

Заявка о признании модальности «Интегральная психотерапия» Комитетом направлений и методов (модальностей) психотерапии ОППЛ

1. Название

Интегральная психотерапия

2. Краткая история

Интегральная психотерапия и психокоррекция основывается на практическом применении всеобъемлющего интегрального подхода (AQAL-подхода), разработанного психологически ориентированным философом Кеном Уилбером (род. 1949) и коллегами (и нашедшего применение к более чем 100 дисциплинам человеческой деятельности), к сфере психотерапии и консультирования. Уилбер, иногда называемый «современным Гегелем» и «Эйнштейном в области исследований сознания», входит в тройку самых переводимых на разные языки мира философов современности, делит второе место со Стивеном Пинкером; на первом месте — Юрген Хабермас. Его автобиографическая книга «Благодать и стойкость» была экранизирована (в гл. ролях — Стюарт Таунсенд и Мина Сувари).

Интегральный подход к психологии и психотерапии на метатеоретическом уровне впервые был впервые предложен Уилбером в книге «Спектр сознания» (*The Spectrum of Consciousness*, 1977) и впоследствии претерпел значительные эволюции и изменения, которые были опубликованы в многочисленных статьях и в таких работах, как «Очи познания» (*Eye to Eye*, 1983), «Трансформации сознания» (*Transformations of Consciousness*, 1986 — в соавт. с Д. П. Брауном и Дж. Энглером), «Секс, экология, духовность» (*Sex, Ecology, Spirituality*, 1996), «Интегральная психология» (*Integral Psychology*, 2000), «Интегральная духовность» (*Integral Spirituality*, 2006) и «Религия будущего» (*The Religion of Tomorrow*, 2016), а также ряде других книг и публикаций (всего Уилбер написал около 35 книг, многие из которых переведены более чем на 35 языков мира).

На уровне клинической практики интегральная система координат в применении к психотерапии и психокоррекции была подхвачена и развивалась такими психотерапевтами, как Роджер Уолш, Элиот Ингерсолл, Давид Зайтлер, Андре Маркис, Марк Форман, Том Хабиб и другие; также развивается направление интегральных психиатрии (Бэрн Шорт), психофармакотерапии (Элиот Ингерсолл и Карл Рак) и психопатологии (Ингерсолл и Маркис). Каждый из этих специалистов стал автором одной или нескольких монографий и ряда публикаций, развивающих подход интегральной психотерапии (см. список литературы). Некоторые психотерапевты основали собственные

направления, опираясь на богатый метатеоретический и методологический материал интегральной психологии и психотерапии, развиваемой Уилбером и его коллегами.

Уилбер и коллеги основали Интегральный институт (впоследствии превратившийся в неформальный нетворк, объединяющий интегральных специалистов со всего мира) и международный портал Integral Life, объединяющий десятки тысяч подписчиков, интересующихся интегральным подходом. Раз в два года в Венгрии проходит крупнейший конгресс Integral European Conference, собирающий 500 исследователей-практиков (многие из которых психологи и психотерапевты) из стран со всех континентов; также раз в два года проходит Северо-Американская интегральная конференция (ICON), проводятся конференции в Латинской Америке и Южно-Африканской Республике.

В России и русскоязычном онлайн-пространстве проводятся регулярные онлайн-конференции и мероприятия, посвящённые интегральному подходу в общем и интегральной психологии в частности. Функционирует ведущий интегральный онлайн-журнал «Эрос и Космос» (гл. ред. и сооснователь — Евгений Пустошкин). На протяжении многих лет действуют авторские программы обучения интегральному подходу, основанная клиническим психологом Евгением Пустошкиным и психологом Татьяной Парфёновой. Также они преподают основы интегральной психологии и психотерапии студентам образовательных программ по трансперсональной психологии и консультированию (руководитель программ — Владимир Майков) в Московском институте психоанализа. Ведётся регулярная работа по переводу книг и статей в рамках направления интегральной психологии и психотерапии (включая интегральную психологию развития).

3. Некоторые основные публикации

На русском языке:

Никитин И. Ю. Интегральное исследование тени / Вступление Е. А. Пустошкина. СПб.: ИД «Скифия», 2023.

Парфёнова Т. Д. Гадкий утёнок и чёрный лебедь: Как избежать ошибок и сделать развитие самости интегральным / Доклад на ежегодной бизнес-конференции по самоуправлению «Живая компания». 2025. URL: https://vk.com/video-157495402_456239310

Парфёнова Т. Д. Интегральная мета-медитация / Семинар на онлайн-конференции Evolution Festival. 8 января 2024. URL: <https://rutube.ru/video/f5b5716d1687f77e492163f5fd047b31/>

Парфёнова Т. Д. Интегральная психология и медитация / Интервью с Татьяной Парфёновой на утреннем шоу «Салям» главного телеканала республики Башкортостан БСТ (г. Уфа, респ. Башкортостан). 26 мая 2023. URL: <https://rutube.ru/video/46f7a032d5cd71dae04386263a24724d/>

Парфёнова Т. Д. Интегральная психология и медитация для преобразования жизни / Доклад на XXI конференции Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии. 8 октября 2023. URL: <https://rutube.ru/video/970fcbd5dce57886a6f6429590c8fbd4/>

Парфёнова Т. Д. Переоткрытие того, что значит быть человеком. Распознавание со-творчества жизни и интегральных стадий присутствия / Доклад на I-й интегральной онлайн-конференции Integralverse. 7 октября 2022. URL: <https://rutube.ru/video/a0dcb918138289a30559a32a8807b4de/>

- Парфёнова Т. Д.* Развитие, психотерапия и духовность. Интегральный подход к жизни (подкаст «Встреча миров», ведущая — Аля Пашкина). 3 февраля 2025. URL: https://vk.com/video-33916716_456239108
- Парфёнова Т. Д.* Сознание — эволюционный дар человека / Семинар на онлайн-конференции Evolution Festival. 3 января 2023. URL: https://vk.com/video-33916716_456239055
- Парфёнова Т. Д., Пустошкин Е. А.* Самосострадание в интегральной медитации. Интегральный подход к жизни во всех проявлениях // Подкаст Integralverse (ведущий подкаста — Антон Апарин). 3 марта 2024. URL: https://vkvideo.ru/video-33916716_456239073
- Пустошкин Е. А.* Интегральная психотерапия: AQAL-подход Кена Уилбера. Критерии интегрального психолога / Доклад на II-й интегральной онлайн-конференции Integralverse. 2023. URL: https://vk.com/video-131000755_456239023
- Пустошкин Е. А.* Интегральный трансперсонализм: Meta-Theoria (метасозерцание) и задействование Неведомого / Лекция на основе доклада на XXIV конференции Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии. 28 октября 2025. URL: https://vk.com/video-33916716_456239129
- Пустошкин Е. А.* Работа с тенью в интегральной психологии (Вебинар). М.: Интегральное пространство, 2023. URL: https://vk.com/video-131000755_456239024
- Пустошкин Е. А.* Сияние Формы и Пустоты: структуры сознания и сознание в интегральном видении Кена Уилбера // Эрос и Космос. 19.09.2022. URL: <https://www.eroskosmos.org/form-and-emptiness-wilber>
- Пустошкин Е. А.* Спектр сознания. Интегральная психология — интегральная психотерапия (AQAL-матрица Кена Уилбера) / Доклад на зимнем марафоне «Психологи онлайн» 23 декабря 2023 (дата публикации — 25.02.2024). URL: https://vk.com/video-33916716_456239071
- Пустошкин Е. А.* Трансформации сознания в интегральной психологии / Основанная на докладе статья для сборника научной конференции «Психотехники и изменённые состояния сознания» (12–14 декабря 2013) // Эрос и Космос. 27.03.2014. URL: <https://www.eroskosmos.org/transformations-of-consciousness-part-1>
- Уилбер К.* Благодать и стойкость. Путешествие сквозь жизнь и за её пределы / пер. с англ. О. Вавилов; науч. ред. Е. А. Пустошкин. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2024.
- Уилбер К.* Интегральная духовность. Новая роль религии в современном и постсовременном мире / пер. с англ. Е. А. Пустошкин; науч. ред. А. А. Нариньяни. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2020.
- Уилбер К.* Интегральная медитация / пер. с англ. Е. А. Пустошкин; ред. А. А. Нариньяни. М.: РИПОЛ классик, 2017.
- Уилбер К.* Интегральная психология: Сознание, Дух, психология, терапия / пер. с англ. под ред. А. Киселёва. М.: Изд-во Института трансперсональной психологии и др., 2024.
- Уилбер К.* Интегральная теория сознания / Статья из «Журнала исследований сознания»; пер. с англ.: Е. А. Пустошкин // Эрос и Космос. 28.03.2022. URL: <https://www.eroskosmos.org/integral-theory-of-consciousness>
- Уилбер К.* Краткая история всего / пер. с англ. Е. А. Пустошкин; науч. ред. А. А. Нариньяни. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2019.

Уилбер К. Очи познания: плоть, разум, созерцание / пер. с англ. Е. А. Пустошкин; ред. А. А. Нариньяни. М.: РИПОЛ классик, 2016.

Уилбер К. Религия будущего. Всеобъемлющий потенциал великих традиций духовной мудрости / пер. с англ. Е. А. Пустошкин; науч. ред. А. А. Нариньяни. М.: Манн, Иванов и Фербер, 2023.

Уилбер К. Теория всего. Интегральный подход к бизнесу, политике, науке и духовности / пер. с англ. Е. А. Пустошкин; ред. А. А. Нариньяни. М.: ПОСТУМ, 2013.

Уилбер К., Эсборн-Харгенс Ш. Интегральная психология (Психологическая энциклопедия Корсини) / Пер. с англ.: Е. А. Пустошкин // Эрос и Космос. 08.08.2016. URL: <https://www.eroskosmos.org/integral-psychology-corsini>

На английском языке:

Fall K. A., Holden J. M., Marquis A. Integral Counseling: The Prepersonal, Personal, and Transpersonal in Self, Culture, and Nature [= Интегральное психологическое консультирование: доперсональное, персональное и трансперсональное в самости, культуре и природе] // *Theoretical Models of Counseling and Psychotherapy*, 3rd ed. NY: Routledge, 2017.

Forman M. D. A Guide to Integral Psychotherapy: Complexity, Integration, and Spirituality in Practice [= Руководство по интегральной психотерапии: Комплексность, интеграция и духовность на практике]. Albany, NY: State University of New York Press, 2010.

Ingersoll E., Rak C. Psychopharmacology for Mental Health Professionals: An Integrative Approach [= Психофармакология для профессионалов в сфере психического здоровья: Интегральный подход]. 2nd ed. Boston: Cengage Learning, 2016.

Ingersoll R. E., Marquis A. Understanding Psychopathology: An Integral Exploration [= Понимание психопатологии: Интегральный обзор]. Pearson, 2014.

Ingersoll R. E., Zeitler D. M. Integral Psychotherapy: Inside Out/Outside In [= Интегральная психотерапия: Взгляд изнутри вовне/извне внутрь]. Albany, NY: State University of New York Press, 2010.

Marquis A. Integral Psychotherapy: A Unifying Approach [= Интегральная психотерапия: Объединяющий подход]. NY: Routledge, 2018.

Parfenova T. Awareness Meditation for Later Stages' Descending [= Медитация сознания для нисхождения высших стадий развития] / Доклад на международной Интегральной европейской конференции (Венгрия). 1 июня 2025. URL: <https://integraleuropeanconference.com/event/awareness-meditation-for-later-stages-descending/>

Parfenova T., Pustoshkin E. Integral Awareness & Energy Field Psychotherapy [= Интегральное сознание и энергополевая психотерапия] / Семинар на международной Интегральной европейской конференции (Венгрия). 30 мая 2025. URL: <https://integraleuropeanconference.com/event/integral-awareness-energy-field-psychotherapy/>

Pustoshkin E. Deconcentration in Integral Awareness Meditation [= Деконцентрация в медитации интегрального сознания] / Доклад на международной Интегральной европейской конференции (Венгрия). 1 июня 2025. URL: <https://integraleuropeanconference.com/event/deconcentration-in-integral-awareness-meditation/>

4. Миссия

Улучшение психического здоровья, создание условий для психического выздоровления, психокоррекция индивидуумов и коллективов. Развитие нейтральной метатеоретической и методологической модели для интегрального расширения различных модальностей и подходов.

5. Основные формы применения

Интегральная психотерапия может иметь медицинскую и немедицинскую (психологическую, психокоррекционную) формы. Два важных параметра интегральной психотерапии — задействование биопсихосоциокультурной матрицы (методов 1-го, 2-го и 3-го лица, а также социосистемных методов, обозначаемых в модели как «3-е лицо мн. число»; контекстов субъективности, межсубъективности, объективности и межобъективности) и релевантных уровней сложности, или высоты, сознания субъекта и его отношений (с учётом полного спектра уровней психического развития). Также учитываются динамика состояний сознания (включая пиковые и духовные состояния), типы личности и межличностных отношений, неравномерность психического развития по разным функциям и линиям развития (интеллектам).

Особенностью интегрального подхода Уилбера и его коллег является то, что он является нейтральной теоретической и методологической системой координат, которую потенциально можно применять к любой из модальностей, чтобы прояснить, какие элементы AQAL-метамоделю она включает, а какие исключает. Основная идея состоит в том, что целостный подход к человеку и психотерапии требует учёта всех основных факторов, выделенных AQAL-подходом.

6. Другие модальности психотерапии, применяемые вместе с основной

Интегральная психотерапия может быть использована в качестве методологии для конструктивного дополнения всех существующих модальностей и полностью с ними совместима.

7. Основные отличия основной модальности от других, родственных ей

Интегральная психотерапия объединяет сущностные компоненты десятков различных моделей психологии, индивидуальной и групповой психотерапии, духовности, а также других дисциплин человеческой деятельности. Она может функционировать и как отдельная авторская методология, и как метаметод интеграции различных подходов, а также как методологический инструмент для нахождения пробелов в различных моделях.

8. Реквизиты для взаимодействия

Евгений Андреевич Пустошкин (Москва) — консультирующий интегральный психолог; клинический психолог, выпускник кафедры медицинской психологии и психофизиологии СПбГУ (науч. рук. дипломного проекта — проф. Л. И. Вассерман); сооснователь проекта академических исследований ИСС Altstates.Net (науч. консультант проекта — проф. Д. Л. Спивак); основной переводчик книг Кена Уилбера; сооснователь и гл. ред. философско-психологического журнала «Эрос и Космос»; соавтор и сопреподаватель (с Татьяной Парфёновой) долгосрочных курсов по интегральному подходу Кена Уилбера, интегральной психологии и немедицинской (психологической) терапии. Сопреподаватель курсов по основам интегральной психологии и психотерапии в рамках программ по трансперсональной психотерапии и консультированию

(руководитель программ — Владимир Майков) в Московском институте психоанализа. Член президиума Ассоциации трансперсональной психологии и психотерапии (АТПП).

Тел. +7(981)132-07-98

eugene@integralstudies.ru

Вебсайты: Pustoshkin.com, IntegralMeditation.ru

Татьяна Дмитриевна Парфёнова (Москва) — консультирующий интегральный психолог; процесс-ориентированный психолог (диплом и международный сертификат IPSWR); терапевт парных отношений (Международный институт процесс-ориентированной психологии и психотравматологии, МИПОПП). Дипломированный специалист направления «Психодинамическая соматическая терапия психической травмы», психотравматолог (МИПОПП). Сертифицированный инструктор медитации («Школа внимательности» Москва). НЛП-практик и НЛП-мастер. Преподаватель интегрального подхода Кена Уилбера и моделей вертикального развития личности. Соавтор и сопреподаватель (с Евгением Пустошкиным) долгосрочных курсов по интегральному подходу Кена Уилбера, интегральной психологии и немедицинской (психологической) терапии. Сопреподаватель курсов по основам интегральной психологии и психотерапии в рамках программ по трансперсональной психотерапии и консультированию (руководитель программ — Владимир Майков) в Московском институте психоанализа.

Тел. +7(960)182-44-22

ammylambda@gmail.com

Вебсайты: TatyanaParfenova.ru, IntegralMeditation.ru