

ПЕРЕЧЕНЬ ДОКУМЕНТОВ, НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ РАССМОТРЕНИЯ ВОПРОСА О РЕГИСТРАЦИИ МОДАЛЬНОСТИ / КЛАСТЕРА ПСИХОТЕРАПИИ В ОППЛ

ОППЛ предоставляет возможность своим членам представлять в Лиге модальность или кластер психотерапии, в котором они специализируются.

- **Если данная модальность утверждена Всемирным Советом Психотерапии (ВСП), Европейской ассоциацией психотерапии (ЕАП) – достаточно подать заявку, подготовить резюме и расширенное определение и провести краткую презентацию модальности на заседании комитета без голосования.**
- **Для того, чтобы представить модальность, не зарегистрированную в ВСП и ЕАП, или кластер психотерапии / психологического консультирования, требуется подготовить расширенный пакет документов, включая презентацию модальности на предварительном слушании и прохождение процедуры тайного голосования на заседании Комитета.**

Для подачи заявки на признание модальности/кластера психотерапии и (или) консультирования предоставляются следующие документы:

I. Заявка:

- 1) Название модальности.
- 2) Краткая история модальности.
- 3) Основные труды (монографии, учебники, авторефераты диссертаций, статьи в научных журналах, методические пособия, патенты, рекомендации министерств и ведомств).
- 4) Миссия (выделить нацеленность: медицинская или социальная психотерапия, если медицинская – то для лечения каких заболеваний используется; если социальная, то какое основное её предназначение).
- 5) Опыт применения (исследования, испытания, подтверждающие эффективность).
- 6) Отличия от других модальностей (в том числе обратить внимание на характер различий – методические или мировоззренческие).
- 7) Наличие школы (научная преемственность; учебные программы, которые готовят специалистов данной модальности).
- 8) Реквизиты автора или организации, представляющих данную модальность (ФИО, моб. телефон, email, для организаций – указать название, адрес, веб-сайт).

II. Краткое резюме:

- 1) Определение модальности.
- 2) Сущность модальности.
- 3) Теоретические (в том числе, философско-мировоззренческие) основы.
- 4) Область применения. Показания к применению.
- 5) Опыт применения (практические результаты).

Заявки и резюме модальностей психотерапии, признанных Комитетом направлений и методов (модальностей) психотерапии ОППЛ, размещаются на странице Комитета на сайте ОППЛ <http://www.oppl.ru/komitetyi/metodyi-psihoterapii-i-konsultirovaniya.html> (соответствуют датам заседаний), их можно использовать для ознакомления и в качестве образцов.

III. Текст, раскрывающий информацию о модальности,

предназначенный для широкого круга лиц – для публикации на странице Комитета на сайте ОППЛ

<http://www.oppl.ru/komitetyi/metodyi-psihoterapii-i-konsultirovaniya.html>

Пример расширенного определения – в Приложении I документа.

IV. Три рецензии от членов Комитета направлений и методов (модальностей) психотерапии, членов ЦС ОППЛ и руководителей комитетов ОППЛ.

В рецензиях должен быть произведен анализ представленных материалов, уделяя особое внимание самобытности модальности, истории модальности как складыванию особой субкультуры, наличию практических результатов, наличию теоретического осмысления модальности.

Примечание:

Списочный состав Комитета приведен в соответствующем разделе на сайте ОППЛ <http://www.oppl.ru/komitetyi/metodyi-psihoterapii-i-konsultirovaniya.html>, контакты высылаются Ученым секретарем по запросу.

В случае если регистрируемая модальность/кластер тесно связана с другими модальностями, использует их теоретические основы и/или методологию, рецензии от лидеров данных модальностей обязательны.

V. Опубликованная статья, раскрывающая содержание презентуемой модальности / кластера психотерапии и (или) психологического консультирования.

Текст статьи направляется в Комитет в формате MS Word с указанием выходных данных публикации.

После принятия руководством Комитете направлений и методов (модальностей) психотерапии ОППЛ всех перечисленных в пп. I-IV настоящего Перечня документов руководством Комитете направлений и методов (модальностей) психотерапии ОППЛ назначаются предварительные слушания.

Предварительные слушания модальности / кластера в Комитете направлений и методов (модальностей) психотерапии ОППЛ – презентация и демонстрация практической в рамках работы модальности / кластера вне рамок заседания, за 2-4 недели до его проведения.

Порядок проведения предварительных слушаний модальности – [по ссылке](https://oppl.ru/up/files/docs/Procedura-predvaritelnyh-slushanii-modalnostei-klasterov-OPPL.docx) (<https://oppl.ru/up/files/docs/Procedura-predvaritelnyh-slushanii-modalnostei-klasterov-OPPL.docx>)

Заполненные документы необходимо направить в адрес Ученого секретаря Комитета Камаловой Софии Цихиловны, oppl.doc@gmail.com, не позднее, чем за 45 дней до проведения заседания.

Комитет направлений и методов (модальностей) ОППЛ проводит свои заседания четыре раза в год, в марте, мае, октябре-ноябре, декабре. Точные даты проведения заседаний сообщаются по запросу на oppl.doc@gmail.com и доступны на странице Комитета на сайте ОППЛ: <http://www.oppl.ru/komitetyi/metodyi-psihoterapii-i-konsultirovaniya.html>

ПРИЛОЖЕНИЕ I

ПРИМЕР РАСШИРЕННОГО ОПРЕДЕЛЕНИЯ МОДАЛЬНОСТИ

Экзистенциальная психотерапия

Есельсон Семен Борисович — вице-президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической Лиги (ОППЛ), рук. комитета модальностей ОППЛ, президент МОО «Национальное объединение экзистенциальных консультантов и терапевтов», член Правления Европейской Федерации экзистенциальной терапии (ФЕТЕ), член Совета Всемирного экзистенциального движения, рук. Совета Международного Института экзистенциального консультирования (МИЭК).

Экзистенциальная терапия создавалась как праксис вполне определенного (экзистенциального) мировоззрения.

ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЕ МИРОВОЗЗРЕНИЕ

В этом мировоззрении живет разрыв по нескольким линиям с мировоззрением современной технико-технологической цивилизации, территориально глобальной.

Итак — линии разрыва [1].

1. Знание персональное, выношенное и рожденное в ходе своей жизни.

Когда-то Андрей Владимирович Гнездилов, один из создателей экзистенциальной терапии в Советском Союзе, рассказал свою версию древнегреческого мифа о Хироне. Жил-был кентавр Хирон и у него был друг Геракл. Известно, что кентавры — существа бессмертные. Кентавр на одном и том же месте жил, был оседлым. А Геракл был путешественником. Когда он возвращался из путешествий, они встречались, и Геракл рассказывал Хирону, что он там увидел. Однажды возвращается Геракл из своего очередного путешествия и рассказывает Хирону, что он увидел племя, которое наконечники к своим стрелам натирало ядом нервно-паралитического действия, если говорить современным языком. В какое бы место такая стрела ни попала, через некоторое время это животное или человек парализован. Необязательно целиться в сердце, достаточно в любое место. И дальше можно в плен взять, в зоопарк, убить... все что угодно. И показывает такую стрелу. Хирон рассматривает и пальцем по наконечнику проводит. Геракл предостерегает его, ведь можно оцарапать палец. Хирон со смехом отвечает, что бояться следует смертному Гераклу, а не бессмертному кентавру.

Кентавр, конечно, существо бессмертное, но болеть-то он может. И он начинает заболеть. Все больше и больше, вот он совершенно разболелся. Все болит, а сделать Хирон ничего не может. И наконец, он приходит себя и понимает, что болит-то у него все, но времени у него впереди бесконечность. И он начинает искать. Искать в мире вод — пробует, пробует, пробует... и находит минеральные воды. В мире земель пробует разное и находит лечебные грязи. В мире трав, в мире кристаллов, в мире деревьев... И находит много того, что если и не уничтожает боль, то хотя бы снижает ее в том или ином участке тела. И благодаря этим поискам, сделал он много открытий, много изобретений, создал много лекарств.

Как-то Хирон встречает тяжелобольного умирающего мальчика, брошенного своими родителями. Применяет к нему все свои изобретения и тот, выздоравливает. Хирон его

усыновляет, воспитывает. Имя мальчика — Асклепий, по-древнегречески. А по-древнеримски — Эскулап. Этот мальчик становится первым врачом.

В основе, по крайней мере, европейской медицины лежит миф о раненом и сумевшем вылечиться враче.

То есть для становления врача, важен опыт собственной болезни и собственного выздоровления. И тогда первый вопрос к тем, кто хочет стать врачом — чем Вы были больны и от чего Вы выздоровели.

Это — опора на собственный жизненный опыт. Истина для человека — это то, что открывается ему в ходе его жизненного опыта.

И в экзистенциальной терапии, как и в медицине, знание отвлеченное, просто знание — не имеет никакой цены, значимо только личное знание, выношенное и рожденное в течение своей жизни знание.

2. Разрыв с S-O мировоззрением, разрыв с Я-Оно.

Эти представления складывались в Европе в Новое Время и стали основой для развития естествознания и инженерии. Происходило это в ходе тектонического сдвига, произошедшего в религиозно-философской картине мира. Сдвиг выражался в принятии точки зрения, согласно которой если человек Богоподобен, то ему, как и Богу, доступно смотреть на мир со стороны. Человек начал полагать как само собой разумеющееся то, что он может быть внешним наблюдателем по отношению к чему бы то ни было. Изучать, полагая, что то, что он наблюдает, никак не связано с ним самим. А потом, в инженерии — придумывать, как оперировать с изученным. Все становится объектом. За химией и физикой еще остались старые названия, но далее появилось множество «логий» и «графий». В том числе и психология, претендовавшая на превращение того, что ранее называли душой, в объект. Только за последние десятилетия появились, как минимум, две новые «логии» — конфликтология и валеология.

В экзистенциальном же мировоззрении человек мыслится как множеством невидимых нитей вписанный в мир.

Отказ от S-O мировоззрения, это отказ считать что, то, что мы видим — существует независимо от нас.

3. Открытость бытия. Уход от представлений об однородности пространства и времени.

Это убеждение также складывалось в Европе Нового времени и было связано с появлением и широким распространением взглядов мыслителей-деистов, утверждавших, что Бог создал мир и успокоился, отошел от дел, не меняет сотворенное, а значит, то, что мы узнаем о мире сегодня, будет верно всегда, т.е. что время однородно. Более того, укоренилось представление, что эти законы одинаковы везде, т.е. что пространство однородно. Это убеждение стало одним из краеугольных камней естествознания — однажды полученные результаты считаются полученными навсегда.

В экзистенциальном же мировоззрении представление о том, что существуют какие-то «законы», которые будут верны всегда и везде, представляется ошибочным. В экзистенциальном мировоззрении наши знания в новом месте и в новое время надо перепроверять и уточнять.

4. Деуниверсализация. Принцип локальности. Принцип дополнительности.

В течение многих столетий создаваемые мировоззрения были всегда универсальными. Нам и философию преподают как мировоззрение универсальное — универсальная философия Гегеля. Она весь мир якобы охватывает и объясняет. Претензии объяснить весь мир одним образом. Учение Маркса — объясняет по-другому, но тоже весь мир. За какое бы учение ни брались, каждое претендует на то, чтобы объяснять весь мир.

В экзистенциальном мировоззрении идет отказ от универсализации. Это означает, что все философии становятся для нас локальными. В одном случае, чтобы как-то понять происходящее, нам в помощь может быть Гегель. А в другом случае, чтобы понять происходящее он совсем нам не в помощь... но нам в помощь будет Виктор Франкл. Но Виктор Франкл тоже не универсален — не везде есть смысл и не всегда человек озабочен смыслом. Много разных есть вопросов кроме смыслообразующих. Мир сложнее. В каких-то случаях чтобы понять происходящее нам подходит язык Кьеркегора или образ Настасьи Филипповны из «Идиота» Достоевского, а в каких-то случаях ситуация лучше описывается в языке измерений бытия Эмми ванн Дорцен.

В медицине смешно было бы считать, что есть универсальное лекарство. Врачи-практики лекарства всегда подбирали. Причем то, что подходило одному больному, могло совсем не подойти другому. Но потом об этом начали забывать. Может быть, мир упрощается, хочется универсальности... в идеале, чтобы можно было лекарство даже не назначать — прочесть какие симптомы у человека, а потом получить рецепт у искусственного интеллекта.

В экзистенциальном мировоззрении принимается то, что может быть много конкретных, частных, локальных рецептов. Много конкретных, частных, локальных философий, представлений которые могут нам в одном случае что-либо хорошо объяснять, а в другом — нет.

5. Отказ от придания онтологического статуса законам и типологиям.

Отказ от представления том, что существуют абстрактные сущности, которые проявляют себя в конкретном разнообразии.

Примерно за четыре столетия до Рождества Христова в Элладе жил и творил философ Платон. Это был мыслитель оригинального жанра. Платон утверждал, что все, что мы воспринимаем, — ненастоящее, что наше восприятие схватывает в лучшем случае — следы настоящего, что мы живем как бы в мире теней или отблесков настоящего. И хорошая задача для человека, да и для человечества — сорвать маску с мироздания, разоблачить его, добраться до того, другого, настоящего, неподдельного мира, тени которого мы воспринимаем. Платон тот, настоящий мир, называл миром идей.

Фантазия Платона была ни хуже, ни лучше тысяч других фантазий, что овладевали и овладевают умами философов.

Но! Платон сумел создать учебное заведение — Академию — которая просуществовала восемьсот (!) лет, пережила упадок Древней Греции, расцвет и упадок Рима, появление, гонения и официальное признание христианства, дождалась Византии и только в византийские времена была разогнана. Восемьсот лет выпусков! Выпускники платоновской Академии просочились практически во все культурные элиты Европы и Ближнего Востока. Удивительным образом идеи Платона овладели умами и христианских богословов, и их гонителей.

Для европейского мыслителя стало само собой разумеющимся, что у всего чего бы то ни было имеется сущность, которая нам не видна, и что докопаться до нее — вот путь, и смысл, и назначение жизни мыслителя.

На существование в его конкретности привыкли смотреть как на нечто вторичное, как на проявление разнообразных сущностей.

Почти две с половиной тысячи лет европейцы (а теперь и не только они) изошрялись в построениях целого мира мыслительных конструктов — идей, полагая, что они проникают в сущность, открывают тайны мироздания. И наша цивилизация построила целую Вавилонскую башню абстракций — сущностей.

В повседневный обиход вошли сложные абстракции из мира науки, мы наделили их смыслами

Как само собой разумеющееся люди оперируют в своих рассуждениях геномами, будучи абсолютно уверенными, что они существуют.

А нанотехнологи абсолютно уверены в существовании молекул и атомов.

Еще совсем недавно господствовала уверенность, что существует рефлекторная дуга, потом — что существует рефлекторное кольцо

Первый президент Советской России Свердлов умер после избиения его бастующими рабочими в Орле. Он возвращался в Москву в 1919 из поездки в Харьков и вышел в Орле разговаривать с бастующими рабочими, которые по его представлениям никак не мог бастовать против своей собственной «пролетарской» власти. Свердлов был уверен, что пролетариат существует в реальности, а не является абстрактной категорией. И поплатился за своей жизнью.

Мы пытаемся открывать законы устройства природы, общества, полагая, что они на самом деле существуют, а не нами самими конструируются.

Проводя эксперименты, строя закономерности, мы выбрасываем флуктуации как что-то неважное. И придумываем самоуспокаивающие объяснения — что, мол, мы просто не можем обеспечить повторение одинаковых условий при каждом очередном измерении — поэтому, якобы, разброс значений.

А что происходит с типологиями? Мы привыкли строить типологии, забывая, что это наши собственные построения.

В диагностике пациента подводят под диагноз.

Имеется готовая типологическая сетка, и пациента нужно засунуть в какую-то ее ячейку. А он туда не засовывается со всеми своими неповторимостями. Тогда происходит обрезание всего лишнего, чтобы засовывался. Обычное дело. Не только в медицинской, но и в любой другой типологии происходит подведение под тип — что в биологии, что в астрологии, что в юриспруденции. В результате такое мышление закрывает само себе возможность воспринимать уникальное, неповторимое, то, что существует в одном-единственном экземпляре. К этому привыкли — а как же иначе!

В экзистенциальном мировоззрении живет вирус отказа от привычки, переданной нам из Древней Греции через Академию Платона, вирус отказа от построения абстракций и оперирования абстракциями.

6. Понимание каузальности как мыслительного конструкта.

Причинность — неотъемлемая конструкция современного сознания культурного человека. Человек с таким сознанием вырос. В Европе с Нового времени и до наших дней такое сознание прививается системой образования, а сейчас это делается практически во всем «цивилизованном» мире. Но! Существовало и существует множество культур, в которых люди превосходно обходятся без «причинности». Например, в китайской даосской культуре или в тибетской культуре — никто не строит причинно-следственных цепочек.

Современная физика. Ученик и соавтор Эйнштейна американский профессор Джон Арчибальд Уиллер писал: «Мы ошибаемся, думая, что прошлое имеет определенное существование «где-то там»». Мысль Уиллера состоит в том, что «наши эксперименты возникают вместе с соответствующим им прошлым и будущим. Прошлое не задано, не содержит в себе никаких причин, порождающих будущее, — оно создается синхронно с этим будущим».

В экзистенциальном мировоззрении интересуются не якобы объективными причинно-следствиями, а лишь тем, какие именно причинно-следственные цепочки конкретный человек строит и почему именно такие.

7. Контекстно-связанная логика.

Когда-то именно из того же самого неокантианского кружка, в котором состояли и Хайдеггер, и Гуссерль, и Ясперс, и Шелер, и Ханни Арендт, вышел и их младший товарищ Гадамер. Он посвятил почти всю свою жизнь герменевтике. Это учение о понимании. Почему это казалось таким важным в неокантианском кружке?

Как вообще возможно взаимопонимание разных людей с разными априорными конструкциями сознания?

Стало ясно, что для того, чтобы что-либо понять, важен контекст. Не только, что говорит человек. Но и то, как он говорит и кому он говорит. Как то, что он говорит, соотносится с тем, что он делает.

У одного из основателей советской экзистенциальной терапии д-ра Алексейчика, например, очень много внимания уделяется контексту — чтобы начать видеть соотношение между действиями и словами, между словами и их обращенностью — словами в пустоту и словами кому-то конкретному.

В экзистенциальном мировоззрении живет контекстная логика.

Кстати, как и в эмбриологии, где судьба клетки зависит от того места, которое она занимает в зародыше.

8. Культурная полилингвистичность.

Замечательный советский философ и филолог Георгий Гачев, любил приводить примеры из литературы. Например, когда говорит немец о пространстве, за этим стоит один образ. А в русской культуре совсем другой образ стоит за этим словом. В немецкой литературе пространство — это что-то ограниченное, конкретное. Например, место где стоит мой дом, конкретное место. У Хайдеггера в работе «Искусство и пространство» — обязательно возникает преграда и свобода от преград. В русской культуре пространство — это нечто безбрежное, там нет никаких преград. «Степь да степь кругом».

Культурная полилингвистичность — это понимание с кем и какие слова мы употребляем, осторожность с употреблением слов.

Потому что слова могут быть одни, а образы разные.

В экзистенциальном мировоззрении к словам отношение осторожное — требуется выяснять. Проверять — какие образы стоят за теми или иными словами.

9. Мы живем в разных мирах.

Как-то к одному нашему английскому коллеге обратился клиент, у которого незадолго до этого в доме появился полтергейст. Полиция зафиксировала наличие феномена. О нем написали в газетах, сделали несколько передач на телевидении, взяли радиointerview. Появились ученые, поставили приборы. Приборы зафиксировали полное отсутствие чего бы то ни было. Ученые засели в засаде — пока они находились в доме этого человека, полтергейст никак себя не проявлял. Ученые сделали заключение, что он мошенник и все сам подстраивает; об этом написали в газетах. Как только ученые ушли, полтергейст немедленно вернулся. Человек пришел в отчаяние и обратился к психотерапевту. Психотерапевт оказался экзистенциалистом. И начали они вместе прояснять весь жизненный контекст этого человека. А контекст оказался примерно таким. Когда-то парень из маленького английского городка отправился в Лондон. Чему-то выучился; во время учебы познакомился с такой же «понаехавшей» девушкой; какое-то время встречались, поженились; он устроился на работу, она тоже. Потихоньку продвигался по службе, взял кредит, купил квартиру, детей сначала не хотели, потом дети почему-то не получались. У его фирмы возникли проблемы на рынке, грянули сокращения, и его сократили. Жена объявила ему, что он неудачник, и от него ушла. Попытки устроиться на работу оказывались безуспешными. Деньги потихоньку заканчивались, замаячило выселение из квартиры из-за невыплаченного кредита. Наш герой признался психотерапевту, что он ощущает себя как полное ничтожество. И вот на таком фоне вдруг появляется полтергейст, и о нем начинают писать в газетах, берут интервью на радио, делают передачи на телевидении. Он становится известным человеком. Даже бывшая жена позвонила. И тут — обвинения в мошенничестве...

Психотерапевт начал заниматься с ним смысловыми узлами его жизни, заниматься его мечтами, в том числе былыми, стремлениями, прояснять его предназначение и его семейную мифологию. И клиент получил грант на учебу, выучился на профессию, близкую к той, о которой когда-то мечтал и к которой тяготел, поступил на работу — и... полтергейст исчез.

Если для ученых-естествоиспытателей полтергейст был объективным явлением, которое можно изучать, то для экзистенциального терапевта явление — это было явление именно его жизни, полтергейст в пространстве его жизни.

Мы живем в разных Жизненных Мирах.

Эти Миры могут сложным образом переплетаться. Появление одного человека в жизненном мире другого — это уже событие, Встреча. Но вот Вы, например, могли появиться в его жизненном мире, а он в Вашем не появиться.

Один человек помнит какое-либо событие как одно из самых ярких в своей жизни, а другой, его близкий, по словам первого, важный участник тех событий, утверждает, что этих событий вообще не было.

Экзистенциальное мировоззрение рассматривает любое событие исключительно как событие жизни конкретного человека.

На основе экзистенциального мировоззрения появился праксис — экзистенциальная терапия. Этот праксис создавался независимо друг от друга мыслителями-практиками разных стран.

При этом во всех вариантах праксис под названием «экзистенциальная терапия» — это не метод, в точном смысле понятия «метод». Он не представляет собой последовательность шагов, приводящих к определенной цели. Это происходит потому, что философская подложка этого праксиса постмодерновая.

Во всех вариантах экзистенциальной терапии сам терапевт и процесс терапии — это лишь условие для исследования клиентом своей жизни во всех её аспектах и противоречиях, для принятия сложных для клиента решений и их осуществления.

Кто создавал прaxis экзистенциальная терапия?

В Швейцарии это были Людвиг Бинсвангер и Мерард Босс. В США экзистенциальное мировоззрение было занесено эмигрантом из Германии, бежавшем от нацистов — Паулем Тилихом. И на основе этого мировоззрения Ролло Мэй и Джеймс Бьюдженталь создавали американские варианты экзистенциальной терапии. В Австрии после окончания II мировой войны свой вариант экзистенциальной терапии создавал Виктор Франкл. В Великобритании в 60-е годы прошлого века Рональд Лэйнг поднял восстание против классической психиатрии, создал антипсихиатрию и свой вариант экзистенциальной терапии. В СССР в 60-е-70-е годы прошлого века свой вариант экзистенциальной терапии создал вильнюсский психиатр Александр Ефимович Алексейчик, а в 80-е годы прошлого века свой вариант создал ленинградский психиатр Андрей Владимирович Гнездилов.

Разные ветви экзистенциальной терапии развивались десятилетиями независимо друг от друга, их первая встреча произошла в 2015 году в Лондоне на I Всемирном Конгрессе по экзистенциальной терапии.

В 2019 г. в Лондоне вышел первый справочник «Экзистенциальная терапия в современном мире», где подробно описаны все существующие на сегодня варианты экзистенциальной терапии.

ОТЕЧЕСТВЕННЫЕ ТРАДИЦИИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

Подход к экзистенциальной практике, связанный с Александром Ефимовичем Алексейчиком, сформировался в конце 1960-х годов [2]. Наиболее существенное влияние на мировоззрение Алексейчика оказали две центральные фигуры: Антанас Смальстис и его отец. Первый — выдающийся литовский психиатр, ученик и последователь Эугена Блейлера. Смальстис учил обращать внимание на малейшие нюансы и проявления пациента, на весь контекст его жизни. Например, если психически больной называет вас плохим терапевтом, следует обратить внимание на то, как долго этот пациент лечился, были ли улучшения, то есть на всю реальность жизни пациента.

Отец А.Э. Алексейчика начал свой путь молодым белорусским крестьянином и стал профессором медицины, хирургом, пережив три концлагеря во времена I и II мировых войн. Его отец пришёл в своей жизни к тем же выводам, что и Виктор Франкл в то же время. Он рассказывал ему, что память о его полуторагодовалом сыне, убежденность в том, что он не имеет права умереть, помогли ему выжить в немецких концлагерях. Он учил сына, что духовное измерение нашего существования является определяющим в вопросах здоровья и болезни, жизни и смерти. Начиная с середины 1970-х годов, Алексейчик проводит ежегодные конференции (до 1992 года — Всесоюзные, затем — Международные), которые создали условия для развития оригинальной школы экзистенциальной терапии. Его подход, называемый «Интенсивная терапевтическая жизнь» (ИТЖ), основан на русском экзистенциализме. Среди ключевых фигур этого направления — Фёдор Михайлович Достоевский, а также такие экзистенциально ориентированные мыслители и философы, как Николай Бердяев, Василий Розанов, Сергей Левицкий, Семен Франк, Иван Ильин, Лев Шестов и митрополит Антоний Сурожский.

Стержнем подхода, созданного Алексейчиком, является утверждение митрополита Антония Сурожского о том, что если человек тяжело заболел, то выздороветь в ту же жизнь невозможно. Выздороветь можно только в другую жизнь, повернув руль своей жизни, потому что корни болезни глубоко уходят в землю — в образ жизни человека. Болезнь в данном контексте понимается как нарушение целостности человеческой жизни и, в результате, болезнь это:

- сосредоточение на отдельных аспектах жизни;

- исчезновения из жизни целых пластов;
- отчуждение от собственной жизни.

Ключевым моментом этого подхода к терапии является образ правильного (здорового) образа жизни и Бога как источника этого образа.

На протяжении десятилетий Алексейчику приходилось иметь дело с людьми, которые лучше умели скрывать свои мысли, нежели их выражать. Мысли людей часто не соответствовали их словам, а слова — действиям. Такой способ жизни повлиял на экзистенциальную терапию в школе Алексейчика. Большое значение здесь придаётся соотношению слов с действиями клиента, демонстрации ему обнаруженных несоответствий.

Лечение проходит следующим образом [3]:

— экзистенциальный терапевт, работая с клиентом, стремится создать для него новую перспективу жизни, чтобы клиент увидел, каким другим человеком он мог бы стать.

Если терапия происходит в группе, то клиенту создается возможность ощутить себя в терапевтической группе по-другому, чем в его обычной «больной» жизни — как лучшую, более сильную, более целостную личность, чем ту, которой он себя осознает в его повседневной жизни. И такое преобразование в экзистенциальной групповой терапии начинает влиять на его «реальную» жизнь вне группы. Вот пример из терапевтической практики одной из последовательниц Алексечика:

Женщина средних лет пришла на групповую терапию. В ходе группы она рассказала, что отчим регулярно насиловал её с 11 до 17 лет, а затем она сбежала из дома. Она пожаловалась матери, но та не желала её слушать. Её биологический отец был алкоголиком, и обращаться к нему было бессмысленно. К моменту проведения группы, по её словам, отчим развелся с матерью, был жив и здоров и жил радостной жизнью.

Сначала терапевт задал ей вопрос:

— Вы ищете защиты?

— Да.

— Вы хотите, чтобы кто-то вас защитил?

— Да.

Затем терапевт начал работать с мужчинами-участниками группы и в конце спросил их, кто готов защитить эту женщину. Поначалу мужчинам в группе было трудно осознать, что необходимо быть действительно готовым к реальным действиям, а не просто играть роли во время группы.

Наконец один мужчина встал. Ранее он говорил о том, что не знает, как быть настоящим отцом. В его душе происходила очень сложная работа. Было видно, что, вставая, он преодолевал себя. Он подошёл к женщине и попросил её дать ему адрес её бывшего отчима-насильника. Он взял адрес, оделся и пошёл к двери. В этот момент женщина остановила его. Ей показалось достаточным, что хотя бы один мужчина в её жизни захотел её защитить. Когда мужчина вернулся на своё место, они оба выглядели другими людьми. После окончания терапевтической группы он почувствовал, что это помогло ему увидеть, на что он способен. И он начал становиться отцом. Он нашёл свою дочь, которая жила в другой стране, за тысячи километров, и восстановил отношения с ней.

Этот подход также характеризуется:

— Движением к «Ты»: к со-страданию, взаимопомощи, плате друг за друга, к заступничеству друг за друга, к радости друг за друга, к действиям ради «Ты», к возникновению «Мы», «Нас» — во взаимной встрече людей ради «Ты». Движением к созданию терапевтических сообществ;

— Поощрением возникновению смелости видеть свою жизнь не во времени, а в вечности, и в свете этого видения уменьшать суету и повышать вес, ценность своих слов и поступков.

В фокусе внимания экзистенциального терапевта здесь не человек как психическая структура с разными болезнетворными нарушениями, а сложная жизнь человека, с переплетением деструктивных и жизнеутверждающих событий, процессов.

Своё направление экзистенциальной терапии А.Е.Алексейчик называет «Интенсивная терапевтическая жизнь» (ИТЖ). Откуда такое название?

Часто в течение жизни болезни исчезают, душевные раны заживают — «время лечит». Душевные раны иногда заживают десятилетиями. В ИТЖ экзистенциальный терапевт ставит перед собой задачу: ускорить этот процесс, чтобы раны заживали за дни, часы или даже минуты. Для этого людям предоставляется множество возможностей — не обсуждать свою жизнь, а жить, проявлять себя. Терапевт помогает человеку выявить противоречия в его жизни, помогает ему справиться как с привычными для него трудностями, так и с теми, с которыми ему пришлось бы столкнуться, если бы он ничего не изменил в своей жизни. Часто происходит так, что человек оказывается как бы в притче о своей жизни. В ИТЖ Алексейчика часто используются шутки и иронические истории, которые позволяют клиентам увидеть парадоксальность своей жизненной ситуации, зарядиться самоиронией и отойти от своего привычного способа жить. В ИТЖ акцент делается на духовном измерении жизни человека, там ищется опора для решения коллизий своей жизни, для изменения своей жизни.

Второй подход к экзистенциальной практике связан с Андреем Владимировичем Гнездиловым [4].

Андрей Владимирович Гнездилов — доктор медицинских наук, профессор, бывший заведующий отделением геронтопсихиатрии Бехтеревского института, почётный доктор философии Эссекского университета (Великобритания), председатель Ассоциации онкопсихологов России. Он основал первый в Советском Союзе хоспис и являлся автором многочисленных терапевтических сказок. Его терапевтический подход коренится в «Серебряном веке» русской культуры, в творчестве представителей русской гуманитарной культуры начала XX века, прежде всего, в практике М. Волошина. («Серебряный век» — так называют невероятные годы развития всех областей русской культуры в начале XX века до революции 1917 года). Максимилиан Волошин — поэт, художник, мистик, пацифист и гуманист. В начале Первой мировой войны он придумал и проводил «утешительные мистерии» в своем доме в Коктебеле, в Крыму. Он приглашал к участию в этих мистериях деятелей культуры — поэтов, художников и т. д. С помощью декораций и костюмов он создавал волшебную атмосферу и стимулировал своего рода сказку, в которой люди начинали быть как дети. В то же время в своих стихах Волошин предвидел и предсказывал катастрофу грядущей революции и гражданской войны. Но он не видел, что можно сделать, чтобы это предотвратить. В своих мистериях Волошин пытался научить участников быть как дети и не бояться неизбежного. Во время Гражданской войны поэт пытался смягчить враждебность, спасая преследуемых в своём родном Крыму: сначала красных, коммунистов от белых, а затем, после смены власти в Крыму, наоборот, белых от красных, спасая множество жизней с обеих сторон.

В основе терапии Гнездилова лежит представление о «чудесном измерении нашего бытия» и способность решать проблемы, обращаясь к этому измерению.

Значительное число пациентов Гнездилова — это тяжелобольные и неизлечимо больные люди. Реалии окружающего мира неопровержимо доказывают им неизбежность смерти. Взрослое сознание, логика и опыт не дают надежды.

В практике Гнездилова происходит экзистенциальный сдвиг во времени, и на первый план выходит время детства, детские воспоминания. Люди становятся как дети, с детской творческой фантазией, открытостью миру, доверием к жизни. Появляется возможность верить в чудо, и проблемы, кажущиеся неразрешимыми для взрослых, начинают казаться разрешимыми. Терапевтические сказки, куклы, экзистенциальный театр, колокольная терапия (терапия церковными колоколами, старинными церковными музыкальными пластинами — билами), а также тибетскими поющими чашами, создание уникального антикварного пространства, включающего одежду всех времён и народов, антикварную мебель и другие предметы старины, помогают терапевту создать пространство для встречи клиента с чудесным измерением его бытия. Вот отрывок из рассказа психолога, участника семинара Гнездилова: «Болезни наших близких»:

«На пороге нас встретил вежливый господин, одетый в одежду XIX века (цилиндр и сюртук). Он поклонился и любезно пригласил нас в волшебный замок. Он элегантно встречал каждую женщину, целовал ей руку и проводил в гостиную... Он помог нам снять пальто и предложил посмотреть в зеркало с замёрзшими сосульками, заметив, что это зеркало Снежной Королевы. Предупредив, чтобы мы не смотрели туда слишком долго, чтобы холод не пробрался в нашу душу. Затем мы увидели огромное количество предметов, назначение которых было для нас загадкой. Кто-то из нашей группы случайно задел какой-то огромный металлический диск, и он начал медленно вращаться, заиграла старинная мелодия. В комнате было много полок, и все они были заставлены куклами и марионетками всех времён и народов. Старый дворецкий (Гнездилов) нежно взял меня за руку, подвёл к полкам и предложил выбрать куклу, которая, как мне кажется, смотрит на меня и которая уже выбрала меня. Он предложил не торопиться, так как кукла могла стесняться и прятаться от меня. Происходило что-то невероятное. У меня было такое чувство, будто я прошла на платформу 9 3/4 вокзала Кингс-Кросс и оказалась в волшебном замке!».

Гнездилов считает последний этап жизни её кульминацией. Страх смерти исчезает, и появляются возможности выдержать неизбежные страдания. Часто, когда страх смерти исчезает, пациенты способны определить, что для них является самой важной задачей на их финишной прямой. Гнездилов брался помочь им выполнить эту самую главную последнюю задачу. И происходило невероятное со временем, с экзистенциальным временем. Оно для этого человека как будто останавливалось, опухоль переставала расти, новые метастазы не образовывались, пока эта задача не бывала выполнена.

КАК ПОНИМАЕТСЯ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ТЕРАПИЯ В ЕВРОПЕЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ (FETE)

Экзистенциальная терапия — это направление психотерапии, уходящий корнями в экзистенциально-феноменологическую философию, а также в наследие психологии и психиатрии. Экзистенциальная терапия направлена на осмысление человеческого существования, чтобы человек мог творчески, активно и вдумчиво решать жизненные проблемы и находить новый смысл и цель.

Экзистенциальное мировоззрение.

Экзистенциальная терапия ценит интерактивную, основанную на отношениях и телесную природу человеческого сознания и человеческого существования. Она исходит из того, что люди могут ответственно, осознанно, этично и вдумчиво менять свою жизнь, понимая свои трудности и принимая возможности и ограничения человеческого бытия в целом и своей собственной жизни в частности. Она подчёркивает важность поиска смысла и цели в жизни на многих уровнях: физическом, социальном, личном и духовном. Она не предписывает определённое мировоззрение, а исследует напряжённость и противоречия в образе жизни человека. Это включает в себя рассмотрение экзистенциальных ограничений, таких как смерть, неудача, слабость, чувство вины, тревога и отчаяние.

Как это работает?

Существует множество форм экзистенциальной терапии, и в каждой из них используются свои методы и способы изучения трудностей и изменений, но все формы экзистенциальной терапии основаны на диалоге, который позволяет человеку обрести уверенность в себе и в том, как он хочет прожить свою жизнь. Зачастую это предполагает философское и этическое исследование важных вопросов человеческого существования, таких как истина, смысл, справедливость, красота, свобода, сознание, выбор, ответственность, дружба и любовь. Экзистенциальная терапия — это прагматичный и основанный на опыте подход, который делает упор на телесность, эмоциональную глубину, ясность и непосредственность и использует, среди прочих методов, принципы логики, парадокса, диалектики, феноменологии и герменевтического исследования.

К чему это ведёт?

Экзистенциальные терапевты стремятся подойти к проблеме или страданию человека с феноменологической, целостной точки зрения. Симптомы рассматриваются не как определяющий аспект проблем человека, а скорее как выражение его оторванности от реальности или искажённого восприятия реальности. Поэтому экзистенциальные терапевты рассматривают симптомы как способ справиться с трудностями, проблемами или экзистенциальным кризисом. Опыт человека рассматривается на всех уровнях. Одинаковое внимание уделяется прошлому, настоящему и будущему человека. Экзистенциальные терапевты способствуют повышению осознанности человека в отношении его способа существования, помогающее человеку лучше понимать своё существование в мире, во всём его многообразии, в том числе и своё существование в физическом мире, свое отношение со своей телесностью, свои отношения и взаимодействия с социальным миром, свои отношения с близкими людьми и с самим собой, свою идентичность или её отсутствие, своё представление о том, что лежит в основе его существования, какова на самом деле его этика, его ценности, то, как он может вернуть в свою жизнь поток и способность к трансцендентности, к обучению, к движению вперед. Экзистенциальная терапия помогает людям научиться терпеть и принимать страдания и трудности и конструктивно с ними справляться.

Экзистенциальная терапия уходит корнями в экзистенциально-феноменологическую философию. Экзистенциальная терапия направлена на осмысление человеческого существования, чтобы человек мог сам творчески, активно и вдумчиво решать свои жизненные проблемы и находить смыслы и цели в своей жизни.

Экзистенциальная терапия исходит из того, что люди могут ответственно, осознанно, этично и вдумчиво менять свою жизнь, понимая свои трудности и принимая возможности и ограничения человеческого бытия в целом и своей собственной жизни в частности.

Она подчёркивает важность поиска человеком смысла и цели своей жизни. Она не предписывает определённое мировоззрение, а исследует напряжённость и противоречия в образе

жизни человека. Это включает в себя, в том числе, и рассмотрение своих экзистенциальных ограничений, таких как смерть, неудача, слабость, болезнь, чувство вины, тревога и отчаяние.

Существует множество форм экзистенциальной терапии, и в каждой из них используются свои методы и способы изучения трудностей и изменений, но все формы терапии основаны на диалоге, который позволяет человеку обрести уверенность в себе и в том, как он хочет прожить свою жизнь. Зачастую, это предполагает философское и этическое исследование важных вопросов человеческого существования, таких как истина, смысл, справедливость, красота, свобода, сознание, выбор, ответственность, дружба, любовь.

Экзистенциальные терапевты стремятся подойти к проблеме или страданию человека с феноменологической, целостной точки зрения. Симптомы рассматриваются не как определяющий аспект проблем человека, а скорее как выражение его оторванности от реальности или искажённого восприятия реальности. Поэтому экзистенциальные терапевты рассматривают симптомы как способ человека справиться с трудностями, проблемами или экзистенциальным кризисом. Опыт человека рассматривается на всех уровнях. Одинаковое внимание уделяется прошлому, настоящему и будущему человека [5].

Как понимает экзистенциальную терапию президент Всемирного Экзистенциального движения проф. Эмми ван Дорцен (Великобритания).

Экзистенциальный подход — это, прежде всего, философский подход. Он направлен на понимание положения человека в мире и на выяснение того, что для него значит быть живым. Он также предполагает исследование этих вопросов с позиции восприимчивости, а не догматизма. Цель состоит в том, чтобы искать истину вместе с клиентом непредвзято и с удивлением, а не подгонять клиента под заранее установленные рамки интерпретации [6].

ЯЗЫКИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

В экзистенциальной терапии, отказавшись от построения теоретических конструктов, начали разрабатываться по-другому устроенные языки, с помощью которых возможно описывать жизнь человека со всеми её сложными коллизиями. Два на сегодня наиболее распространенных языка экзистенциальной терапии:

1) язык измерений бытия — физическое, социальное, душевное (психологическое) и духовное (ценностное) измерение;

2) язык экзистенциалов — свобода, жизнь, вина, одиночество, время, смысл, смерть, тревога и др.

О ФЕНОМЕНОЛОГИИ

Одной из ключевых идей И.Канта была идея о том, что мы воспринимаем мир не непосредственно, а через невидимые очки, надетые на наше сознание — априорные конструкции и что убрать эти искажения невозможно. В неокантианском кружке, руководил которым Эдмунд Гуссерль и в который входили Карс Ясперс, Мартин Хайдеггер, Макс Шелер, ХанниАрендт, Ханс-Георг Гадамер произошло восстание против этого тезиса Канта. С одной стороны, начала развиваться реалистическая феноменология — начали искать, как всё-таки вырваться из плена априорных конструкций и увидеть реальность, как она есть сама по себе. С другой стороны, начали развиваться трансцендентальная и эйдетическая феноменологии — возникла догадка, что важен не мир сам по себе, а то, как он выглядит для конкретного человека. Возникший на базе феноменологии праксис стал базовым для экзистенциальной терапии, поскольку позволял

увидеть клиенту, как выглядят для него те или иные аспекты его жизни, не примешивая к этому взгляды экзистенциального терапевта и возможную суггестию с его стороны [7].

О ТОМ, ЧТО ОБЩЕГО ДЛЯ ПРАКТИКИ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ ВО ВСЕХ ЕЁ ВАРИАНТАХ

1. Практика экзистенциальной терапии связана с тщательным анализом жизни человека, его мировоззрения, его самопонимания, в том числе и его самообманов, его ценностей — в связи с этим она в большей степени долговременная. Это связано с тем, что чаще всего клиент неясен самому себе и с помощью терапии он делается для себя более ясным.

2. Терапия акцентирована на жизни клиента, в которой могут появляться или не появляться те или иные симптомы, а не на самих симптомах.

3. Процесс терапии не имеет жесткой структуры, не существует никаких алгоритмов. Можно сказать, что терапевтическая работа опирается не столько на какие-то техники, приемы, методики, сколько на создание терапевтического пространства — построения отношений, в которых проявляются те трудности, с которыми человек пришел в терапию

4. В экзистенциальной терапии главной предпосылкой её успеха является построение таких терапевтических отношений. Экзистенциальное понимание терапевтических отношений опирается на диалогическую философию М. Бахтина и размышления М. Бубера, в которых разводятся субъект-объектные отношения, в которых другой человек представляется объектом и отношения встречи двух миров, двух Я.

Отец британской экзистенциальной терапии Р. Лэйнг писал: «Любая техника, применяемая без самости терапевта, игнорирующая субъективный опыт, игнорирующая личности в отношениях — попросту увековечивает болезнь, которую пытается лечить. Психотерапия всегда является отношением двух полей опыта» [8].

Именно поэтому в экзистенциальной терапии больше говорят не о «работе с клиентом», а о выборе подходящего способа совместного бытия, который и составляет основу «работы».

Э. Спинелли пишет: «Терапевту следовало бы избегать роли «знающего», которому ясно, что неправильно в жизни клиента, что нужно в ней менять. Вместо бытия «целителем», «учителем», «профессиональным помощником» терапевту предлагается быть, прежде всего, открытым всему, что происходит в терапевтической встрече, т.е. любым чувствам и темам, быть готовым безусловно принять инаковость клиента, предоставить ему возможность пережить, что значит быть выслушанным и услышанным» [9].

Главная задача терапевта — стать для клиента инструментом, с помощью которого он может более ясно видеть свою жизнь с всеми её парадоксами, хитросплетениями, создать для него пространство, позволяющее принимать сложные решения и производить первые шаги к их осуществлению.

Р. Кочюнас: «В экзистенциальной терапии важна открытость и принимающая установка терапевта; это, прежде всего, касается принятия настоящего образа жизни клиента. Когда терапевт принимает клиента таким, каков он есть в настоящее время, он предоставляет ему возможность перестать осуждать и критиковать себя, смелее пересмотреть свои фиксированные, застывшие убеждения, установки, которые чаще всего и определяют его критическое отношение к себе и деструктивные отношения с другими, с миром в целом. Это помогает клиенту понять, как он сам принимает активное участие в создании своих трудностей. Безоценочное отношение терапевта к мировидению клиента, несмотря на его ограниченность, искаженность, иррациональность, может иметь существенные последствия для ожиданий и предположений

клиента по поводу того, какими являются Другие, чего Другие от него ждут, чего он сам ждет от Других».

И далее, «Экзистенциальному терапевту рекомендуется как можно меньше что-то утверждать, а больше спрашивать, с целью расширения видимой для клиента части феноменологического поля его опыта. Но важно помнить, что дело не в количестве задаваемых вопросов, а в их весомости. Мерой здесь можно считать своевременность и необходимость того или иного вопроса, проявляющиеся в его последствиях для клиента. Вопросы не могут быть легкими для клиента, а скорее заставляющими душевно трудиться, потенциально расширяющими понимание».

5. Главное требование к клиентам экзистенциальной терапии — заинтересованность в изучении своей жизни, в поиске путей решения её сложных вопросов, способность открываться, говорить о своих трудностях.

6. В экзистенциальной терапии большое внимание уделяется терапевтическому контракту (в том числе самому процессу его заключения, зачастую он бывает достаточно длителен). В Контракте важное значение имеет акцент на совместной ответственности терапевта и клиента в достижении терапевтических целей и само определение этих целей — конкретность и реалистичность в понимании возможности их достижения и скорости этого процесса.

7. Определение образа итога терапии — «подлеченной жизни» представляет собой первый этап терапии и предпосылает заключение терапевтического контракта.

8. Ответственность в терапевтическом процессе разделяется таким образом: клиенту отдается основная часть ответственности за само содержание терапевтических сессий, а терапевт несет основную часть ответственности за поиск и нахождение путей оказания помощи. За результаты терапевтической работы, таким образом, ответственность несут как терапевт, так и клиент.

9. Сама возможность помощи в экзистенциальной терапии связана с тем — насколько клиент готов принять своё авторство в проблемах, побудивших его искать психотерапевтической помощи.

10. Важное значение в экзистенциальной терапии придается детальному обсуждению и принятию правил, в рамках которых будет проходить процесс терапии.

Отношение к принятым на себя обязательствам, готовность отвечать за их нарушение, анализ происходящих нарушений — создают много возможностей для переноса происходящего в терапии на происходящее в своей жизни.

В экзистенциальной терапии правила культурносообразны, то есть в разной социокультурной среде они могут быть разными.

11. О каких терапевтических изменениях в жизни клиента может идти речь в экзистенциальной терапии?

Римас Кочюнас описал так основные направления терапевтических изменений в экзистенциальной терапии [10]:

а) Отказ от поиска безопасности в зависимости и принятие тревоги, порождаемой выбором движения, развития, изменений.

б) Раскрытие чрезмерного участия других в определении собственной идентичности.

в) Раскрытие чрезмерной зависимости от прошлого опыта, «застревания» в событиях и переживаниях прошлого.

г) Понимание того, что многое в жизни изменить невозможно, но всегда существует возможность изменения своего отношения к тому, чего не можем изменить, возможность принятия и интеграции в свою жизнь данностей существования.

д) Умение жить в настоящем, постоянно открытым в сторону будущего, с учетом прошлого опыта; понимание, что мешает жить в настоящем — чрезмерная увлеченность прошлым, чрезмерное внимание к планированию будущего и попытки одновременно заниматься многими вещами.

е) Принятие ограничений, не теряя чувства собственной ценности; понимание, что можно быть ценным, не будучи совершенным.

ж) Обнаружение того, что делают свою жизнь насыщенной, наполненной,

з) Принятие ответственности за свои поступки и их следствия и последствия

и) Понимание того, чего я хочу, от чего из своего спектра «хочу» я могу отказаться и «ради чего»

к) Уменьшение заикленности на себе, увеличение движение в сторону других, альтруизма

и) Увеличение открытости окружающему миру, интерес к его динамике, принятие нового без страха.

ОБУЧЕНИЕ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ

В 1997 г. после длительных дискуссий между психотерапевтами разных модальностей разных стран Европы был выработан европейский учебный стандарт по психотерапии, впоследствии принятый в качестве учебного стандарта подготовки психотерапевта Всемирным Советом по психотерапии.

В соответствии с этим стандартом подготовка состоит из следующих пунктов:

1. Получения университетского диплома в области гуманитарных или социальных наук (или эквивалент — переподготовка в этой области на базе высшего образования) как минимум уровня бакалавра, что считается общекультурной подготовкой

2. Четырехлетняя постдипломная подготовка в выбранной модальности психотерапии, состоящая из следующих компонент:

а) Опыт психотерапевтического самопознания — не менее 250 часов, обычно распределенных на 4 года

б) Теоретическая подготовка: от 500 до 800 часов в течение 4 лет специфического для психотерапии обучения

в) Практическая подготовка. Включает в себя достаточную психотерапевтическую практику (не менее 300 часов) под постоянной супервизией (не менее 150 часов), соответствующую психотерапевтической модальности, длительностью не менее двух лет.

г) Стажировка в психиатрической клинике или эквивалентный профессиональный опыт. Стажировка должна обеспечивать адекватный опыт психосоциальных кризисов и сотрудничества с другими специалистами в области психического здоровья. Практика стажера

должна проходить под административным руководством и клинической супервизией. Стажировка должна продолжаться минимум 3 месяца и составлять не менее 125-150 часов [11].

На сегодня в Европе этим требованиям удовлетворяют программы 8 учебных заведений:

1. Стамбульская экзистенциальная академия (Турция)
2. GIGNESTHAI — Греческая Ассоциация экзистенциальной психологии (Греция)
3. GLE — Венская школа экзистенциального анализа и логотерапии (Австрия)
4. NEPI — Институт гуманистической и экзистенциальной психотерапии (Литва)
5. Кибуц-колледж (Израиль)
6. МIEK — Международный Институт экзистенциального консультирования (Россия)
7. NSPC — Новая школа психотерапии и консультирования (Великобритания)
8. Школа неэкзистенциальной психологии (Италия) [12]

ЛИТЕРАТУРА

1. Есельсон С.Б. Радикальное экзистенциальное мировоззрение // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. -2015. - — №26. т.1 — С.207-217
2. Сб. «Психотерапия жизнью — интенсивная терапевтическая жизнь Александра Алексейчика». Составитель — Римантас Кочюнас. — Вильнюс: Институт гуманистической и экзистенциальной психологии, 2008. — 414 с.
3. Есельсон С.Б. Распутывая сеть // Московский психотерапевтический журнал. -2007. — №1 — С.131-149
4. Semyon Yesselson Get used to the miracles! // Hermeneutic Circular. — 2023. — April — С.34-37
5. Federation for existential therapy in Europe. URL: <https://www.existentialtherapies.org/about-existential-therapy/>
6. New School of Psychotherapy and Counselling. URL: <https://nspc.org.uk/about-the-school/the-existential-approach/>
7. Гадамер Х-Г. Пути Хайдеггера: исследования позднего творчества. Минск: Пропилей, 2007. — 240 с.
8. Laing R.D. The Politics of Experience and the Bird of Paradise. Harmondsworth: Penguin, 1990. — 160 с.
9. Spinelli E. The Interpreted World: An Introduction to Phenomenological Psychology. London: Sage, 2005 — 253 с/
10. Кочюнас Р. Контуры экзистенциальной терапии // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. -2015. - — №26. т.2 — С.25-54
11. European association for psychotherapy. URL: <https://www.europsyche.org/ECP/About-ECP/ECP-Standards/>

12. Federation for existential therapy in Europe.

URL: <https://www.existentialtherapies.org/about-fete/fete-approved-training-institutes/>