

## **Позитивная динамическая психотерапия Слабинский В.Ю.**

Позитивная динамическая психотерапия (Positive Dynamic Psychotherapy) имеет три формы применения (индивидуальную, семейную, групповую) — это психодинамический метод с экзистенциально-гуманистическим видением природы человека, обогащенный транскультуральным подходом и поведенческими техниками. Метод развивает наследие Петербургской школы психотерапии В. М. Бехтерева и базируется на психологии отношений А. Ф. Лазурского - В. Н. Мясищева. Метод появился в результате качественно нового этапа интеграции Петербургской (Ленинградской) школы психотерапии и современных западных психотерапий. Так, во многом заново были переосмыслены работы В. М. Бехтерева, А. Ф. Лазурского, В. Ф. Чижа, Т. К. Розенталь, В. С. Зигель, В. Н. Мясищева, Е. К. Яковлевой, И. З. Вельвовского, Б. Д. Карвасарского, что позволило гармонично интегрировать в базис Петербургской школы психотерапии идеи К. Юнга, А. Адлера, Дж. Морено, З. Фроудса, Ж. Лакана, Ж. Делеза, Ж. Дюрана, Д. Кальф, Н. Пезешкиана, Дж. Гриндера, У. Глассера, М. Чиксентмихайи, Ф. Зимбардо, У. Шутса и др.

Позитивная динамическая психотерапия разрабатывается с 2003 года, за это время накоплен позитивный опыт применения метода в клинической психотерапии как в стационаре, так и в амбулаторной практике. В терапии неврозов и посттравматических стрессовых расстройств. В реабилитационных программах для пациентов с психозами. Отдельные методики, разработанные в русле позитивной динамической психотерапии (позитивная куклотерапия, позитивная песочная психотерапия, древо характера, архетипические раскраски и др.) широко используются психологами при работе с детьми.

Теория, практика и результативность метода отражены в 2 кандидатских и 12 магистерских диссертациях, а также в 3 публикациях в журналах базы Scopus и 3 статьях в журналах ВАК.

### **Расширенное определение модальности**

Позитивная динамическая психотерапия (Positive Dynamic Psychotherapy) — это психодинамический метод с экзистенциально-гуманистическим видением природы человека, обогащенный транскультуральным подходом и поведенческими техниками. Метод имеет три формы применения (индивидуальную, семейную, групповую) и развивает наследие Петербургской школы психотерапии В. М. Бехтерева и базируется на психологии отношений А. Ф. Лазурского - В. Н. Мясищева.

Основным отличием позитивной динамической психотерапии является использование уровневой теории личности А.Ф. Лазурского, что позволяет обозначить целью психотерапии – повышение не только качества жизни, но и уровня жизненного функционирования в целом. Для картографирования психотерапевтического процесса используется интегративная теория личности, разрабатываемая в русле психологии отношений Лазурского-Мясищева. Данная модель личности имеет три измерения: структурное (три модели — гармонии, идентификации, характера), функциональное (три типа отношений — к миру, к себе, к другому), процессуальное (три принципа —

гармонии, динамики, надежды). В качестве психотерапевтических мишеней выступают нарушения отношений личности, понимающиеся как конфликты — актуальный, базовый, ключевой. Кроме того, важными отличиями являются: использование в психотерапии темпоральных факторов и психотерапевтическая работа по протоколам с опорой на методики, разработанные в русле ПДП.

Особенности терапии в методе позитивной динамической психотерапии заключаются в одномоментной гармонизации (реституции) здоровых и коррекции (реконструкции) нарушенных отношений во всех трех кластерах отношений: к себе; к миру; к другому — посредством разрешения трех конфликтов: базового, актуального, ключевого. Эти три конфликта образуют пространство внутриличностного конфликта и являются психотерапевтическими мишенями. Поскольку личностное пространство формируется совокупностью отношений личности, разрешение внутриличностного конфликта ведет к реконструкции личности.

Вслед за В. Н. Мясичевым смысл психотерапии понимается как «мобилизация лучшего, высшего в человеке», что и составляет главную задачу психотерапии. Решение главной задачи непосредственно связано с развитием «глубокой перспективы» по Мясичеву или проактивности. Е. К. Яковлева (1958) развила идею В. Н. Мясичева: «Психотерапия имеет две цели: во-первых, перестройку сложившихся у больного аффективно нарушенных отношений, которые мешали правильному отражению окружающей действительности, и во-вторых — развитие тех сторон личности больного, которые были недостаточно развиты». Как нетрудно заметить, акцент делается на развивающие практики, что возможно только при наличии позитивного образа человека. Техническая сторона психотерапии по В. М. Бехтереву заключается, прежде всего, в приемах убеждения и перевоспитания: «Сила педагога и врача в том, чтобы так овладеть отношением воспитанника или больного, чтобы сделать правильную точку зрения точкой зрения руководимого, правильное отношение — его отношением» (Мясичев В. Н., 2003). В дополнение к сеансам-беседам характерным для всех психотерапевтических методов Петербургской (Ленинградской) школы, в позитивной динамической психотерапии активно используются методики, разработанные в русле ПДП, что позволяет сократить продолжительность и повысить качество психотерапии.

Позитивная динамическая психотерапия разрабатывается с 2003 года, за это время накоплен позитивный опыт применения метода в клинической психотерапии как в стационаре, так и в амбулаторной практике. В терапии неврозов и посттравматических стрессовых расстройств. В реабилитационных программах для пациентов с психозами. Отдельные методики, разработанные в русле позитивной динамической психотерапии (позитивная куклотерапия, позитивная песочная психотерапия, древо характера, архетипические раскраски и др.) широко используются психологами при работе с детьми.

Теория, практика и результативность метода отражены в 2 кандидатских и 12 магистерских диссертациях, а также в 3 публикациях в журналах базы Scopus и 3 статьях в журналах ВАК.