

**Заявка о признании модальности в Лиге
«Краткосрочная психосоматическая психотерапия Псидваноль»
руководитель, автор Филяев М.А.**

1. Название “Краткосрочная психосоматическая психотерапия PSY 2.0”

2. Краткая история.

Модальность «Краткосрочная психосоматическая психотерапия Псидваноль» основана на методе психотерапии по психосоматической коррекции симптома «Метод PSY2.0» — это методика работы не только с психосоматическим запросом, но и психотехнологии работы по различным направлениям.

В 2016 году Михаилом Анатольевичем Филяевым был предложен метод психотерапии по психосоматической коррекции симптома «Метод PSY2.0», в основе которого лежит идея о том, что любое заболевание может быть вызвано эмоционально травмирующим событием, которое в рамках психосоматики проявляется как стресс или сильная эмоциональная вовлеченность. И предполагает работу с телесными симптомами, выявление психофизиологических реакций на психоэмоциональные события и коррекцию внутренних состояний, убеждений и поведенческих паттернов, влияющих на здоровье.

Воспроизведение контекста или ассоциативного трека, связанного с этим травматичным событием, может привести к появлению симптомов, так как они воспринимаются как угроза для жизни. Таким симптомом может являться аллергическая реакция, которая служит защитным механизмом организма, стремящегося избежать повторного переживания данного события.

В глубине подхода PSY2.0 заложено понимание связи между психическими и физическими процессами и комплексный подход к работе через психический аппарат человека. Его внимание направлено на коррекцию внутренних психоэмоциональных состояний, убеждений и анализ поведенческих паттернов, которые оказывают непосредственное влияние на физическое здоровье.

В 2022 году методика прошла рецензирование и получила авторское свидетельство о признании метода в Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиге (ОППЛ).

История создания метода:

Метод PSY2.0 зарегистрирован компанией "Человек и Закон" в 2016 году как метод психотерапии

(<https://drive.google.com/file/d/1qhpoR6YrebxqfbfjiUhxbd8irBF0c3rc/view?usp=sharing>)

Метод создан на основании комплексного подхода и объединения уже признанных методик, таких как гипнотерапия, НЛП, и другие регрессивные методики и методики работы с психологической травмой. В авторское свидетельство сразу вошли 20 психологических техник, которые стали основой для применения в протоколах и учебных материалах, и на данный момент разработано более 40 техник, которые апробируются и их эффективность доказывается в практической работе психологов.

Метод основан на основных идеях:

- культурно-исторической концепции Л. С. Выготского, которая является теоретико-методологической основой метода;
- современной концепции личностно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии Б. Д. Карвасарского, основ клинической (медицинской) психологии;

- биологической психологии (биопсихология Э. Росси) — изучает совокупность исследований поведения и психических процессов с точки зрения биологии (физиологии, эволюционной биологии, нейрофизиологии);
- современной психосоматики (Ф. Александер) и ГНМ (Р. Г. Хамер), изучающие системное функционирование организма, психофизиологию, взаимосвязи между телесными реакциями и психикой, раскрывают биологический смысл органа и т. д.;
- основ когнитивно-поведенческой терапии (А. Бек, А. Эллис), бихевиоризм — «стимул-реакция»;
- классических психологических теорий: теория ощущений Б. Г. Ананьева, теорий деятельности А. Н. Леонтьева и единой теории психических процессов М. В. Веккера;
- новаторский труд Питера А. Левина (доктор наук, обладатель докторской степени в области медицинской биофизики и в психологии, основателя метода соматического переживания) и его подход к исцелению травмы, основанного на осознании телесных ощущений;
- психосоматическая гипнотерапия (М. Ротбарт и Д. Дерриберри). Уже более 100 лет, такие ученые, как Франц Александер, Эдуард Бергенгейм и многие другие утверждают, что болезни всегда сопутствует стрессовый фактор, и с помощью инструментов гипнотерапии возможно изменить восприятие стрессогенного фактора, а значит и скорректировать реакцию тела и его адаптационные механизмы (болезни). Поиск первопричины возникновения заболевания дает возможность организму без дополнительных препаратов значительно быстрее восстановиться в самых сложных случаях, таких как — онкозаболевания, гинекология, аллергия, кожные заболевания и многое другое.

Современный подход в работе с человеком подразумевает его (человека) целостность и интеграцию различных технологий воздействия для позитивных изменений в био-психо-социальный комплекс жизни человека. Технологии PSY2.0 задают новые подходы в психотерапии, так как открывают для самого человека механизмы индивидуального восприятия человеком своих чувств, их интерпретацию, и работа ведется именно с его индивидуальными механиками и стратегиями. В методе нет никаких интерпретаций терапевта, нет описанных стандартизированных образов или слов, а лишь следование за клиентом и поиск его «ошибочных» стратегий, которые и привели его к данному состоянию. Именно это изучение человека через его слова, образы, ощущения, поведенческие и физиологические стратегии позволяет найти точки принятия данных стратегий и через психический аппарат поменять психофизиологическое реагирование с переводом организма в новое состояние с новыми убеждениями.

Подход PSY2.0 объединяет множество компетенций от медицины до теологии, так как работа ведется через образную и чувственную сферы человека, которые индивидуальны и сформированы его жизнью и убеждениями, которые мы теперь можем найти именно в связке с запросом клиента и повлиять на них, поэтому они объединены в модальность - «Краткосрочная психосоматическая психотерапия Псидваноль».

Краткосрочная психосоматическая психотерапия Псидваноль находится на этапе усовершенствования и соединения технологий работы в клинической практике, объединяя вокруг специалистов разных сфер для повышения общего качества жизни. Меняя восприятие травмирующих событий, умение наблюдать за своими мыслями, эмоциональными реакциями и поведенческими паттернами, формирует способность

осознавать эти процессы, развивает чувственную сферу и идентификацию состояния, а значит, повышает осознанность и сознательность человека в жизни.

3. Основные труды (выделить методические пособия и рекомендации министерства, если имеются).

1. Психосоматика аллергии. Лекарства или новое мышление/ Филяев Михаил, Боева Лана. – Москва: Издательство АСТ, 2021.- 256 с. – (Здоровье Рунета).

2. Изнанка психосоматики. Мышление PSY2.0/ Филяев Михаил, Боева Лана. – Москва: Издательство АСТ, 2020.- 256 с. – (Здоровье Рунета).

Конференции:

1. Девятый Всемирный конгресс по психотерапии «Дети. Общество. Будущее — Планета психотерапии», Москва, 23-26 июня 2022 г. Темы:

а. «Практическое применение авторского метода PSY 2.0 – как инструмента психотерапии для работы с психосоматическим запросом» Филяев М. А., Виноградова Е. Л.

б. «Методология школы «PSY2.0» при курации пациентов с онкологическими заболеваниями» Филяев М. А., Акубова Е. Э., Виноградова Е. Л.

2. Программа III Международной конференции «Приверженность вопросам психического здоровья», Москва, РУДН, 6 октября 2022 г.. Тема: «Современный психосоматический подход в психологическом консультировании» Виноградова Е. Л.

3. 24-ый Съезд лиги ОППЛ, Москва, 3-5 ноября 2022 г. — получение авторского свидетельства.

4. Психология здоровья и болезни: клинико-психологический подход, 17-18 ноября 2022 г. Тема: «Оценка эффективности метода психологического консультирования в работе с психосоматическим компонентом пациентов ревматоидного профиля» Виноградова Е. Л.

5. «Современные проблемы психосоматической психологии и психотерапии», Санкт-Петербург, 11 марта 2023 года. «Современные тенденции и перспективы развития психосоматики как междисциплинарного научного направления, возможности авторского метода PSY2.0 для коррекции психосоматического симптома/как инструмента психотерапевтической работы с психосоматическим запросом» Филяев М. А., Виноградова Е. Л.

6. Южноуральский слет репродуктологов «Нейро-эндокринные нити полотна бесплодия в руки практикующему врачу» при поддержке МЗ Свердловской области, г. Екатеринбург, 25 мая 2023. Тема: «Чем может быть интересен репродуктологу психолог? Авторский протокол при бесплодии» Виноградова Е. Л.

7. Медицинский форум «INDEX MED», 2-3 июня 2023 г. Тема: «Современные исследования в сфере психосоматики. Тандем врача и психолога в лечении хронических заболеваний», Виноградова Е. Л., Филяев М. А.

8. Ананьевские чтения – 2023. Человек в современном мире: потенциалы и перспективы психологии развития, Санкт-Петербург, СПбГУ, 18-19 октября 2023 г. Темы:

а. выступление «Психосоматика миопии и психологические особенности людей с близорукостью» Белоконь Е. Г., Виноградова Е. Л.

б. стендовый доклад «Нормализация дневного состояния и параметров сна через комплексный психосоматический подход по методике PSY2.0 для людей с хронической первичной бессонницей» Шишкина А. М, Виноградова Е. Л., Филяев М. А.

9. II Всемирный конгресс русскоязычных психотерапевтов и психологов, 3-6 ноября 2023. Тема: «Современный психосоматический подход и результаты научного направления «Псидваноль Наука» Виноградова Е. Л.

10. Конгресс Псидваноль 2024 года, Москва

Статьи:

- Психофизиологическая оценка эффективности психологического консультирования по методике PSY2.0 для коррекции проявлений аллергии разной этиологии — Труды VII Всероссийской конференции. Авторы: Филяев М. А., Буянова А. С., Тихомирова Ю. Б., Еремин Е. В., Ашина Н. П.

- Способ лечения аллергических заболеваний с использованием метода PSY2.0 — Евразийский Союз Ученых — публикация научных статей в ежемесячном научном журнале «Психологические науки». Авторы: Филяев М. А., Пыхарева Е. С., Тихомирова Ю. Б.

- Практическое применение авторского метода PSY2.0 как инструмента психотерапии для работы с психосоматическим запросом — Антология всемирной психотерапии, Материалы межконтинентального экстерриториального конгресса. Авторы: Филяев М. А., Виноградова Е. Л.

- Оценка эффективности метода психологического консультирования в работе с психосоматическим компонентом пациентов ревматоидного профиля — Материалы XII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Авторы: Филяев М. А., Виноградова Е. Л., Гимазова Г. Р.

- Современные тенденции и перспективы развития психосоматики как междисциплинарного научного направления, возможности авторского метода PSY2.0 как инструмента психотерапевтической работы с психосоматическим запросом — Методология современной психологии. Вып. 17 /Сб. под ред. Козлова В.В., Карпова А.В., Мазилова В.А., Петренко В.Ф. – М-Ярославль: ЯрГУ, ЛКИИСИ РАН, МАПН, 2023 – 371 с. Автор: Филяев М. А.

- тезисы в сборнике конференции «Ананьевские чтения — 2023»:

- «Психосоматика миопии и психологические особенности людей с близорукостью» Белоконь Е. Г., Филяев М. А.

- «Нормализация дневного состояния и параметров сна через комплексный психосоматический подход по методике PSY2.0 для людей с хронической первичной бессонницей» Шишкина А. М., Филяев М. А.

- Белоконь Е.Г., Филяев М.А., Виноградова Е.Л. Психологические особенности людей с близорукостью, работа с психосоматическим компонентом по методике PSY2.0. // «Клиническая психология в здравоохранении, образовании и социальной сфере: методы арт-терапии в практике психологической помощи»: Сборник научных трудов III Всероссийской межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 15–16 февраля 2024 г. / ННГУ им. Н.И.

Лобачевского; Факультет социальных наук; Редкол.: Т.В. Маркелова, Ж.А. Шуткина, А.Ю. Акимова. – Нижний Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2024. Т. 1. – С.30

- Добронравова Е.В., Муравьева В.Ю., Усманова Н.С., Финогеева В.Ю., Филяев М.А. Психологическое консультирование по авторскому протоколу PSY2.0 людей с диагнозом «акне» // «Клиническая психология в здравоохранении, образовании и социальной сфере: методы арт-терапии в практике психологической помощи»: Сборник научных трудов III Всероссийской межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 15–16 февраля 2024 г. / ННГУ им. Н.И. Лобачевского; Факультет социальных наук; Редкол.: Т.В. Маркелова, Ж.А. Шуткина, А.Ю. Акимова. – Нижний Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2024. Т. 1. – С.76

- Иванова А.Г., Филяев М.А., Виноградова Е.Л. Психосоматический компонент работы с симптоматикой эндометриоза с женщинами репродуктивного возраста по авторскому протоколу PSY 2.0. // «Клиническая психология в здравоохранении, образовании и социальной сфере: методы арт-терапии в практике психологической помощи»: Сборник научных трудов III Всероссийской межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 15–16 февраля 2024 г. / ННГУ им. Н.И. Лобачевского; Факультет социальных наук; Редкол.: Т.В. Маркелова, Ж.А. Шуткина, А.Ю. Акимова. – Нижний Новгород: ННГУ им. Н.И. Лобачевского, 2024. Т. 1. – С. 114

- Сурова О.В., Филяев М.А., Виноградова Е.Л. Психосоматический подход по методике PSY 2.0 в работе с репродуктивным здоровьем женщины // «Клиническая психология в здравоохранении, образовании и социальной сфере: методы арт-терапии в практике психологической помощи»: Сборник научных трудов III Всероссийской межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 15–16 февраля 2024 г. / ННГУ им. Н.И. Лобачевского; Факультет социальных наук; Редкол.: Т.В. Маркелова, Ж.А. Шуткина, А.Ю. Акимова. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ, 2024. Т. 2. – С.352

- Шишкина А.М., Филяев М.А., Виноградова Е.Л. Нормализация дневного состояния и параметров сна через комплексный психосоматический подход по методике PSY2.0 для людей с хронической первичной бессонницей // «Клиническая психология в здравоохранении, образовании и социальной сфере: методы арт-терапии в практике психологической помощи»: Сборник научных трудов III Всероссийской межведомственной научно-практической конференции, Нижний Новгород, 15–16 февраля 2024 г. / ННГУ им. Н.И. Лобачевского; Факультет социальных наук; Редкол.: Т.В. Маркелова, Ж.А. Шуткина, А.Ю. Акимова. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ, 2024. Т. 2. – С.414

- Виноградова Е.Л., Добронравова Е.В., Муравьева В.Ю., Усманова Н.С., Финогеева В.Ю., Филяев М.А. ИЗУЧЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ПО АВТОРСКОМУ ПРОТОКОЛУ PSY2.0 ЛЮДЕЙ С ДИАГНОЗОМ «АКНЕ» // Российская наука в современном мире. Сборник статей LXIX международной научно-практической конференции. Москва: «Научно-издательский центр «Актуальность.РФ», 2025. – С.

4. Миссия: Создание системы, реализуемой в форме модальности психосоматической психотерапии на основе авторского метода психотерапии для психосоматической коррекции симптома Метод PSY2.0 как область краткосрочной психосоматической психотерапии.

Психосоматический подход в психологическом консультировании удовлетворяет принцип единства целостного восприятия человека, отраженный в биопсихосоциальном подходе, и способствовать решению основных задач взаимодействия: повышение эффективности и успешности, безопасности и экологичности применения, повышение качества жизни человека в целом.

5. Основные формы применения: психологическое и клиническое консультирование (и в клиниках, и в психологических кабинетах) и для личного применения.

Контроль терапевтических эффектов: контроль терапевтических эффектов осуществляется за счет формирования обратной связи с подкреплением.

Стиль методики: индивидуальная/групповая терапия состояний.

Форма работы: краткосрочная, групповая.

6. Другие модальности психотерапии, применяемые вместе с основной.

Метод основан на основных идеях:

- культурно-исторической концепции Л. С. Выготского, которая является теоретико-методологической основой метода;
- современной концепции личностно-ориентированной (реконструктивной) психотерапии Б. Д. Карвасарского, основ клинической (медицинской) психологии;
- биологической психологии (биопсихология Э. Росси) — изучает совокупность исследований поведения и психических процессов с точки зрения биологии (физиологии, эволюционной биологии, нейрофизиологии);
- современной психосоматики (Ф. Александер) и ГНМ (Р. Г. Хамер), изучающие системное функционирование организма, психофизиологию, взаимосвязи между телесными реакциями и психикой, раскрывают биологический смысл органа и т. д.;
- основ когнитивно-поведенческой терапии (А. Бек, А. Эллис), бихевиоризм — «стимул-реакция»;
- классических психологических теорий: теория ощущений Б. Г. Ананьева, теорий деятельности А. Н. Леонтьева и единой теории психических процессов М. В. Веккера;
- новаторский труд Питера А. Левина (доктор наук, обладатель докторской степени в области медицинской биофизики и в психологии, основателя метода соматического переживания) и его подход к исцелению травмы, основанного на осознании телесных ощущений;
- психосоматическая гипнотерапия (М. Ротбарт и Д. Дерриберри). Уже более 100 лет, такие ученые, как Франц Александер, Эдуард Бергенгейм и многие другие утверждают, что болезни всегда сопутствует стрессовый фактор, и с помощью инструментов гипнотерапии возможно изменить восприятие стрессогенного фактора, а значит и скорректировать реакцию тела и его адаптационные механизмы (болезни). Поиск первопричины возникновения заболевания дает возможность организму без дополнительных препаратов значительно быстрее восстановиться в самых сложных случаях, таких как — онкозаболевания, гинекология, аллергия, кожные заболевания и многое другое.

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

- Интегративный подход: сочетание основ психологии, биологии человека и медицинских основ работы с психосоматическими симптомами в сочетании с психотерапевтическими подходами к авторскому проведению психологического консультирования (авторский протокол), таким образом, объединив науку и практику в эффективный и простой метод работы.

Метод сочетает в себе работу с когнитивной (знание, убеждение), эмоционально-чувственной (образ, ассоциация, эмоциональное отношение) и деятельностной (поведение) сферами человека и необходимостью внесения именно телесных перемен в реагирование на событие (“Как ты это чувствуешь? Что в теле?”), для развития сознательности и осознанности человека. Уникальным является переход от образного восприятия и эмоционального выражения к сфере ощущений внутри тела человека и работа с физическим телесным симптомом (Вопрос – ЧТО в теле? КАК ты это чувствуешь?). Использование специальных техник, обеспечивающих психологическую безопасность клиента (техника «Что в теле?», Как ты это чувствуешь?, Какое решение ты там не принял?» и т.д, которые позволяют экологично вести человека в “травматичное” воспоминание (в виде образа, ощущения в теле, реакции),отреагировать

там на всех уровнях психики, а четкие вопросы способствуют концентрации на конкретном слове помогают удерживать во внимании процесс.

Метод применим ко всем состояниям человека сопровождающим любые соматические заболевания, что расширяет его применение для сопровождения пациентов любой нозологии.

Краткосрочная психосоматическая психотерапия Псидваноль находится на этапе усовершенствования и соединения технологий работы в клинической практике, объединяя вокруг специалистов разных сфер для повышения общего качества жизни. Меняя восприятие травмирующих событий, умение наблюдать за своими мыслями, эмоциональными реакциями и поведенческими паттернами, формирует способность осознавать эти процессы, развивает чувственную сферу и идентификацию состояния, а значит, повышает осознанность и сознательность человека в жизни.

8. Реквизиты для взаимодействия:

Реквизиты для взаимодействия

Филяев Михаил Анатольевич,

т.89032096722