на более позднее время отхода ко сну и бодрствованию;
  - феномен материнской инсомнии (maternal insomnia). 80% матерей детей от 3–6 мес. до 6 лет сообщают о выраженной тревоге по поводу коронавируса 30–40% матерей со средней и выраженной степенью выраженности бессонницы сообщали о плохом качестве сна (поверхностный, трудности засыпания, пробуждения, тревожные сны) у своих детей [11];
  - феномен «лечения в аптеке» или «доктор шопинга». Злоупотребление снотворными препаратами с низким ответом их эффективности. Например, прием перед сном до 3–5 таблеток препарата.
- Наблюдается всплеск жалоб людей на яркие, странные сновидения, многие из которых связаны с коронавирусом и социальными проблемами из-за ограничений. Обильные «ненормальные сны», деструктивные кошмары (первичные, повторяющиеся). Тематика: «спасание от кого-то» (например, пожирающего муравья), «рушится дома», «застывание в лифте», «взрывы», «преследует кто-то и убивает». Чаще всего угрозы в сновидениях принимали форму метафорических образов. Отметим, что чрезмерно представлены изображения насекомых, пауков и других мелких существ. В связи с этим в сомнологии появились понятия «coronavirus dreams», «lockdown dreams» и «COVID nightmares» [12]. Подобные *онейрические проявления* (oneiric floodgates [12]) вызваны следующими факторами:
  - нарушенный режим сна, влияющий на увеличение длительности быстрого сна, более продолжительный сон (более 9,5 часов);
  - тревога о здоровье, заражении. Социальная дистанция – подрывают способность регулировать эмоции

- информационное загрязнение. Синдром информационного истощения.
  - Были выделены целые кластеры симптомов, которые названы как *связанные с пандемией стрессовые расстройства* (pandemic-related stress disorder): тревожный спектр расстройств, депрессии, нарушения сна, расстройства пищевого поведения (эмоциональный голод), злоупотребление алкоголем [2]. Распространённость данного расстройства 25–40% в период COVID-19. У женщин наблюдался более высокий уровень тревожности, связанной с пандемией, что также согласуется с более высокой распространённостью тревожных расстройств (и соответствующих факторов уязвимости) у женщин. Люди среднего возраста (30–59 лет) сообщали о более сильной тревоге, связанной с пандемией COVID-19, возможно, потому что эта возрастная группа сталкивается с большими семейными и рабочими проблемами (например, финансовый стресс) [13]. Другой проблемой является тревога возвращения пандемии и вирусной угрозы, которая существенно влияет на бессонницу. Показано, что тревога, связанная с коронавирусом значительно связана с повышенными суицидальными идеями, и симптомами бессонницы [14]. Тяжесть бессонницы независимо связана с повышенной суицидальностью у людей в период пандемии COVID-19. Наличие суицидальных мыслей с разработкой идей страдания («сколько можно это терпеть...») сильно предсказывает серьезность бессонницы, чем опасения, связанные с коронавирусом. На рисунке 4 показана модель, которая предполагает, что наличие ковид-ассоциированной тревоги, суицидального мышления влияет на сон.



Рис. 4. Модель связи коронавирус-ассоциированной тревоги, бессонницы и суицидальными идеями Д. Виллиама и соавт. [15]

Связанные с пандемией коронавируса тревога связан с повышенными суицидальными идеями, и эта ассоциация объясняется участием нарушений сна. Наличие изоляции, восприятие ситуации как стрессовой, специфические фобии, экономическая неопределенность могут привести к проблемам со сном и психическим здоровьем, что потенциально усиливает риски появления суицидальных идей [15].

Специфика нарушений сна в России в период «первой» волны COVID-19

Нами было проведено исследование, в котором приняли участие 920 участников социальной сети instagram, 75,3% женщин и 24,8% мужчин, в возрастном диапазоне 18–37 лет просили заполнить ди-

агностические шкалы (через онлайн) после 10 дней национальной изоляции в Москве и Санкт-Петербурге. Применялись следующие методики: краткий опросник оценки состояния здоровья (Patient Health Questionnaire-2, PHQ-2), шкала интолерантности к неопределенности Баднера (Budner's Scale of Tolerance – Intolerance of Ambiguity), оценки одиночества (Revised UCLA Loneliness Scale, R-UCLA-LS), оценки симптомов инсомнии (Insomnia Severity Index, ISI) и шкала оценки коронавирусной тревоги (Coronavirus Anxiety Scale, CAS; Lee, 2020, табл. 1), которая позволяет оценить вегетативные кризисы, нарушения сна, потерю аппетита, абдоминальные расстройства (желудочно-кишечную специфическую тревогу). Дополнительно в форме анкеты участникам исследования задавались вопросы, касающиеся негативного отношения к коронавирусу, а также вопросы выясняющие, заразили ли они или кто-то из близких.

Было показано, что у 55% участников наблюдались выраженные нарушения сна в форме пресомнических нарушений. Симптомы бессонницы были значительно выше у женщин (14,8, SD=4,28), чем у мужчин (10,18, SD=3,11),  $t(2319) = -729$ ,  $p < 0,001$ . Жители г. Москвы (14,27, SD=4,26 набрали больше баллов по выраженности бессонницы, чем Санкт-Петербурга (12,1, SD=3,23). Те кто ответил «я не знаю» на вопрос заразились ли они коронавирусом, набирали значительно высокие баллы по бессоннице (14,25, SD=4,11),  $F(2,28111,27)$ ,  $p < 0,001$ , чем те кто ответил «да», или нет». Тоже самое наблюдалось при ответе на вопрос заразился ли коронавирусом кто-то из близких (14,10, SD=4,23,  $F(2,213) = 11,21$ ,  $p < 0,001$ ). Для прогнозирования выраженности бессонницы была проведена множественная линейная регрессия на основе значимости положительной корреляции независимых переменных  $F(4,2192) = 310,72$ ,  $p < 0,001$ ,  $R^2 = 0,383$ .

Прогнозируемая бессонница (3,12, рис. 5) во время пандемии COVID-19 складывается из + 0,728 (толерантность к неопределенности) + 0,619 (ковид-ассоциированная тревога) + 0,471 (чувства одиночества) + 1,338 (симптомы изменений в психическом здоровье).



Рис. 5. Факторы, прогнозирующие выраженность COVID-инсомнии

Показано, что женщины более склонны к изменению во сне во время пандемии, и этот вывод совместен с доказательствами того, что они более склонны к расстройствам, связанным со стрессом, таким как ПТСР и тревожный спектр расстройств [15; 16]. Тревожные руминации («а вдруг»), вызывающие когнитивное возбуждение, неприятные физические реакции также влияют на пресомнические нарушения. Это соответствует данным М. Лариолы и соавт. [17] и также может объяснить высокие баллы по шкале оценки инсомнии у тех, кто отвечал «я не знаю», на вопрос они или кто-то из близких заразились вирусом, поскольку этот ответ

предполагает неопределенность. Показано, что беспокойство по поводу заражения коронавирусом также связано с бессонницей. Наличие тревоги ожидания вызывает когнитивное возбуждение и поэтому влияет на способность спать. Субъективное чувство одиночества также связано с симптомами бессонницы. Есть данные двунаправленной связи между одиночеством и бессонницей [17]. Одиночество может вызывать усиление чувства уязвимости, отсюда когнитивное и поведенческое гипервозбуждение, тревожный, поверхностный сон. Наоборот, сниженная удовлетворенность качеством сна, усиливает разочарование, связанное с чувством изоляции и может мешать контакту с другими людьми, например из-за нарушенного графика сна-бодрствования [18].

Наше исследование показало связь между симптомами депрессии и сном. Это хорошо описанный в ряде исследований феномен, поскольку бессонница считается важным прецедентом депрессии, а также предиктором рецидива депрессивного эпизода. Моноамины, воспалительные маркеры, генетические факторы, нарушение регуляции циркадных ритмов может быть вовлечено в патофизиологию сна [1].

В ряде исследований показано, что *уровень образования* также был связан с нарушениями сна, но был неясен конкретный образовательный статус. Было обнаружено, что как высшее образование, так и образование на уровне средней школы влияют на качество сна. Это может быть связано с тем, что образованные люди или студенты могут иметь академические и профессиональные факторы стресса, которые могли повлиять на их психическое здоровье и условия сна [12; 13]. Кроме того, было обнаружено, что *социальная поддержка* играет решающую роль в состоянии сна и связанных с ним расстройствах. Отсутствие социальной поддержки, поддержки со стороны семьи, одиночество и изоляция были связаны с более высоким риском нарушений сна.

Медицинские работники, особенно те, которые обслуживают передовую, подвергаются высокому риску бессонницы и кошмаров во время пандемии COVID-19. Повышенная нагрузка, посменная работа, страх заразиться вирусом были значительными факторами риска среди медработников. Это могло привести к более высокому психосоциальному стрессу и эмоциональному выгоранию, что может быть связано с нарушениями сна [19].

#### Нарушения сна при COVID-19 могут быть вызваны [9, 20]:

- Не проделанной работой по утрате;
- Наличием оперативного мышления. Страхом заразиться вирусом (коронафобия);
- Беспокойством по поводу болезни. Искажённое восприятие болезни и здоровья. Изменения в процессах ментализации;
- Неуверенностью в лечении и профилактических мерах и негативное отношение к мерам контроля (поиск гарантий);
- Самостигматизацией. Ковид-ассоциированной виктимизацией;
- Синдромом сенсорной истощения;
- Экономическим (финансовым) стрессом (ощущение себя уязвленным);
- Ограничением социальной дистанции, отсутствием возможности для физической активности, пребывание дома без работы;
- Склонностью воспринимать ситуации как стрессовые (катастрофизирующий стиль мышления),
- Реактивностью сна;
- Дисфункциональными убеждениями о сне как индивидуальными, так и семейными.

В нынешних условиях мы рекомендуем специалистам в области психического здоровья регулярно проверять наличие изменений в психическом здоровье у пациентов заболевших, перенёвших коронавирус, а также тех, кто обращается со страхом заразиться, кто вакцинировался или находится в процессе реабилитации.

#### Алгоритм скрининг-оценки психологического состояния пациента в период пандемии COVID-19

На рисунке 6 нами представлен алгоритм скрининг-оценки психического состояния пациента в период пандемии COVID-19.

При обследовании важно учитывать наличие у пациента ранее перенесенных изменений в психическом здоровье (тревожный спектр расстройств, депрессии), т.к. фон факторов уязвимости,

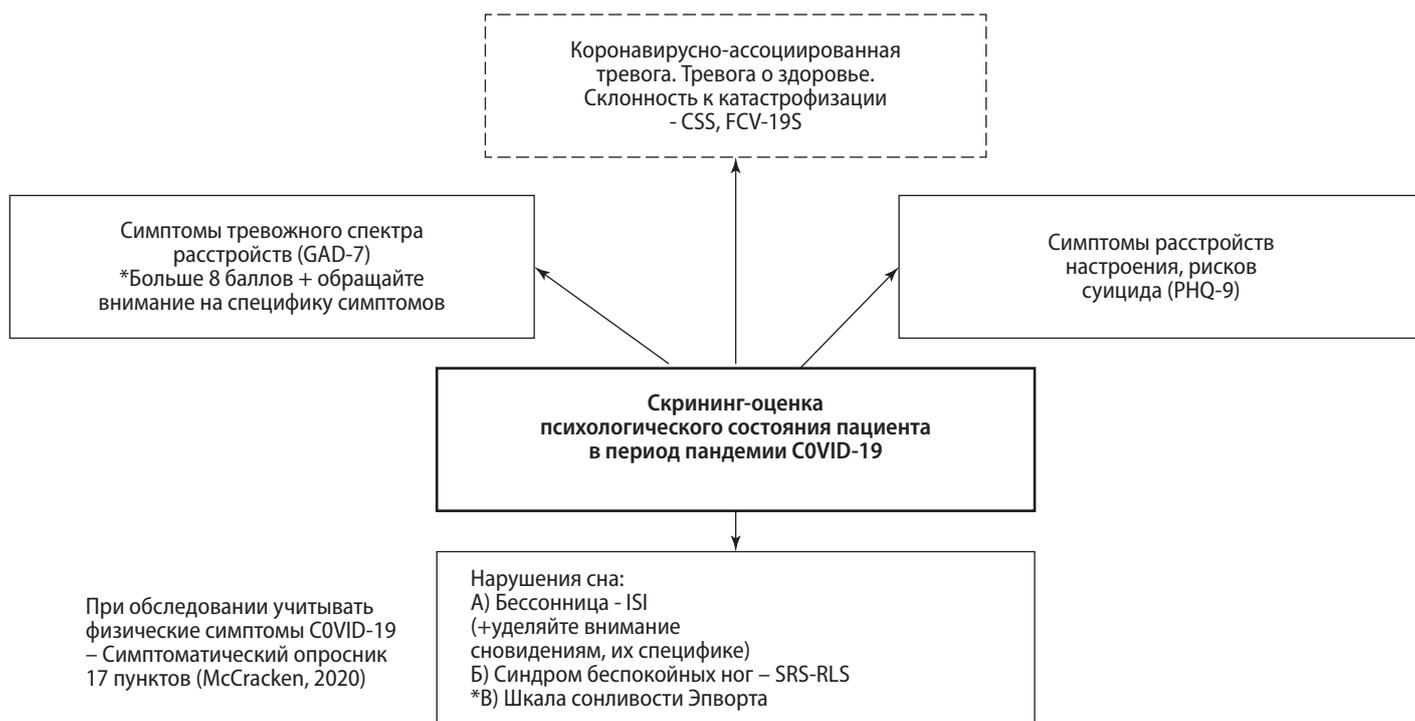


Рис. 6. Алгоритм скрининг-оценки психологического состояния пациента в период пандемии COVID-19

в том числе плохое общее состояние здоровья вносит существенный вклад в риски развития нарушений сна, тревоги и депрессии. Ранее существовавшая тревога за здоровье у пациента может быть предрасполагающим фактором риска повышенной тревожности во время пандемий и инсомнии [21] в связи с этим при обследовании психического состояния пациента рекомендуется применять *Short Health Anxiety Inventory (SHAI)*. Также при следует уделять внимание киберипохондрическим проявлениям пациента, и обследовать их с помощью *Cyberchondria Severity Scale (CSS-15)*. Когда тревога за здоровье и высокая киберипохондрия сочетаются, вирусная тревога является выраженной, что существенно влияет на качество жизни пациента. Показано, что чем сильнее киберипохондрия, тем выше тревога за здоровье, и симптомы бессонницы. В таблице 1 представлена специфика проведения психологического обследования феномена COVID-сомнии.

Таблица 1. Общая тактика психологического обследования пациента инфицированного или перенесшего COVID-19 при наличии изменений в психическом состоянии и сна

Диагностическая мишень	Название шкалы
Гипербдительность. Наличие когнитивного, эмоционального и физиологического возбуждения.	Pre-Sleep Arousal Scale (PSAS) или White Bear Suppression Inventory (WBSI)
Общая тревога за здоровье. Соматизация	Short Health Anxiety Inventory (SHAI) Somatic Symptom Scale-8 (SSS-8)
Ковид-ассоциированная тревога (на выбор)	Coronavirus Anxiety Scale (CAS) или Fear of COVID Scale (FC-19S)
Симптомы депрессии. Риски суицидальности	Patient Health Questionnaire-2 (PHQ-2)
Киберипохондрия	Cyberchondria Severity Scale (CSS-15)
Нарушения сна	Симптомы инсомнии – ISI Дисфункциональные убеждения о сне – DBAS-16 Дневная сонливость – ESS
Толерантность к неопределенности (на выбор)	Budner's Scale of Tolerance – Intolerance of Ambiguity или Intolerance of uncertainty Scale (IUS)

### Применение когнитивно-поведенческой терапии в период пандемии COVID-19

Протоколы когнитивно-поведенческой терапии инсомнии (КПТ-И) как очные, так и дистанционные являются эффективным методом лечения бессонницы, способным вызывать клинически значимый эффект без побочных проявлений, в отличие от психофармакотерапии [22]. Применение данных психотерапевтических протоколов оказывает влияние на эффективность, качество сна, латентность начала сна, а также снижает тяжесть инсомнии, пробуждения после наступления сна и количество пробуждений [23]. Более того, полная экономическая оценка КПТ-И у взрослого населения показала, что она была более безопасной по сравнению с фармакотерапией или отсутствием лечения.

В основе психотерапевтической тактики лечения COVID-инсомнии *когнитивно-поведенческая модель тревоги за здоровье и ипохондрии* [4], которая предполагает, что телесные ощущения или доброкачественные симптомы (учащенное сердцебиение, ощущение нехватки воздуха, прилив жара к лицу и др.) интерпретируются человеком как ухудшение и признаки серьезного заболевания (например, коронавируса), которое может привести к тревоге за здоровье и впоследствии к увеличению дискомфортных телесных ощущений, снижению доверия к собственному телу, его нормальным проявлениям. Телесные ощущения, их восприятие и интерпретация могут существенно зависеть от иницирующих событий (например, сообщений СМИ, физиологического возбуждения, т.е. пребывания в состоянии гипербдительности с постоянным сканированием телесных сенсаций). Порочный круг телесных ощущений, когнитивных процессов оценки ситуации и тревоги может с большей вероятностью возникать в случае определенных предрасполагающих факторов (например, личностной, социальной тревожности) и может поддерживаться перестраховочным или проблемно-ориентированным поведением (например, поведением, направленным на обеспечение безопасности, таким как интернет-исследования в социальных сетях или онлайн консультации у врачей, сдача анализов). Что касается процессов интерпретации ситуации, телесных проявлений и атрибуции, то во время вспышки коронавируса более вероятно, что телесные ощущения или симптомы интерпретируются в соответствии с этим контекстом (например, «я дышу как-то не так, возможно, я заражен коронавирусом», «у меня

диарея, это первый признак что у меня коронавирус»). В связи с этим основной тактикой когнитивно-поведенческой терапии является разрыв данного поручного круга. Однако следует учитывать, что вирусную тревогу поддерживают следующие дезадаптивные стили обработки информации как со стороны внешних, так и внутренних ощущений: черно-белое мышление, негативный фильтр и катастрофизация. Чрезмерный негативный информационный поиск во время пандемии COVID-19 был связан с повышением тревожности [28]. Наличие искаженного понимания пандемии, коронавируса, его симптомов и тактики лечения усиливал как киберипохондрическое поведение, так и риски развития генерализованного тревожного расстройства.

Показано, что оптимальная информированность пациента о коронавирусе и пандемии, с минимизацией мифов оказывает буферное и благотворное влияние на эмоциональное состояние, и минимизирует склонность к чрезмерному обременительному болезнь-ориентированному поведению [29;30]. Вирусная тревога может быть низкой, когда пациент хорошо информирован об обстановке, у него сформирована внутренняя картина здоровья и болезни, он использует адаптивные стратегии регуляции эмоции (принятие, положительная перефокусировка, положительная переоценка, переориентация на гибкое планирование), выявить которые можно с помощью Short Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (см. табл. 1) [31].

В повседневной клинической практике в России мы применяем следующие протоколы КПТ [22, 23, 30–32]:

- **Терапия когнитивной рефокусировки при инсомнии** (cognitive refocusing treatment) целью которой является снижение эмоционального и физиологического возбуждения с помощью создание привлекательных, создающих безопасность, привлекательность образов, тем которые воспроизводятся пациентом перед сном [19].
- **Протокол краткосрочной дистанционной когнитивно-поведенческой терапии тревоги, связанной с пандемией COVID-19** (Brief Online-delivered Cognitive-behavioral Intervention for Dysfunctional Worry Related to the Covid-19 Pandemic) [24]. Целью данного протокола является воздействие на глубинное убеждение пациента «я не доверяю себе, собственному телу», проявления вирусной тревоги пациента за счет минимизации дисфункциональных «самоуспокаивающих» стратегий регуляции эмоции (руминации, катастрофизация, тревога за здоровье, перестраховочное и избегающее поведения) и замена их более гибкими (принятие и ответственность, чувство оптимальной информированности (когнитивный фильтр), положительная временная перспектива будущего и ценностей в настоящем [24].

### Выводы

- По сей день открытым является вопрос о связи между коронавирусом (вирусной нагрузкой) и нарушениями сна. Если человек заболел, восстанавливается после COVID-19 то могут наблюдаться ковид-ассоциированные нарушения сна (хроническая бессонница, «вторичный» синдром беспокойных ног). Перенесенный коронавирус может вызывать тревожный спектр расстройств, тревогу ожидания повторного заражения, что приводит к хронической бессоннице. Также сама пандемия COVID-19 при определенных психологических особенностях человека (например, высоком нейротизме, склонности к катастрофизирующему стилю мышления) также может привести к нарушению сна и циркадных ритмах, что помешает гибко адаптироваться человеку к кризису и увеличит неуверенность в будущем.
- Выделенный и описанный нами феномен COVID-сомнии включает в себя целый спектр изменений во сне: специфические кошмары, бессонница (пре-, интрасомнические нарушения), синдром беспокойных ног, апноэ во сне, ночной террор, ночные панические атаки, материнская инсомния и расстройства поведения во время фазы быстрого сна.
- К факторами влияющим на нарушения сна в период пандемии COVID-19 относят: изменения в толерантности к неопределенности, ковид-ассоциированная тревога, восприятие ситуаций как стрессовых, субъективное чувство одиночества, симптомы трево-

ги, депрессии. Показано, что женщины и люди пожилого возраста (55+) более склонны к изменению во сне во время пандемии.

- Психологическое обследование нарушений сна, которое проводит специально обученный клинический психолог включает в себя оценку симптомов инсомнии (ISI) и дневной сонливости (ESS), дисфункциональные убеждения о сне (DBAS-16). Следует уделять внимание оценке общей тревоги о здоровье, ковид-ассоциированной тревоги, симптомов депрессии с учетом риском суицидальности, киберипохондрическим проявлениям, толерантности к неопределенности и изменения в эмоциональной регуляции. Дополнительно обследуется специфика восприятия ситуаций пациентов ситуаций как стрессовых, наличие проблемно-ориентированного личностного типа и ковид-ассоциированной виктимности.
- При ковид-ассоциированных нарушениях сна (хроническая инсомния, синдром беспокойных ног), коронафобии сопровождающейся эпизодами бессонницы рекомендуется применять протокол краткосрочной дистанционной когнитивно-поведенческой терапии тревоги, связанной с пандемией COVID-19 Е. М. Андерсона. Уделять внимание киберипохондрическим проявлениям пациента с минимизацией чрезмерного негативного информационного поиска, тревоги о здоровье с избегающими и перестраховочными формами поведения.

### Литература

1. Tasnim S., Rahman M. Epidemiology of sleep disorders during COVID-19 pandemic: A systematic scoping review // OSFHome. 2020. Vol. 3 № 1. P.19–33.
2. Morin C. M., Carrier J. The acute effects of the COVID-19 pandemic on insomnia and psychological symptoms. // Sleep medicine, 2020. Vol. 20. № 3. P.1389–1399
3. Gupta R., Seithikurippu R. COVID-Somnia: How the Pandemic Affects Sleep/Wake Regulation and How to Deal with it? // Sleep and Vigilance 2020. Vol. 4. P. 51–53
4. Besedovsky L., Lange T., Haack M. The sleep-immune crosstalk in health and disease. // Physiol. Rev. 2019. Vol. 99, P. 1325–1380.
5. Abdelhady A. COVID-19-associated sleep disorders: A case report// Neurobiol Sleep Circadian Rhythms. 2020. Vol. 9. № 2. P. 21–37.
6. Das G., Mukherjee N., Ghosh S. Neurological insights of COVID-19 pandemic. // ACS Chem. Neurosci. 2020. Vol. 11. № 2. P. 1206–1209
7. Ibarra-Coronado E.G., Pantaleón-Martínez A. M. The Bidirectional Relationship between Sleep and Immunity against Infections. // J Immunol Res. 2015. Vol. 3. № 1. P. 67–81
8. Markku P. COVID-19-related sleep disorders // The Lancet 2020. Vol. 20. № 1. P. 15–17
9. Sharma V.K., Jinadatha C. Environmental chemistry is most relevant to study coronavirus pandemics. // Environ Chem Lett. 2020. Vol. 8. № 2. P. 1–19.
10. Cardinali D.P., Brown G. M., Reiter R. J. Elderly as a high-risk group during COVID-19 pandemic: effect of circadian misalignment, sleep dysregulation and melatonin administration. // Sleep Vigil. 2020. Vol. 26. № 1. P.13–19.
11. Zreik G., Asraf K. Maternal perceptions of sleep problems among children and mothers during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic in Israel. // J Sleep Res. 2020. Vol. 8. № 2. P. 12–25
12. Chi X., Becker B., Yu Q. et al. Prevalence and Psychosocial Correlates of Mental Health Outcomes Among Chinese College Students During the Coronavirus Disease (COVID-19) // Pandemic. Front Psychiatry. 2020. Vol. 4. № 1. P. 6–19
13. Chi Xinli., Yuying C. Psychometric Evaluation of The Fear of COVID-19 Scale //Among Chinese Population. 2020. Vol 6. № 4. P. 19–27
14. Killgore W., Cloonan, S. A., Taylor E. C. Suicidal ideation during the COVID-19 pandemic: The role of insomnia. // Psychiatry research, 2020. Vol. 29. № 2. P. 11–31.
15. Li S.H., Graham, B. M. Why are women so vulnerable to anxiety, trauma-related and stress-related disorders? The potential role of sex hormones. //Lancet Psychiatry 2017. № 4, 73–82.
16. Albert P. R. Why is depression more prevalent in women? // J Psychiatry Neurosci. 2015. Vol. 1. № 3. P. 10–27.
17. Lauriola M., Carleton, R.N., Tempesta, D. A correlational analysis of the relationships among intolerance of uncertainty, anxiety

- sensitivity, subjective sleep quality, and insomnia symptoms. // *Int. J. Environ. Res. Public Health*. 2019. Vol. 16, P. 7–19.
18. Griffin S.C., Williams A. B. Reciprocal effects between loneliness and sleep disturbance in older Americans. // *J. Aging Health*. 2019. Vol.9. № 2. P. 10–19.
  19. Hossain M., Sultana A. Epidemiology of mental health problems in COVID-19: a review // *F1000 Research*. 2020. Vol. 9. P. 6–36.
  20. Li Y., Qin Q, Sun Q, Insomnia and psychological reactions during the COVID-19 outbreak in China. // *J Clin Sleep Med*. 2020. Vol. 16. № 8. P. 1417–1425
  21. Asmundson G.J., Taylor S. Coronaphobia: Fear and the 2019-nCoV outbreak. // *Journal of Anxiety Disorders*, 2020. Vol. 70. P.1–19.
  22. Мелёхин А. И. Когнитивно-поведенческая психотерапия расстройств сна. Практическое руководство. Москва, ГЭОТАР-Медиа, 2020., 496 с.
  23. Мелехин А. И. Дистанционная когнитивно-поведенческая психотерапия вирусной тревоги, связанной с пандемией COVID-19// *Национальный психологический журнал*. 2020. Том. 39. № 3. С. 19–30.
  24. nVs T. Vd C. Cognitive and behavioural therapies in the treatment of insomnia: A systematic meta-analysis of all the literature. // *Sleep Res*. 2018. Vol. 3. № 2. P. 21–29.
  25. Andersson E. Brief online-delivered cognitive-behavioural therapy for dysfunctional worry related to the covid-19 pandemic: A randomised trial. // *PsyArXiv*. 2020, № 9. P. 10–21.
  26. Fang H., Tu S., Sheng J. Depression in sleep disturbance: a review on a bidirectional relationship, mechanisms and treatment. // *J. Cell. Mol. Med*. 2019. Vol. 23, № 1. P. 2324–2332.
  27. Jungmann S.M., Witthöft M. Health anxiety, cyberchondria, and coping in the current COVID-19 pandemic: Which factors are related to coronavirus anxiety? // *Journal of Anxiety Disorders* 2020. Vol. 73. P.11–19
  28. Lee S. A. Coronavirus Anxiety Scale: A brief mental health screener for COVID-19 related anxiety. // *Death Stud*. 2020. Vol. 44. № 7. P. 393–401.
  29. McCracken L.M., Badinlou F. Psychological impact of COVID-19 in the Swedish population: Depression, anxiety, and insomnia and their associations to risk and vulnerability factors. // *European psychiatry: the journal of the Association of European Psychiatrists*, 2020. Vol. 63. № 1. P. 81–99.
  30. Sanderson W.C., Arunagiri V., Funk A. P. The Nature and Treatment of Pandemic-Related Psychological Distress. // *Journal of contemporary psychotherapy*, 2020. Vol. 9. P. 1–13.
  31. Мелехин А. И. Нарушения сна в период пандемии covid-19: специфика, психологическое обследование и психотерапия// *Вестник Удмуртского университета*. 2021. Том. 31. № 1. С. 22–37
  32. Melehin A. I. Covid-Somnia: Specifics and Psychological Diagnostic// *Practical Neurology*. 2021. Vol.3. № .1. P. 7–17
  33. Melehin A. I. Sleep Disorders During the Covid-19 Pandemic: Specifics and Psychological Diagnostic// *Archives in Neurology & Neuroscience*. 2021. Vol. 9. № 5. P. 17–25

## ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ

# ЗАЯВКА О ПРИЗНАНИИ КЛАСТЕРА «ДУХОВНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ» КОМИТЕТОМ НАПРАВЛЕНИЙ И МЕТОДОВ (МОДАЛЬНОСТЕЙ) ПСИХОТЕРАПИИ ОППЛ

### 1. Название

Духовно ориентированная психотерапия

### 2. Краткая история

Истоки духовно ориентированной психотерапии уходят вглубь веков. Так во всех древних религиозных системах, в частности в восточных практиках, существовали техники, призванные помочь человеку духовными средствами решить личные проблемы. Не случайно многие направления психотерапии уже в XX веке обратились за помощью, опытом и источником вдохновения к шаманским практикам. В разных аспектах вопроса духовности в западной психологии занимались такие психологи, как Уильям Джеймс, В. Дильтей, Э. Шпрангер (конец XIX – начала XX вв) и другие. Но духовно ориентированный подход в практическую психотерапию и психиатрию впервые ввёл К. Г. Юнг. К. Г. Юнг большое внимание уделял анализу традиций духовной культуры Запада и Востока, впервые ввёл понятие архетипических структур и коллективного бессознательного. Юнг говорил об «архетипе духа», его роли в развитии личности. В психосинтезе Р. Ассаджоли понятие духовности связывалось с уровнем высшего бессознательного, являющегося источником интуиции и творческого вдохновения. Духовное пробуждение, по Ассаджоли, заключается в преодолении личного Я и слиянии его с духовным Я. Ориентировались на духовные ценности и основатели гуманистического подхода в психотерапии Д. Бьюдженталь, К. Хорни, К. Роджерс и др.. А. Маслоу, связывал духовность с высшими духовными бытийными ценностями и пиковыми переживаниями, характерными для самоактуализирующихся личностей. Он создал теорию метамотивации, в основе которой лежат высшие ценности, в том числе духовные. В. Франкл рассматривал духовность как один из базовых «экзистенциалов» человеческого бытия, как высшее измерение человека. Франкл уделял особое внимание духовному бессознательному, посредством которого человек улавливает истинные смыслы. В дальнейшем вопроса-

ми духовности занимались многие известные ученые, в числе которых С. Гроф, Э. Минделл, К. Уилбер, М. Мерфи, Р. Уолш, А. ван Каам, Б. Хеллинггер, и др.

Русская культура традиционно исследовала проблемы, лежащие на стыке духовности и психологии. В начале XX века некоторые учёные (В. Бехтерев, А. Яроцкий и др.) вплотную приблизились к созданию отечественного духовно ориентированного подхода в психологии. В конце XX века в отечественной психотерапии появились исследования, посвященные этой теме (А. Белкин, В. Макаров, М. Бурно, Б. Братусь и др.).

Последние мероприятия:

2015 Первая конференция по духовно ориентированной психотерапии. Конгресс ОППЛ.

2016 Вторая конференция по духовно ориентированной психотерапии. Конгресс ОППЛ.

2017 Третья конференция по духовно ориентированной психотерапии. Конгресс ОППЛ.

2018 Четвертая конференция по духовно ориентированной психотерапии. Конгресс ОППЛ.

2019 Пятая конференция по духовно ориентированной психотерапии. Конгресс ОППЛ.

2020 Шестая конференция по духовно ориентированной психотерапии. Конгресс ОППЛ.

2020 Онлайн марафон «Антивирусные каникулы» (приняли участие 15000 человек)

2020 Онлайн марафон «Победа начинается с меня» (приняли участие 11000 человек)

2020 Горячая линия консультирования населения (100 удаленных рабочих мест для работы консультантов)

### 3. Последние труды

Выпуски журнала Психотерапия № 5,6,7 за 2016 г «Духовно ориентированная психотерапия как направление психотерапевтической науки и практики» под ред. к.м.н. Положей З. Б.

Монография «Ценностно-ориентированная психология: универсальный подход к решению психологических проблем / О. Гадецкий. – Ростов-на-Дону: ООО «Медиа-Полис», 2019. – 436 с.

Трансперсональный проект. Психология, антропология, духовные традиции. Т. 1–2 Год: 2007 Автор: Козлов В., Майков В. Жанр: Практическая психология Издательство: Издательство Института психотерапии ISBN: 5–17–024616–1. Серия фильмов «У ИСТОКОВ»

Монография «Духовно ориентированная психотерапия» (готовится к печати)

#### 4. Миссия

Духовно ориентированная психотерапия – область психотерапии, рассматривающая человека в рамках четырехчастной парадигмы – био-психо-социо-духовной, и ориентированная на духовную составляющую, как на главную и интегрирующую все остальные.

Важнейшей целью ДОП является формирование человека как целостной духовной личности, гармонично существующей на всех уровнях бытия.

Содержанием духовно ориентированного подхода является специфическая эффективная форма воздействия на внутренний мир человека в целях обеспечения и сохранения его психического, физического, социального и духовного благополучия.

Миссией ДОП, ее приоритетом в сравнении с другими видами психотерапии, является укрепление психического здоровья за счет достижения духовного роста и личностного самосовершенствования человека.

#### 5. Основные формы применения

Психотерапевтическая и психологическая практика;

Научные исследования;

Научно-популярная деятельность;

Обучение.

#### 6. Другие модальности психотерапии, применяемые вместе с основной

Возможно использование совместно со всеми модальностями.

#### 7. Основные отличия основной модальности от других, родственных ей

Родственных кластеров нет.

#### 8. Реквизиты для взаимодействия

**Майков Владимир Валерьянович**, доцент Московского института психоанализа, руководитель образовательных программ МИПА по трансперсональной психотерапии, с.н.с. Института философии РАН, Президент Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии, член президиума EURO-TAS, писатель, кинорежиссер, главный редактор серии книг «Тексты трансперсональной психологии», автор проекта «Homo Realitas».

<https://homorealitas.ru>

[vmaykov@gmail.com](mailto:vmaykov@gmail.com)

**Гадецкий Олег Георгиевич**, кандидат философских наук, ректор Института ценностно-ориентированной психологии, Президент Ассоциации ценностно-ориентированной психологии, психолог-тренер, консультант, создатель метода ценностно-ориентированной психологии (ЦОП)

[gadezkiy@gmail.com](mailto:gadezkiy@gmail.com)

**Положая Злата Борисовна**, кандидат медицинских наук, заведующая кафедрой психотерапии ИММ, врач-психиатр, психотерапевт, руководитель кластера Психотерапия боли в ОППЛ, официальный представитель ОППЛ в Италии, член оргкомитета международного арт-терапевтического клуба «МАК», автор книги «Спаси и сохрани меня, мама!», автор сертификационной программы духовного роста «Сотвори себя!», соавтор комплексной программы духовного развития детей «От сердца к сердцу» при ГМИИ им.А.С. Пушкина, соавтор арт-терапевтического проекта «Подари радость!» при МД-ГКБ, ведущая программы для волонтеров фонда «Подари жизнь».

[zlatapolozhaya@gmail.com](mailto:zlatapolozhaya@gmail.com)

[zpolozhaya@mail.ru](mailto:zpolozhaya@mail.ru)

## РЕЗЮМЕ КЛАСТЕРА «ДУХОВНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»

### 1) Определение

Духовно ориентированная психотерапия (далее – ДОП) – это область психотерапии, рассматривающая человека в рамках четырехчастной биопсихосоциодуховной парадигмы и ориентированная на духовную составляющую как на главную и интегрирующую все остальные.

### 2) Сущность метода

Важнейшей целью ДОП является формирование человека как целостной духовной личности, гармонично существующей на всех уровнях бытия.

Содержанием духовно ориентированного подхода является специфическая эффективная форма воздействия на внутренний мир человека в целях обеспечения и сохранения его психического, физического, социального и духовного благополучия.

Миссией ДОП, ее приоритетом в сравнении с другими видами психотерапии, является укрепление психического здоровья за счет достижения духовного роста и личностного самосовершенствования человека.

Дополнительно к этому, духовно ориентированная психотерапия решает задачи по профилактике и терапии психических расстройств.

В настоящее время в науках о человеке происходит смена парадигмы. Трехчастная биопсихосоциальная парадигма, уходит в историю, уступая место четырехчастной биопсихосоциодуховной модели человека.

В биопсихосоциальной модели, описанной G. L. Engel, рассматривалась иерархическая структура, находящаяся в динамическом единстве постоянного изменения и взаимного влияния трех составляющих: биологической, личностной и социальной.

Новая четырехчастная парадигма – биопсихосоциодуховная сохраняет все достоинства предыдущей модели и развивает их

дальше. В ней человек понимается как сложноорганизованное существо, в котором представлены четыре уровня бытия: биологический, психический, социальный и духовный. Эта модель дает возможность холистического подхода, который не только комплексно рассматривает объект, но и постулирует, что целое больше суммы своих частей, а при взаимодействии элементов в системе возникают новые качества или целостные свойства.

В психотерапии смена парадигмы была обусловлена тем, что в последнее время появилось значительное число клиентов без выраженных психических расстройств, соматически здоровых, успешных в социальном отношении. Их обращение к психотерапевту связано с проблемами в духовной сфере, такими как поиск смысла жизни, веры, собственного предназначения, желание самосовершенствоваться и другие. В связи с этим потребовалось новое понимание сущности человека, включающее духовный уровень.

Таким образом, четырехчастная биопсихосоциодуховная парадигма своевременно пришла в психотерапию, привнесла новое, более многогранное понимание человека и открывая возможности для новых практических подходов. Поэтому новый девиз психотерапии, сформулированный Президентом Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги В. В. Макаровым, звучит так: «Ab homine sapientis ad hominem spiritualium («От человека разумного к человеку духовному»).

Что же представляет из себя нововведенный четвертый элемент, обозначаемый как духовный?

В самом общем смысле, духовность являет собой совокупность проявлений духа в мире и человеке. Согласно толкового словаря Ушакова, стремлением к внутреннему совершенствованию, высоте духа называют «духовностью».

В философской литературе духовным обозначают высшую способность человека, благодаря которой возможно самоопределение личности. Близкое определение дается в психологических справочниках, где духовность рассматривается как высший уровень развития и саморегуляции зрелой личности, когда основными ориентирами ее жизнедеятельности становятся непреходящие человеческие ценности.

Гуманитарные науки обозначают духовность как объединяющие начала общества, выражаемые в виде моральных ценностей и сконцентрированные, как правило, в религиозных учениях и художественных образах искусства.

Социология определяет духовную сферу общества как область социальной жизни, содержание которой составляет объективная идеальная реальность как совокупность смыслов, знаний, ценностей, обнаруживающихся в деятельности общества и людей. По мнению социологов, духовная сфера общества включает в себя все формы общественного сознания – философию, религию, мораль, право, искусство, а также науку, идеологию, образование и воспитание во всех их многообразных проявлениях.

На протяжении всего своего существования человечество признавало существование духовной составляющей, рассматривая ее как наиболее высокий и организованный уровень человеческого бытия. В процессе самопознания человечество пришло также к выводу о ведущей силе духа и о целостности духовности.

Теперь пришла очередь психотерапии внести свою лепту в исследование духовной составляющей человека. Особая миссия психотерапии состоит в том, что кроме исследования, наша наука может обратить целительную силу духа на пользу человеку. В первую очередь дать возможность лечения и исцеления людям с разнообразными проблемами в психической и духовной сферах, а также осуществлять общую гармонизацию личности, благодаря воздействию на духовном уровне, являющимся ведущим и упорядочивающим все остальные. Кроме того, применение духовно ориентированного подхода дает возможность человеку идти по пути самосовершенствования к своему высшему состоянию, которое, в свою очередь, также находится в области духовности.

### 3) Теоретические основы

Истоки духовно ориентированной психотерапии уходят глубоко веков. Так во всех древних религиозных системах, в частности в восточных практиках, существовали техники, призванные помочь человеку духовными средствами решить личностные проблемы. Не случайно многие направления психотерапии уже в XX веке обратились за помощью, опытом и источником вдохновения к шаманским практикам. В разных аспектах вопросах духовности в западной психологии занимались такие психологи, как Уильям Джеймс, В. Дильтей, Э. Шпрангер (конец XIX – начала XX вв) и другие. Но духовно ориентированный подход в практическую психотерапию и психиатрию впервые ввел К. Г. Юнг. К. Г. Юнг большое внимание уделял анализу традиций духовной культуры Запада и Востока, впервые ввел понятие архетипических структур и коллективного бессознательного. Юнг говорил об «архетипе духа», его роли в развитии личности. В психосинтезе Р. Ассаджоли понятие духовности связывалось с уровнем высшего бессознательного, являющегося источником интуиции и творческого вдохновения. Духовное пробуждение, по Ассаджоли, заключается в преодолении личного Я и слиянии его с духовным Я. Ориентировались на духовные ценно-

сти и основатели гуманистического подхода в психотерапии Д. Бьюдженталь, К. Хорни, К. Роджерс и др.. А. Маслоу, связывал духовность с высшими духовными бытийными ценностями и пиковыми переживаниями, характерными для самоактуализирующихся личностей. Он создал теорию метамотивации, в основе которой лежат высшие ценности, в том числе духовные. В. Франкл рассматривал духовность как один из базовых «экзистенциалов» человеческого бытия, как высшее измерение человека. Франкл уделял особое внимание духовному бессознательному, посредством которого человек улавливает истинные смыслы. В дальнейшем вопросами духовности занимались многие известные ученые, в числе которых С. Гроф, Э. Минделл, К. Уилбер, М. Мерфи, Р. Уолш, А. ван Каам, Б. Хеллингер, и др.

Русская культура традиционно исследовала проблемы, лежащие на стыке духовности и психологии. В начале XX века некоторые учёные (В. Бехтерев, А. Яроцкий и др.) вплотную приблизились к созданию отечественного духовно ориентированного подхода в психологии. В конце XX века в отечественной психотерапии появились исследования, посвященные этой теме (А. Белкин, В. Макаров, М. Бурно, Б. Братусь и др.).

### 4) Применение. Показания к применению

Духовно ориентированная психотерапия может использоваться в следующих областях:

– Медицина:

Терапия пациентов с депрессивными, невротическими, стрессовыми, психосоматическими, личностными расстройствами, зависимостями;

В рамках психотерапии, психиатрии, наркологии, психосоматики, психопрофилактики и психогигиены и др.

– Психология:

Психологическое консультирование лиц, переживающих кризисы (духовные, возрастные, и др.; находящихся в неблагоприятных психосоциальных условиях);

В форме семинаров и тренингов по личностному и профессиональному росту, здоровому образу жизни, повышению стрессоустойчивости, коучингу.

– Образование:

Обучение методам духовно ориентированной психотерапии специалистов (врачи-психотерапевты, врачи-психиатры, медицинские психологи).

Научно-исследовательская, научно-публицистическая, просветительская деятельность.

### 5) Практические результаты

Результатом воздействия ДОП является реализация человека на духовном уровне, подразумевающая активную деятельность в выбранном направлении с определенными ориентирами в виде духовных ценностей. Активизация духовного уровня, являющегося самым организованным и ресурсным, ведет к упорядочиванию всех остальных уровней бытия. В результате достигается состояние физического, душевного и социального благополучия, что соответствует определению здоровья Всемирной организации здравоохранения. Благодаря терапевтическому эффекту духовно ориентированного подхода происходит устранение психопатологической симптоматики и предупреждение ее рецидивирования, а также осуществляется профилактика психических нарушений. Окончательным результатом духовно ориентированной психотерапии является выздоровление клиента и достижение им общей гармонии, здоровья и благополучия.

## ОПРЕДЕЛЕНИЕ КЛАСТЕРА «ДУХОВНО ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ»

### Краткое определение:

Духовно ориентированная психотерапия – это область психотерапии, рассматривающая человека в рамках четырехчастной биопсихосоциодуховной парадигмы и ориентированная на духовную составляющую как на главную и интегрирующую все остальные.

### Полное определение:

Важнейшей целью ДОП является формирование человека как целостной духовной личности, гармонично существующей на всех уровнях бытия.

Содержанием духовно ориентированного подхода является специфическая эффективная форма воздействия на внутренний мир человека в целях обеспечения и сохранения его психического, физического, социального и духовного благополучия.

Миссией ДОП, ее приоритетом в сравнении с другими видами психотерапии, является укрепление психического здоровья за счет достижения духовного роста и личностного самосовершенствования человека.

Результатом воздействия ДОП является реализация человека на духовном уровне, подразумевающая активную деятельность в выбранном направлении с определенными ориентирами в виде духовных ценностей. Активизация духовного уровня, являющегося самым организованным и ресурсным, ведет к упорядочиванию всех остальных уровней бытия. В результате достигается состояние физического, душевного и социального благополучия, что соответствует определению здоровья

Всемирной организации здравоохранения. Благодаря терапевтическому эффекту духовно ориентированного подхода происходят устранение психопатологической симптоматики и предупреждение ее рецидивирования, а также осуществляется профилактика психических нарушений. Окончательным результатом духовно ориентированной психотерапии является выздоровление клиента и достижение им общей гармонии, здоровья и благополучия.

## ОБРАЗОВАНИЕ В ОППЛ

# ОБУЧЕНИЕ ГРУППОВОЙ СУПЕРВИЗИИ ПСИХОЛОГОВ И ПСИХОТЕРАПЕВТОВ

«Школа Мастерства Профессиональной Супервизии» в Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги приглашает вас на тренинг-семинар для овладения навыками ведущих групповой супервизии

«Межмодальная Супервизия ОППЛ в четырехчастной парадигме» – базовый уровень

Внимание: программа онлайн + очная!

**Даты проведения обучения:** 6-й поток:

1–3 октября 2021 года – 1-й модуль. Онлайн.

26–28 ноября 2021 года – 2-й модуль. Очно.

4–6 февраля 2022 года – 3-й модуль. Очно.

Время проведения: 11.00–18.00

Цель нашего обучения супервизии: качественная практика!

Всего три модуля, 72 академических часов, 8 академических часов в день.

12 ак.ч. тренинг супервизора, 60 ак.ч. теория и навыки.

**Место проведения:** Санкт-Петербург

Тренинг-семинар включает: лекции, семинары, индивидуальные упражнения и упражнения в группах, разбор кейсов, проведение групповой супервизии реальных случаев участников с анализом и подробным разбором, а также отработку навыка проведения супервизии в группе под супервизией преподавателей курса.

Межмодальная супервизия в четырех частной парадигме является интегративным подходом к проведению супервизии в группе, состоящей из представителей различных направлений, подходов и модальностей психотерапии и консультирования и предполагает интерпретацию психотерапевтического процесса по 4 основным направлениям: биологическому (клиническому), психологическому, социальному и духовному.

В данном подходе супервизор помогает специалисту целостно концептуализировать сложный случай. В процессе супервизии специалист получает ответ в пределах своего запроса, понимание переноса и контрпереноса, а также приобретает новые знания и умения, активизирует процесс профессионального роста. Разрешение профессиональных затруднений повышает эффективность

работы специалиста, что является важным условием профилактики профессионального выгорания.

Занятия позволяют развить навыки ведущего групповой супервизии, начать свою практику в этой области.

### Ведущие:

- **Румянцева Инга Викторовна.** Вице президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, председатель Регионального Отделения ППЛ в Санкт-Петербурге и СЗФО. Председатель комитета по супервизии ОППЛ. Сертифицированный супервизор ОППЛ, психолог. Член наблюдательного совета Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов». Организатор международных научных конгрессов и Психфестов ОППЛ. Санкт-Петербург. Россия.

- **Федоряка Денис Александрович.** Врач-психотерапевт, к.психол.н., сертифицированный супервизор ОППЛ, действительный член ОППЛ, ведущий динамических, супервизорских и балнтовских групп, Санкт-Петербург. Россия.

Все участники программы получают Сертификат участия, и вносятся в реестр участников Программы на сайте ОППЛ. Каждый модуль подтверждается также накопительными сертификатами ОППЛ. Участникам тренинга-семинара выдается сертификат об окончании курса, и при соответствии общим требованиям и наличии супервизионной практики, могут пройти Аккредитацию в качестве супервизора ОППЛ (см. Положение о супервизоре ОППЛ).

Оплата со скидкой до 15 августа!

Запись на программу и дополнительная информация:

Богданова Ирина Михайловна

моб. +7 (911) 292-38-53

По вопросам обучения супервизоров и подачи документов в Комитет:

Перельштейн Наталья Владимировна

Секретарь комитета супервизии ЦС ОППЛ:

моб. +7 (921) 965-01-03, e-mail: nataliy\_p72@mail.ru

Председатель комитета по супервизии ОППЛ:

Румянцева Инга Викторовна

моб. +7 (911) 221-33-32, e-mail: ing900@yandex.ru

## О ВКУСНОЙ И ЗДОРОВОЙ ЖИЗНИ

# СЧАСТЛИВЫЙ ПРОЕКТ ОППЛ

Уважаемые коллеги!

Мы с вами знаем, что почти все наши клиенты хотят жить счастливо. Они могут обратиться к нам с разными запросами (про день, отношения и решение проблем) но в итоге они говорят, что хотят счастье.

А психотерапевт может быть живым примером, как жить счастливо.

У каждого свои методы. Возможно, Вы считаете, что есть «мышцы счастья» и их надо тренировать. Кто-то думает по-другому. Но все равно нам известно много методов повышать свой уровень счастья!

Мы рады сообщить, что наша Лига начинает деятельность по повышению уровня счастья членов ППЛ! Такой счастливый проект ППЛ.

Руководитель проекта (или Директор по Счастью) – Оксана Покатаева, многим известная как Лакшми, действительный член ОППЛ, психотерапевт Европейского реестра психотерапевтов, частнопрактикующий психотерапевт, ИП с 2000 года, бизнес-психолог, глубинный психолог, коуч-гармонизатор для бизнесменов.

Если вы хотите участвовать в «Счастливым проекте ОППЛ» то от-

ветьте, пожалуйста, на несколько вопросов и отправьте на адрес [pokataevs@mail.ru](mailto:pokataevs@mail.ru)

1. Как вы считаете, можно ли увеличить ощущение счастья?
2. Может ли ощущение счастья изменить жизнь человека?
3. Должен ли специалист помогающих профессий (психолог, психотерапевт, коуч, тренер, ментор, наставник и др) повышать свой уровень ощущения счастья?
4. Хотите ли вы участвовать в начале счастливого движения ППЛ?

Если да, вступайте в группу в Телеграм <https://t.me/joinchat/ep9zxjaBJgs2NmE6>

Пожалуйста, субъективно оцените по 10-бальной шкале на сколько Вы сейчас себя чувствуете счастливым. И по этой ссылке придите и поставьте цифру и нажмите отправить. Это будет анонимно [menti.com](https://menti.com).

Также вы можете задать вопросы, написав руководителю проекта Оксане Покатаевой [pokataevs@mail.ru](mailto:pokataevs@mail.ru).



## ПОСЛЕСЛОВИЕ

**Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига  
 Саморегулируемая организация Национальная ассоциация развития психотерапевтической  
 и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов»  
 Российская медицинская академии непрерывного профессионального образования Министерства  
 здравоохранения Российской Федерации  
 Первый университет профессора В. В. Макарова**

# ЭКСПЕРТНЫЙ КРУГЛЫЙ СТОЛ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ «СОЦИАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ И ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ – КОНСТРУКТИВНЫЙ ОТВЕТ НА ВЫЗОВЫ НОВЕЙШЕГО ВРЕМЕНИ»

7 июля 2021 года, онлайн

Экспертный круглый стол «Социальная психотерапия и психологическая помощь – конструктивный ответ на вызовы новейшего времени» был проведен с целью уточнения определения и роли социальной психотерапии в настоящую новейшую эпоху.

Социальная психотерапия удовлетворяет социальный запрос. Она удовлетворяет запрос человека, группы, семьи, общества. Оказывает помощь для достижения поставленной цели, в том числе для достижения базового состояния счастья, а также благополучия, безопасности в обществе.

Все больше клиентов обращается с социальными проблемами. Это проблемы судьбы, проблемы смысла жизни, проблемы надежности, проблемы верности, проблемы мировоззрения.

Однако дефиниции социальной психотерапии, её цели, задачи и механизмы взаимодействия с общественными институтами, как с основными заказчиками, степень реализации в рамках волонтерских проектов ещё обсуждаются.

В программе круглого стола прозвучало семь фиксированных выступлений, в мероприятии приняли участие более 65 человек.

### Основная программа круглого стола:

#### Фиксированное выступление

**Макаров Виктор Викторович** (Москва, Россия), доктор медицинских наук, профессор, президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, президент IX Всемирного конгресса по психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования.

#### Фиксированное выступление

**Эугениус Лауринйтис** (Вильнюс, Литва – Вена, Австрия), доктор медицины, доцент кафедры из психиатрии Вильнюсского университета и профессор Института психологии Университета Миколаса Ромериса в Вильнюсе, Генеральный секретарь Европейской ассоциации психотерапии, Президент Литовского психотерапевтического общества.

#### Фиксированное выступление

**Катков Александр Лазаревич** (Санкт-Петербург, Россия), доктор медицинских наук, профессор, ректор Международного института социальной психотерапии Санкт-Петербург, действительный член и Вице-Президент ОППЛ, официальный преподаватель и супервизор практики ОППЛ, Председатель Комитета по законодательным инициативам и Комитета по науке ОППЛ, психотерапевт Единого Реестра профессиональных психотерапевтов Европы, официальный консультант и эксперт УПН ООН по вопросам наркомании (эпидемиология, профилактика, психотерапия, реабилитация) в странах Центральной Азии. Россия, Санкт-Петербург.

#### Фиксированное выступление «Социальная психотерапия и психотерапия здоровых»

**Стрельченко Андрей Борисович** (Москва, Россия), доктор медицинских наук, действительный член и официальный преподаватель международного уровня ОППЛ, психотерапевт единого реестра психотерапевтов Европы.

В докладе рассматривается роль и место психотерапии здоровых в структуре социальной психотерапии. Анализируется значение концепции адаптивного интеллекта с позиций психотерапии здоровых.

#### Фиксированное выступление «Поиск языка социальной психотерапии новейшего времени. Эволюция души человека. языковой кластер психотерапии»

**Семенова Алла Ивановна** (Москва, Россия – Канберра, Австралия), педиатр, психотерапевт, иммунолог, автор метода Целебная творческая психолингвистика и руководитель одноименной модальности в ОППЛ, действительный член ОППЛ, доктор наук в Области регуляции в биологических системах академии МАИСУ.

#### Фиксированное выступление «Место единой теории психологии личности в социальной психотерапии»

**Табидзе Александр Александрович** (Москва, Россия), клинический психолог, член – корреспондент РАЕН, доктор физико-математических наук, профессор, директор Научного центра «Психотерапевтическая педагогика» Минобрнауки РФ, действительный член ОППЛ (руководитель модальности).

Рассматривается авторская единая теория психологии личности, в основе которой лежит образная четырёхчастная био-психо-социо-духовная модель психики. Вводится понятие двух бессознательных. Показано, что первое бессознательное отвечает интересам инстинкта сохранения индивида. Второе бессознательное отвечает интересам инстинкта сохранения вида. Таким образом именно второе бессознательное является основой социальной психотерапии. Найдены психо-эмоциональные качества человека, включающие у него инстинкт сохранения вида.

#### **Фиксированное выступление «Трансmodalная субъектная аналитика, психотерапия и консультирование проблем событийности масштабов разных уровней»**

**Хохлова Любовь Прокофьевна** (Москва, Россия), кандидат психологических наук, профессор, действительный член ОППЛ, психотерапевт, внесенный в единый реестр профессиональных психотерапевтов Европы (ЕАП), заведующая кафедрой практической психологии и арт-терапии Московского социально-педагогического института. Россия, Москва.

В докладе рассматриваются проблемы как отдельного человека, так и больших масс людей, вовлекаемых в события различного масштаба и носящих деструктивный характер. Теоретические подходы и методы трансmodalной субъектной аналитики в групповой психологической работе по оптимизации деструктивной событийности (терроризм, пандемии и пр.)

#### **Фиксированное выступление «После шторма. Новая реальность высшей школы»**

**Рудина Лариса Максимовна** (Москва, Россия), кандидат психологических наук, доцент, действительный член ОППЛ, доцент РАНХиГС при президенте РФ, эксперт-тренер Healthy Interaction (USA), professional coach ICA Maximum, (профессиональный коуч, Международная академия коучинга «Максимум»), федеральный спикер программ повышения квалификации врачей РФ.

В докладе рассматривается возможность подготовки специалистов в ВУЗе в парадигме ценностно-ориентированного обучения, как метрики, от которой зависит сущность обучения и воспитания. Описаны «компетенции неясного будущего». Представлены концепты управления через доверие, коучинга и менторинга, «цифrofизации» образования. Выделено направление «креативной педагогики» как драйвера новых образовательных моделей в «постпандемическую эпоху».

#### **Фиксированное выступление «Столкновение двух парадигм в личностно-деятельностном и социально-экономическом пространстве. Диалектическое рассмотрение развивающегося субъекта»**

**Овчинникова Татьяна Николаевна** (Москва, Россия), кандидат психологических наук, действительный член ОППЛ.

В докладе предлагается рассмотреть философский подход к исследованию развивающегося субъекта с опорой на практический опыт его реализации. Целостное изучение субъекта возможно лишь при рассмотрении его во взаимодействии с внешним миром (Л. С. Выготский, Э. В. Ильенков, А. С. Арсеньев, В. С. Библер и др.). Субъект в своем развитии, имея двойственную природу субъект-объектных отношений, реализует себя в нем, как бы «прорастая» в отношениях с живыми людьми и с вещным (предметным) миром, развитие которых осуществляется по разным законам логики. Это известные в философии парадигмы, характеризующие отношения людей с развивающимся и с вещным миром, формируются в течение жизни, начиная с раннего детства.

#### **Фиксированное выступление**

**Есельсон Семен Борисович** (Ростов-на-Дону, Россия), экзистенциальный консультант, руководитель Совета Международного Института экзистенциального консультирования (МИЭК), главный редактор журнала «Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия», член Правления Европейской федерации экзистенциальной терапии, президент межрегиональной общественной организации «Национальное объединение экзистенциальных консультантов и терапевтов», руководитель модальности «Экзистенциальная терапия» ОППЛ.

В заключение прозвучали краткие выступления участников круглого стола без внесения в программу.

**Экспертный круглый стол «Социальная психотерапия и психологическая помощь – конструктивный ответ на вызовы новейшего времени» был проведен за счет членских взносов ОППЛ. Благодарим всех членов Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги за вклад в помощь профессиональному сообществу и обществу!**

#### **Исполнительный комитет**

**Президент ОППЛ и СРО, председатель Экспертного круглого стола** Макаров Виктор Викторович: 9259036@gmail.com, 9259036@mail.ru

**Ответственный за регистрацию участников** исполнительный директор ОППЛ Калмыкова Инга Юрьевна: center@oppl.ru, +7 (963) 750-51-08, тел/факс +7 (495) 675-15-63

**Ответственный за составление аннотированной программы** ученый секретарь ЦС ОППЛ Камалова София Цихиловна oppl.doc@gmail.com, +7 (916) 062-00-26



## **ДИСКУССИОННАЯ ТРИБУНА**

# **ТЕЗИСЫ ВЫСТУПЛЕНИЯ Е. Л. ИВАНОВОЙ**

## **в рамках Экспертного круглого стола «Социальная психотерапия и психологическая помощь – конструктивный ответ на вызовы новейшего времени»**

Иванова Екатерина Леонтьевна – психолог, гештальт-терапевт, руководитель Центра практической гештальт-терапии «Социальный лифт»; Действительный член ОППЛ.

Тема моего выступления «Способность к контакту со специалистами различных модальностей и готовность к этому у большинства членов ОППЛ-сообщества как психологическая рамка, оформляющая процесс интеграции людей в социальной психотерапии».

4 октября 1999 года на Саммите общественных организаций был инициирован вопрос о создании Федерации общественных профессиональных организаций. Профессор Э. Г. Эйдемиллер высказал опасение, что в случае создания такой организации есть риск, что кто-то станет изгоем. Таким образом, самым важным стал

заявленный на Саммите вопрос о процедуре и порядке взаимного признания специалистами и организациями. Федерация создана не была. И, я допускаю, именно из-за отсутствия договоренностей о порядке взаимного признания. Фактически, с 2000х годов, критерии и культура взаимного признания профессионалами друг друга стала внутренней работой ОППЛ (и в других профессионально-общественных организациях).

Руководством ОППЛ была создана за 10 лет команда, способная поддерживать, развивать формы и рамки работы организации, способствующие интеграции специалистов в социальную

психотерапию. О каких специалистах, интегрирующихся в социальную психотерапию речь? О людях, обучившихся на психологических, педагогических, медицинских факультетах вузов, а также обученных или заинтересованных в обучении в классических и нарождающихся методах; а также разных по уровню научного мышления – от специалиста до докторов наук. В нашей культуре в 00ые годы не было культуры и опыта признания специалистами столь разных компетенций принадлежности к одной и той же области помощи людям – социальной психотерапии.

Уже в 1999–2000 году были введены строгие академические формы проведения конгрессов: пленарные заседания, аннотированные (безупречно составленные) программы и доклады, пре и пост-релизы, симпозиумы, конференции, круглые столы. Требования к публикациям статей и тезисов соответствовали ВАК требованиям. 20 летний опыт использования этих форм показал, что эти рамки являются несущими конструкциями для интеграции специалистов в поле социальной психотерапии – через определение и внедрение культуры научного взаимодействия между всеми участниками процесса. С другой стороны, в 2000 году был приглашен Альфред Притц, который

предоставил участникам ОППЛ (и всем желающим) возможность обучаться эклектической психотерапии в России по стандартам Европейской Психотерапевтической Ассоциации. Всем желающим стали доступны европейские учителя и европейские стандарты психотерапевтической практики. Это стало еще одной рамкой, определяющей интеграцию специалистов в социальную психотерапию.

Кроме этих рамок необходима была воля человека, определяющего усилия многих людей, вступивших в интеграционный процесс, – воля президента Лиги Макарова Виктора Викторовича. Эта воля поддерживала все эти годы у специалистов формирование способности к расширению своего профессионального сознания и душевного потенциала до восприятия инакомыслящих коллег, коллег других модальностей и только зарождающихся методов.

Макаров Виктор Викторович способствовал формированию этой внутренней психологической рамки как обязательной несущей конструкции психотерапевтов социальной психотерапии. Эта личностная конструкция несет нагрузку интеграции человека в сообщество и поддерживает иные взаимно интеграционные процессы.



## ТВОРЧЕСТВО ПСИХОТЕРАПЕВТОВ

# ГАЛИНА ПРЕКРАСНАЯ

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ РАССКАЗ ПИСАТЕЛЬНИЦЫ АЛЛЫ ЛЕВИНОЙ  
(публикуется впервые)

Эти одухотворённые рассказы могут послужить людям с депрессивными расстройствами: побудить их тоже искренне писать о своих переживаниях, помогая творчеством себе и другим.

*Профессор М. Е. Бурно.*

Ты умерла, тебя нет на земле, но сколько людей постоянно вспоминают о тебе, скольким тебя не хватает! Твой муж бывает на твоей могиле каждую неделю, твоя дочь, твоя внучка – ты постоянно с ними, а они – с тобой.

Твои друзья собираются у места твоего упокоения в каждый день твоего рождения, в каждый день твоей кончины. А это значит, что ты бессмертна, бессмертна, пока живёшь в памяти людей, бессмертна даже в самом простом, житейском, безрелигиозном понимании этого слова.

Ты всех жалела, всем помогала! А больше всего мне, твоей племяннице, больной, несчастной, одинокой. Я никогда не была одинока в общепринятом смысле – у меня были родители, сестра, родственники. Но душевно я всегда была одна. У меня всегда всё было не так, всё «не как у людей». Не складывалась личная жизнь, профессиональная карьера, плохо было со здоровьем. Даже мама не могла выслушивать мои постоянные жалобы на жизнь. Она была очень благодарна своей младшей сестре Галине (её в нашей семье называли только Галиной или Галочкой, но никогда Галей),

что она со мной разговаривает. Разговаривать приходилось часто и подолгу. Разговоры эти были эмоционально тяжёлыми. Ей было очень трудно – я это чувствовала. Но она ни разу не сказала «не звони». Даже в самые тяжёлые дни, когда умирая, болела мама, и я звонила Галине буквально каждый день, отказов мне никогда не было.

Что уж говорить о том, сколько раз, бросая и работу, и собственную семью, она приезжала ко мне из отдалённого пригорода, где жила, чтобы проводить в поликлинику, погулять со мной в Сокольниках, просто утешить в очередных неприятностях. Она ласково называла меня Алёнушкой. Больше на земле меня никто уже так не назовёт.

Я буду помнить тебя всегда. Ты вечно будешь жить в моём сердце. Надеюсь на встречу в Лучшей Жизни. Во время твоих похорон на венок лично от меня я выбрала надпись «Помню, люблю, скорблю».

Вечная тебе память, моя Прекрасная Галина!

*28 июля 2019 года*

## ПРИЗНАКИ НЕВРОЗА

Алевтина Вострикова, действительный член ОППЛ.

Психология открыла для меня удивительный мир себя, мир людей, мир вещей, мир... Это путь вдохновения и чудесных открытий, и, нужно сделать всего лишь один шаг, самый важный, самый трудный шаг, чтобы начать путь к себе...

«Иду. Не знаю, кто сзади, а кто впереди...»

То ли в затылок, то ли подножка.

Лучше тихо в сторону отойти...

Можно было бы, но уже в строю,

А по бокам чёрные кошки.

Я же не суеверная, можно и в сторону,

Но в стороне снова тревожат шаги...

Мои шаги меня тревожат до холода,

И не важно-кто сзади, а кто впереди...»


**ОПЫТЫ ДУШИ**
**Цикл заметок Инны Лазебниковой**

# ОТПУСК

Инна Лазебникова, психолог, г. Москва,

Действительный член ОППЛ, член Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»

Instagram @innal\_75

Лето ассоциируется у большинства из нас с отдыхом, отпуском, морем, речкой, дачей, солнцем, арбузами и т.д. Можно долго перечислять о своих ассоциациях, но, пожалуй, всех их объединяет чувство радости и состояние релакса.

Именно о состоянии расслабления и пойдет речь в этом посте. Зачем нам расслабляться? Вот так расслабишься не сможешь собрать себя в кучу обратно! Так тяжело опять входить в привычное русло, режим, распорядок. И все же насколько долгожданным является отпуск, даже если он проходит дома на диване!

Расслабление необходимо, когда мы чувствуем перегруз, утомление, усталость, отсутствие сил и ресурсов продолжать делать то, что делали. Но ведь есть выходные, продление праздничных дней, локдауны в современном мире... Вот тогда и отдохнуть надо, восстановиться можно. Однако это не совсем так!

Отдых «телесный» мы можем себе устроить каждый день – это смена физического рода деятельности: после работы пробежка, фитнес, бассейн, прогулки в парке с детьми. По выходным – спа или просто ванна дома, банные комплексы, массаж, любимые кафе и просмотр кинофильма лежа на диване. Но при этом мы продолжаем яростно ждать именно отпуска. Что же такого сакрального в этом слове «ОТПУСК»?

Все просто – мы хотим расслабить ум, мозг, именно он, работающий 24\8 не дает покоя, а значит все вышеперечисленные способы расслабиться имеют временный эффект, практически только на период занятия ими. Отпуск – это новая картинка, смена впечатлений, а вместе с ними – и психоэмоциональных состояний. Не отвлекаться на время, как мы это делаем при

помощи смены рода деятельности. Здесь все масштабнее – переключение не «физики», а «ментальности». Новые приключения начинаются уже в аэропорту, на ж\д вокзале, пирсе и т.д. А дальше – новые картинки, впечатления, ощущения, вкусы, краски – все это дает сигналы в мозг, что ему сейчас надо обрабатывать иную информацию, заряженную позитивом и радостью. Получая свою порцию эндорфинов\* (*нейропептиды, которые вырабатываются в организме человека в ответ на изменения окружающей среды. Они способны снизить боль, уменьшить чувство страха или просто сделать человека счастливым*), находясь на расстоянии от текущих проблем, условно говоря, не имея к ним прямого доступа, мы испытываем чувство наслаждения, благодаря которому и происходит тот самый, истинный, давно искомый ОТДЫХ, РЕЛАКС. Ментальное напряжение спадает, на смену ему приход спокойствие и умиротворение. При этом сам отпуск может быть весьма насыщен и активен в физическом плане. Просто в это время вы делаете то, что давно хотели – посвящаете это время СЕБЕ, так, как хотите, а не так, как «на сколько хватит время, позволит абонемент или минимальные пробки»).

Если у вас есть возможность выехать из вашего постоянного места обитания, пусть не далеко и ненадолго – сделайте это, «смените картинку» эмоционального и визуально восприятия окружающего мира. Это может занять пару дней, но именно благодаря положительным эмоциям, передающим в мозг информацию позитивную и умиротворяющую, он (мозг) успокоится, и вы почувствуете расслабление, получите истинный отдых.

Всем мира, добра, спокойствия, гармонии и релакса.


**ОФИЦИАЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

## РЕБРЕНДИНГ ОППЛ

**Будущая миссия ОППЛ и конкурс на лучший слоган**

Уважаемые коллеги!

В текущем 2021 году проводится важнейшее событие в нашей Лиге – её ребрендинг.

Работа по ребрендингу нашей организации идет полным ходом. Действуют различные проектно-целевые группы, и уже подготовлен рабочий текст Видения и Миссии Лиги на ближайшие 10–15 лет. В него мы также хотим включить слоган Миссии (девиз), который будет отражать суть намеченных изменений нашей организации, ее направленность и будущие достижения.

В связи с этим мы объявляем конкурс на лучшую формулировку слогана. Просим вас принять активное участие в нашем общем сотворчестве.

Одним из прошлых девизов Лиги был следующий слоган: **«От психотерапии стихийной – к психотерапии профессиональной!»**.

В нем была отражена основная идея наших усилий на продолжительном этапе деятельности Лиги. Сейчас эта цель уже реализована и утратила свою прежнюю актуальность.

Набросок краткой версии Миссии предварительно выглядит следующим образом:

«Построение психолого-психотерапевтической саморазвивающейся организации как экосистемы, способной развивать новые модели и направления психотерапии (особенно отечественные), обеспечивающие новые формы работы с людьми (краткосрочные, глубокие и действенные), активно влияющей на создание психотерапии как самостоятельной независимой профессии и научно-прикладной области, тем самым внося свой существенный коллективный вклад в ментальное здоровье нации».

Этот текст пока не является утвержденным, но может служить вам смысловым ориентиром для разработки слогана.

Просим прислать свои варианты слогана до 15 августа 2021 г. Будем признательны вам за вашу личную инициативу!

Дорогие коллеги! Мы обречены на успех!

Ваши предложения прошу направлять на [pligin@nlpcenter.ru](mailto:pligin@nlpcenter.ru)

# КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ЦЕНТРАЛЬНОГО СОВЕТА И ИСПОЛНИТЕЛЬНОГО АППАРАТА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ

июнь 2020 – ноябрь 2021 гг.

## Уважаемые коллеги!

Наша Лига активно растёт и развивается. Для эффективной работы просим напрямую обращаться к сотрудникам, согласно сфере их компетенции. Если вам не понятно, к компетенции какого сотрудника относится ваш вопрос, то обращайтесь к Исполнительному директору и Ответственному секретарю ЦС ППЛ.

**Президент Лиги** Профессор Макаров Виктор Викторович: 9259036@gmail.com, 9259036@mail.ru, viktormakarov.ru, моб. +7 (917) 533-39-29, +7 (985) 925-90-36

**Исполнительный директор Лиги** (вопросы о членстве в ОППЛ, о взносах в ОППЛ, участии в реестрах) Доцент Калмыкова Инга Юрьевна: center@oppl.ru, моб. +7 (963) 750-51-08, тел/факс +7 (495) 675-15-63

**Ответственный секретарь Центрального Совета Лиги**, член Центрального Совета (вопросы об участии в мероприятиях и событиях) Приходченко Ольга Анатольевна: 8750oppl@gmail.com, моб. +7 (983) 129-85-92 (Москва)

**Учёный секретарь Центрального Совета Лиги**, исполнительный редактор Профессиональной психотерапевтической газеты Камалова София Цихиловна: oppl.doc@gmail.com, моб. +7 (916) 062-00-26, +3 168 708 19 64 (Нидерланды)

**Вице-президент Лиги, почетный председатель комитета модальностей** профессор Бурно Марк Евгеньевич: allaburno@rambler.ru, служ. +7 (495) 675-45-67, моб. +7 (967) 213-43-62

**Председатель комитета направлений и методов (модальностей) ОППЛ** профессор Линде Николай Дмитриевич: nlinde@mail.ru, моб. +7 (926) 192-34-25

**Председатель комитета по этике и защите профессиональных прав ОППЛ**, член Центрального Совета Слабинский Владимир Юрьевич: ethic@oppl.ru, моб. +7 (905) 226-19-96

**Вице-президент Лиги, председатель комитета по науке и технологиям и комитета законодательных инициатив** профессор Катков Александр Лазаревич: allkatkov@mail.ru, служ. +7 (931) 339-79-72

**Вице-президент Лиги, председатель комитета по супервизии, официальный представитель ЦС ППЛ в Северо-Западном федеральном округе** Румянцева Инга Викторовна: ing900@yandex.ru, моб. +7 (911) 221-33-32, +7 (919) 106-98-89 (Москва)

**Вице-президент Лиги, председатель комитета по психологическому волонтерству и добровольчеству, официальный представитель ЦС ППЛ в Южном федеральном округе** Силенок Инна Казимировна: psilenok@mail.ru, служ. +7 (861) 253-23-96, моб. +7 (918) 439-06-67

**Вице-президент Лиги, официальный представитель ЦС ППЛ в Дальневосточном федеральном округе** Профессор Ульянов Илья Геннадьевич: happy-family09@mail.ru, моб. +7 (908) 992-69-96

**Вице-президент Лиги, официальный представитель ЦС ППЛ в Приволжском федеральном округе** Профессор Тимербулатов Ильгиз Фаритович: iftdoc@mail.ru, моб. +7 (917) 807-79-02

**Вице-президент Лиги, председатель комитета профессионального признания и наград** доцент Чеглова Ирина Алексеевна: cheglova@list.ru, моб. +7 (916) 547-90-01

## Члены Центрального Совета ППЛ:

**Член Центрального Совета, председатель комитета по образованию** доцент Кузовкин Виктор Владимирович: kuzovkin\_vi@mail.ru, моб. +7 (903) 242-60-90

**Член Центрального Совета, председатель комитета ЦС ППЛ по личной терапии, председатель международной секции ППЛ, председатель молодежной секции ППЛ** Макарова Екатерина Викторовна: kmorpl@mail.ru, моб. +7 (916) 507-58-10

**Член Центрального Совета, официальный представитель ЦС ППЛ в Восточной Сибири** Византийская Ирина Юрьевна: vizantya@mail.ru, тел. +7 (902) 561-57-65 (ТЕЛЕ2, Viber, WhatsApp), +7 (914) 901-91-15 (МТС)

**Член Центрального Совета, Официальный представитель ЦС ППЛ в Крыму и Севастополе** Зезюлинская Инна Алексеевна: palgold@mail.ru, моб. +7 (978) 852-74-03

**Член Центрального Совета, председатель комитета по коучингу** Калашников Андрей Сергеевич: a.s.kalashnikov@mail.ru, моб. +7 (926) 249-43-59

**Член Центрального Совета, председатель комитета ЦС ППЛ по балитновскому движению** Клепиков Николай Николаевич: nikolai\_klepikov@mail.ru, моб. +7 (903) 181-29-57

**Член Центрального Совета, председатель комитета по медиации** Лаврова Нина Михайловна: vasilylavrov@yandex.ru, служ. +7 (812) 764-68-72

**Член Центрального Совета, официальный представитель ЦС ППЛ в Сибирском федеральном округе** Лях Игорь Вячеславович: ivlyakh@gmail.com, моб. +7 (913) 936-90-66

**Член Центрального Совета, официальный представитель ЦС ППЛ в Уральском федеральном округе** Рудная Марина Николаевна: rudnaya@yandex.ru, моб. +7 (909) 006-55-00

**Член Центрального Совета, официальный представитель ЦС ППЛ в Центральном федеральном округе** Шестакова-Архангельская Ирина Станиславовна: shist@inbox.ru, моб. +7 (910) 748-08-28

**Член Центрального Совета, официальный представитель ЦС ППЛ в Казахстане** Шильдебаева Назгуль Абдуллаевна: shildebayeva@gmail.com, моб. +7 (701) 782-19-87 (Казахстан)

**Член Центрального Совета** Обухов-Козаровицкий Яков Леонидович: jakovobuchov@gmail.com, моб. +7 (916) 161-40-54

## Официальные представители:

Официальный представитель ЦС ППЛ в Индии Аджид Вардан Сингх: ajitvardan@gmail.com, тел. +919899011611 (Индия)

## Другие сотрудники:

**Главный бухгалтер ППЛ** Симакова Галина Олеговна: dinabeg15@mail.ru, моб. +7 (916) 912-72-25. Почтовый адрес: 119002, Россия, Москва, ул. Арбат 20, корп. 1, подъезд 4, оф. 45

**Заместитель главного редактора Ежемесячного научно-практического журнала «Психотерапия»** Иришкин Андрей Александрович: andrey.irishkin@gmail.com

**Выпускающий редактор сетевого научно-практического издания «Антология Российской психотерапии и психологии»** Булычева Анна Евгеньевна: anna2269212@gmail.com, моб. +7 (913) 911-69-36

**Менеджер Центрального Совета ППЛ** Родимова Наталья Львовна: pplotvet@yandex.ru, служ. +7 (495) 675-15-63, моб. +7 (985) 383-98-07

**Тренинг-руководитель Центрального Совета ППЛ** Нерода Анна Рудольфовна: training.oppl@gmail.com, моб. +7 (903) 582-49-42

**Ассистент Центрального Совета ППЛ** Скукин Сергей Александрович: org.oppl@gmail.com, моб. +7 (903) 131-11-37

**Юридический и почтовый адрес Центрального Совета Лиги:** 119002, Россия, Москва, ул. Арбат д. 20, корп.1, подъезд 4, оф. 45

Адрес для посылок, бандеролей, заказной и ценной корреспонденции: 115280 Москва, 2-й Автозаводский проезд, д. 4, Кафедра психотерапии, кабинет 36

Официальный сайт: [orpl.ru](http://orpl.ru)

Сайт конференций: [eurasian-psychotherapy.com](http://eurasian-psychotherapy.com)

**Реквизиты организации:**

Общероссийская общественная организация «Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига»

Юр. адрес: 119002, г. Москва, ул. Арбат, д.20, кв.45

Факт. адрес: 119002, г. Москва, ул. Арбат, д.20, кв.45

ИНН 7704278598 КПП 770401001

ОГРН 1117799012979

[org@orpl.ru](mailto:org@orpl.ru), +7 (903) 131-11-37



## ПЛАНЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ

# ДОПОЛНЯЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ СОБЫТИЙ И СОБРАНИЙ ТРЕТЬЕГО ДЕСЯТИЛЕТИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБЩЕРОССИЙСКОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ЛИГИ В 2021–2031 ГОДАХ\*

(Псифесты, конгрессы, конференции, съезды, декадни, экспедиции, сакральные путешествия, образовательные проекты)

Событие	Место проведения	Даты
<b>2021 год</b>		
Преоконгресс IX Всемирного конгресса по психотерапии: XVII Декадник «Источники успеха» в горном Алтае	Республика Алтай	05–12.07
XIII природный марафон «По местам силы Горного Алтая»	Республика Алтай	12–17.07
Съезд психологов и психотерапевтов ЮФО и республики Адыгея	Краснодар	03–10.11
Всероссийский научно-практический конгресс с международным участием «Новый мир – Планета психотерапии»	Москва	4–7.11
Псифест	Москва	4–7.11
VII Итоговое годовое собрание Саморегулируемой организации Национальной ассоциации развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	4–5.11
23-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	4–5.11
22-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	10–15.11
Научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2022 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
10-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	март
Юбилейный конгресс, посвященный 30-летию Европейской ассоциации психотерапии «Надежда психотерапии для нашего мира, находящегося в опасности»	Вена, Австрия	12–13.03
Форум специалистов помогающих профессий и XII Ежегодный Сибирский бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	13–18.04
Международная конференция «Роль личности в процессах обучения, копирования, моделирования успешных стратегий жизни, возможности для психотерапии» и VI Литературный декадник в Орле	Орел	05–09.05
Преоконгресс IX Всемирного конгресса по психотерапии «Дети. Общество. Будущее. Планета психотерапии»	Москва	21–22.06
Итоговое годовое собрание Саморегулируемой организации Национальной ассоциации развития психотерапевтической и психологической науки и практики «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	21–22.06
24-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	21–22.06
IX Всемирный конгресс по психотерапии «Дети. Общество. Будущее. Планета психотерапии»	Москва	23–26.06
Всемирный Псифест «Планета психотерапии»	Москва	23–26.06
Бал психотерапевтов «Бал цветов» в рамках IX Всемирного конгресса по психотерапии	Москва	24.06
Постконгресс IX Всемирного конгресса по психотерапии: 15-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	24.06–04.07
Постконгресс IX Всемирного конгресса по психотерапии: 18-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 14-й Природный марафон.	Республика Алтай	04–11.07
Псифест «Море жизни» в Крыму	Севастополь	Июнь – июль
18-й Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	03–10.11
23-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11

Событие	Место проведения	Даты
Международная научно-практическая конференция. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	09–14.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
32-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2023 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
11-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	март
VIII Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО и XIII Ежегодный Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	05–10.04
Международная конференция «Арт-терапия и ее возможности в кабинете помогающего специалиста» и VII Литературный декадник в Орле	Орел	04–09.05
Всероссийский Конгресс помогающих профессий	Москва	май
Международный Псифест в Крыму	Крым	28.06–02.07
19-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 15-й Природный марафон.	Республика Алтай	17–28.07
16-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	18–24.08
25-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	06.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	06.10
Итоговый Международный конгресс года	Москва	07–09.10
Итоговый декадник года по психотерапии, консультированию, медиации	Москва	07–12.10
19-й Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	03–10.11
24-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
33-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2024 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
12-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	Март
Форум специалистов помогающих профессий и 14-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	11–15.04
Международный Псифест в Крыму	Крым	26–30.06
20-й Юбилейный Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 16-й Природный марафон.	Республика Алтай	16–26.07
17-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	18–24.08
26-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	10.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	10.10
Итоговый Международный конгресс года	Москва	11–13.10
20-й Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	03–10.11
25-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Международная научно-практическая конференция. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	09–14.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
34-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	Ноябрь
<b>2025 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
13-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	Март
IX Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО. 15-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	10–14.04
Международный конгресс в Крыму	Крым	25–29.06
X Всемирный конгресс по психотерапии	Вена, Австрия	Июль
21-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 17-й Природный марафон.	Республика Алтай	21–31.07
18-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	17–23.08
27-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	09.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	09.10
Итоговый Международный конгресс года	Москва	10–12.10
21-й Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	03–10.11

Событие	Место проведения	Даты
26-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
35-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2026 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
14-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	март
Форум специалистов помогающих профессий и 16-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	16–20.04
Международный конгресс в Крыму	Крым	26–30.06
11-й Всемирный конгресс по психотерапии	уточняется	Июль
22-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 18-й Природный марафон.	Республика Алтай	20–31.07
19-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	16–22.08
28-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	15.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	15.10
Итоговый Международный конгресс года	Москва	16–18.10
22-й Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	03–10.11
27-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Международная научно-практическая конференция. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	09–14.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
36-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	Ноябрь
<b>2027 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
15-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	Март
X Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО. 17-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	15–19.04
Международный конгресс в Крыму	Крым	25–29.06
23-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае 19-й Природный марафон.	Республика Алтай	19–30.07
20-й Юбилейный Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	15–21.08
29-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги	Москва	14.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	14.10
Итоговый Международный конгресс года	Москва	15–17.10
23-й Международный декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Екатеринбург	03–10.11
28-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
37-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	Ноябрь
<b>2028 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
16-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	Март
XI Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО 17-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	15–19.04
Международный Псифест в Крыму	Крым	28.06–02.07
24-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае 20-й Природный марафон.	Республика Алтай	19–30.07
21-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	20–27.08
30-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги. Общее собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	14.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	14.10
Итоговый Международный Псифест года	Москва	15–17.10
28-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11

Событие	Место проведения	Даты
37-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2029 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
17-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	март
12-й Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО. 18-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	15–19.04
Международный Псифест в Крыму	Крым	июнь
25-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 21-й Природный марафон.	Республика Алтай	19–30.07
22-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	20–26.08
31-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги.	Москва	14.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	14.10
Итоговый Международный Псифест года	Москва	15–17.10
29-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
38-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2030 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
18-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	март
13-й Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО. 19-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	15–19.04
Международный Псифест в Крыму	Крым	июнь
26-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 22-й Природный марафон.	Республика Алтай	19–30.07
23-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	19–25.08
32-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги.	Москва	14.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	14.10
Итоговый Международный Псифест года	Москва	15–07.10
30-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
39-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь
<b>2031 год</b>		
Декадник на Енисее	Красноярск	Конец января
18-й Международный конгресс в Санкт-Петербурге. Психотерапевтический бал	Санкт-Петербург	март
14-й Съезд психотерапевтов, психиатров, психологов и консультантов СФО. 20-й Сибирский весенний бал психотерапевтов. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	15–19.04
Международный Псифест в Крыму	Крым	июнь
27-й Международный декадник восстановления ментальной экологии, отдыха, психотерапии, консультирования и коучинга в Горном Алтае. 23-й Природный марафон.	Республика Алтай	19–30.07
24-й Международный декадник по психотерапии, психологическому консультированию и коучингу «Звезды психотерапии на Байкале»	Озеро Байкал	19–25.08
33-й съезд Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги.	Москва	14.10
Общее годовое собрание Национальной СРО «Союз психотерапевтов и психологов»	Москва	14.10
Итоговый Международный Псифест года	Москва	15–07.10
31-й Декадник по психотерапии и психологическому консультированию	Омск	04–07.11
Экспертный симпозиум. Фестиваль психологических тренингов «ПСИ-ФЕСТ»	Новосибирск	08–13.11
Съезд психологов и психотерапевтов Краснодарского края и республики Адыгея	Краснодар	27–29.11
40-я научно-практическая психотерапевтическая экспедиция ОППЛ в Индию	Индия	ноябрь

Длительные образовательные проекты Общероссийской профессиональной психотерапевтической Лиги проходят по отдельному расписанию в Москве и других городах.

Перечень событий, длительных образовательных, супервизорских и терапевтических проектов Лиги постоянно пополняется! Следите за новостями! Будьте с нами!

Подробности на наших сайтах: [oppl.ru](http://oppl.ru), [travel-oppl.ru](http://travel-oppl.ru), [eurasian-psychotherapy.com](http://eurasian-psychotherapy.com)


**ОБЪЯВЛЕНИЯ**

## ПСИХОТЕРАПИЯ COVID-19. НАМ ВАЖЕН ВАШ ОПЫТ

Уважаемые коллеги!

О том, что COVID-19 влияет на деятельность нервной системы, многие знают, увы, не понаслышке.

Мы проводим исследование, посвященное психологической реабилитации после перенесенной инфекции COVID-19, борьбе с «дыхательным неврозом», и сейчас нам крайне необходим Ваш личный опыт.

Если Вы столкнулись с данным заболеванием и готовы поделиться тем, какие психотехнологии помогли Вам успешно справиться с COVID-

инфекцией и ее последствиями, то мы просим Вас пройти короткий опрос, доступный по ссылке <https://forms.gle/RvtcVaHiXSejawGB7>. Если Вы готовы лично рассказать нам свою историю, а также поучаствовать в записи интервью, которые будут доступны в сети широкому кругу лиц, заинтересованных в психологической реабилитации после COVID-19, пожалуйста, свяжитесь в личном письме или сообщениях (WhatsApp, Telegram) с Кузнецовой Анной Вячеславовной (контакты для связи: [dr.annkuznetsova@gmail.com](mailto:dr.annkuznetsova@gmail.com), +7-916-092-27-51). Благодарим Вас за помощь!

## БЮРО ВАКАНСИЙ ОППЛ ПРИГЛАШАЕТ РАБОТОДАТЕЛЕЙ РАЗМЕСТИТЬ ВАКАНСИИ

Уважаемые коллеги!

Бюро вакансий ОППЛ накоплен обширный банк резюме психологов и психотерапевтов.

Приглашаем работодателей разметить вакансии!

Если вы ищете профессионального психолога или психотерапевта на постоянную работу или частичную занятость, для получения консультаций, проведения тренингов и т.д.

Если у вас есть план принять на работу или нанять психолога для себя или детей, или вы открываете новую вакансию, где мо-

жет работать психолог – вы можете отправить запрос по адресу [8750oppl@gmail.ru](mailto:8750oppl@gmail.ru).

База данных профессионалов и психологов без опыта работы поможет найти специалиста для решения именно ваших задач. Укажите, на какую должность требуется специалист, или характер проблемы, которую он призван решить, навыки, личные качества, требования к психологу.

## ВАКАНСИИ РУКОВОДИТЕЛЕЙ ОТДЕЛЕНИЙ ОППЛ

Уважаемые коллеги!

В Центральном Совете Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги есть вакантные должности руководителей региональных (территориальных) отделений ОППЛ. Организация отделений ОППЛ является общественной и социально значимой деятельностью.

Если вы не знаете о работе отделения ОППЛ в вашем городе и заинтересованы в его создании, просим обращаться к ответственному секретарю ЦС ОПП Приходченко Ольге Анатольевне по электронной почте [8750oppl@gmail.com](mailto:8750oppl@gmail.com).

Центральный Совет Общероссийской профессиональной психотерапевтической Лиги проводит в Москве консультации наиболее сложных и трудоёмких клиентов и пациентов в области психотерапии, практической и консультативной психологии из Российской Федерации и всего русскоязычного пространства. Консультации проводятся, в том числе, на благотворительной основе.

Запись на консультацию к президенту Лиги, д.м.н., профессору, психотерапевту единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого реестра профессиональных психотерапевтов мира Макарову Виктору Викторовичу осуществляются по телефону +7 (495) 675-45-67 моб. +7 (919) 763 6147, и электронной почте [rplrf@yandex.ru](mailto:rplrf@yandex.ru),

Информация на сайтах: [www.oppl.ru](http://www.oppl.ru); [www.viktormakarov.ru](http://www.viktormakarov.ru)  
Запись на консультацию к вице-президенту Лиги, д.м.н., профессору, психотерапевту единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого реестра профессиональных психотерапевтов мира Бурно Марку Евгеньевичу, к.м.н., доценту, психотерапевту единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы Калмыковой Инге Юрьевне, к.м.н., доценту Махновской Людмиле Васильевне осуществляется по тел. +7 (495) 675-15-63 и электронной почте [center@oppl.ru](mailto:center@oppl.ru)

Информация на сайте: [www.oppl.ru](http://www.oppl.ru)  
**Центральный Совет ОППЛ**

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, исполнительный редактор С. Ц. Камалова, 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 «Лига-Принт» Тел.: 8 (495) 465-58-86.

Тираж 5000 экз.

