

Сетевое научно-практическое издание

**АНТОЛОГИЯ
РОССИЙСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИИ**

Фундаментальное издание материалов научно-практических конгрессов
Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги
и Национальной саморегулируемой организации
«Союз психотерапевтов и психологов»

ВЫПУСК 12

**II ВСЕМИРНЫЙ КОНГРЕСС
РУССКОЯЗЫЧНЫХ ПСИХОТЕРАПЕВТОВ
И ПСИХОЛОГОВ**

Москва и онлайн, 02 – 06 ноября 2023

МОСКВА
2023

ВВЕДЕНИЕ В ПОЛИМОДАЛЬНУЮ ПСИХОТЕРАПИЮ

Макаров Виктор Викторович – президент Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги и Национальной саморегулируемой организации «Союз психотерапевтов и психологов», избранный президент Азиатской Федерации психотерапии, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, заведующий кафедрой психотерапии и сексологии Российской медицинской академии непрерывного профессионального образования, д.м.н., профессор. Москва, Россия.

*Будущее начинается сегодня.
И оно уже наступило.
Путь психотерапии –
Путь воды, проникающей через плиты.
Путь бамбука, пробивающего гранит.
Путь пути, уходящего в бесконечность
Туда, откуда начинаются все пути.
Туда, где сходятся все пути.*

*Хокку, подаренная профессором А.Л. Катковым
профессору В.В. Макарову.*

Психотерапия развивается с глубокой древности. Остановимся на так называемой научной психотерапии. Некоторые исследователи исчисляют историю научной психотерапии от пионерских работ *З. Фрейда*. *А Эрнест Л. Росси* (1985) приводит пять стадий развития психотерапии: спиритический, или шаманский; ранний гипноз; *Зигмунд Фрейд* (1856–1939); *Карл Юнг* (1875–1961); *Милтон Эриксон* (1901–1980). Зигмунд Фрейд – гений анализа; Карл Юнг – гений синтеза; Милтон Эриксон – гений утилизации.

С нашей точки зрения, точка отсчёта истории западной психотерапии теряется в прошлых веках. История современной психотерапии может отсчитываться от основателей гипноза: *Джеймса Брейда* (1795–1860), шотландского врача, и *Антон Месмера* (1734–1815), врача из Австрии.

Первая революция в психотерапии была совершена Зигмундом Фрейдом (1856–1939), он разработал учение психоанализа. Учение, вышедшее далеко за пределы психотерапии. Учение, ставшее поистине одной из основных философских доктрин XX столетия. Данное учение развивалось и разделялось на большое число новых течений и направлений. Процесс развития и дальнейшего разделения продолжается и сейчас.

Следующей революцией в психотерапии явилась разработка и внедрение в практику множества новых методов, модальностей психотерапии. Мы не берёмся перечислить эти модальности. Ведь для составления их полного каталога необходимы многолетние усилия целого коллектива. И всякая попытка составления данного каталога приведёт к тому, что такой перечень будет неполным. И в настоящее время количество модальностей психотерапии всё больше увеличивается, и, кажется, этот процесс будет если не бесконечным, то весьма длительным. Модальности обособились друг от друга и развиваются параллельно, во многом независимо.

Психотерапия трансформировалась во множество психотерапий.

Важным представляется высказывание известного психотерапевта *Джеффри К. Зейга*. Приведём его: «Взявшись за организацию конференций по эволюции психотерапии, состоявшихся в 1985 и 1990 годах, я наивно предполагал, что способствую достижению согласия в наших рядах, но преодолеть «семейные распри» не удалось. Каждая из многообразных школ твёрдо держится за свои теории и методы. Взаимообогащение идеями наблюдается в редких случаях. Превыше всего ставится чистота позиций. Эклектизм считается признаком отсутствия «породы». ... Те из ведущих психотерапевтов, кто присутствовал на конференции 1985 года, ничуть не изменили своих взглядов под влиянием общения с коллегами и на следующей конференции отстаивали свои позиции с прежним пылом. Знакомство с докладами убеждает: мало кто ссылается на работы представителей других школ, а тем более что признаёт их теоретическое влияние... Подобная независимость была оправдана и в каком-то смысле даже необходима в те времена, когда психотерапия только создавалась, стремясь обогатить себя новыми гранями. Однако блюсти теоретическую и методическую чистоту сегодня – непозволительная роскошь: психотерапия вышла на передовой рубеж борьбы за здоровье человека, где для достижения цели позволительно использовать все методы и техники, прошедшие испытание временем».

С нашей точки зрения, очень сложно и не очень продуктивно стремиться стимулировать лидеров конкретных модальностей заниматься психотерапией как единым пространством, не поделённым на модальности.

Их задача иная – развивать конкретные модальности. Тогда как совсем другие психотерапевты будут развивать психотерапию как единую специальность. Этот процесс начался с интегративного движения в психотерапии. Одним из первых, кто поддержал так называемый «мультимодальный подход», был *Арнольд Лазарус*, и благодаря своему виртуозному мастерству он был в состоянии сам применять большую часть различных техник. Интегративный подход в психотерапии в различных вариантах развивается во многих странах. Мы в России развиваем такой подход под названием *полимодальная психотерапия*.

Следующая революция психотерапии началась в середине девяностых годов XX века, когда сформировалась Европейская ассоциация психотерапии. Она объединила большинство психотерапевтов стран Европы. И объединила не по

принципу принадлежности к модальности, а по принципу принадлежности к психотерапии. Более того, заявила психотерапию в качестве отдельной, самостоятельной профессии наряду с такими профессиями, как медицина, психология, социальная работа. Её следующий этап датируется 1996 годом, когда состоялся Первый всемирный конгресс по психотерапии. Он и два следующих всемирных конгресса проводились в Европе (Австрия, Вена). Четвёртый Всемирный конгресс прошёл в Южной Америке (Буэнос-Айрес, Аргентина). Пятый – в Азии (Пекине, Китай). Шестой конгресс – в Австралии в 2011 году, седьмой – в Южной Африке в 2014.

Очередным закономерным шагом на этом пути явилось открытие в Вене Университета Зигмунда Фрейда, учебного заведения, которое первым в мире приступило к подготовке психотерапевтов на студенческой скамье. Психотерапия проделала свой круг развития, который начался в Вене, Австрии, Европе и завершился в Вене, Австрии, Европе.

Европейские авторитеты психотерапии декларируют принадлежность психотерапии к науке (А. Притц (1999) и многие другие исследователи). Тогда как некоторые яркие лидеры североамериканской психотерапии, такие как Мэри Макклёр Гулдинг (1985), уверяют, что психотерапия – это искусство, с помощью которого клиент получает возможность изменить собственную жизнь. Искусство такое же, как литература, живопись или фотография. Это интересный, уникальный вид творчества, в котором активно участвуют, по крайней мере, двое. Ей вторит Клу Маданес (1985), заявляя: нам, психотерапевтам, надо набраться мужества и признать, что психотерапия – это искусство, которому можно обучать. Из всех видов искусств психотерапия более всего приближается к драме.

Мораль возвращается в психотерапию и вместе с этим приходит понимание: всё то, что отвечает этическим нормам, одновременно содержит в себе и терапевтический эффект.

В данном высказывании поднимается ещё одна важная тема – психотерапии и духовности. Здесь уместно привести краткую цитату ещё одного американского психотерапевта, Джеймса Хиллмана (1985): «Интересно, как соотносится между собой психотерапия и «Бог умер» Ницше. Не занимаемся ли мы психотерапией в опустевшем мире, лишённом богов? И как можно заниматься ею, если нет богов? Мне кажется, что Ницше, возможно, был прав. Бог умер в одном смысле, Бог, которого феминистки называли «патриархальным», уже не так заметен. Но сейчас идёт мощное возрождение греческой мифологии и растёт интерес к мифам». Да, в одних странах растёт интерес к мифам – это страны западного мира, в других странах продолжается интенсивное богостроительство, это, например, Индия, в третьих возрождаются великие религии – это, в частности, Россия и государства постсоветского пространства.

И во множестве стран психотерапия становится более духовной. Она обслуживает духовные потребности человека новой эпохи, тем самым становясь вариантом светской духовности, светского гуманизма.

Психотерапия имеет и историю распространения по странам и континентам. История развития нашей профессии в каждой стране может быть захватывающей и даже драматичной. Я остановлюсь на самых общих моментах этой истории, как я их себе представляю.

Европа – колыбель психотерапии, является тем континентом, где психотерапия получила своё развитие и откуда она была экспортирована в Северную и Южную Америки, в Австралию, Африку, в Россию, отчасти в Азию. Европейская психотерапия сегодня больше сохраняет свои границы и традиции, чем движется вперёд. Важным качеством Европы является признание своеобразие...

Северная Америка явилась благоприятной почвой для развития психотерапии. Вначале были заимствованы европейские модальности. Они получили мощное развитие. Затем сформировались свои, американские модальности, которые не только получили большое развитие, но и экспортируются на все континенты мира.

Южная Америка. Психотерапия здесь также получила интенсивное развитие. Вначале это было копирование американской и европейской психотерапии. В последние десятилетия, наряду с классической психотерапией, складываются свои школы, соединяющие подходы психотерапии и культуры стран континента.

Австралия и Океания. Развивается психотерапия, заимствованная в Европе и Северной Америке. Постепенно начинают развиваться собственные модальности.

Азия. Психотерапевтические модальности заимствуются из Северной Америки и Европы. Они дополняются духовным содержанием традиционных духовных практик и их технологиями. На основе конфессиональных подходов складываются новые методы психотерапии.

Африка. Психотерапевтические подходы заимствуются из Европы и Северной Америки. Значительное влияние на развитие психотерапии оказывают колдуны и традиционные целители.

Россия. Будучи страной, расположенной на континенте Евразия, она приобрела значительное своеобразие в психотерапии. Наряду с интенсивным заимствованием европейских и американских модальностей, отмечается значительный интерес к традиционным практикам стран Востока. Западные модальности и восточные подходы в России подвергаются значительной модификации и адаптации к российским условиям. Классикам отечественной психотерапии: В.М. Бехтереву (1857–1927), В.Н. Мясищеву (1893–1928), И.А. Сикорскому (1842–1919), В.Е. Рожнову (1918–1998), Б.Д. Карвасарскому (1931–2013), посвящены отдельные работы. Наряду с этим, складывается множество национальных модальностей. Некоторые из них будут развиваться длительное время, другие, громко заявив о себе, довольно быстро завершают свой жизненный цикл.

Приведем методы (модальности) объединившиеся в комитете модальностей Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги: гипнотерапия и интегративно-диалоговая, когнитивно-ориентированная гипнотерапия (психотерапия), полимодальная психотерапия, системная семейная психотерапия, экзистенциальная психотерапия, гештальт-терапия, телесно-ориентированная психотерапия, позитивная психотерапия, символдрама, трансперсональная психотерапия, нейролингвистическая психотерапия и интегральное нейропрограммирование, терапия творческим самовыражением М.Е. Бурно, психокатализ, клиническая классическая психотерапия, дианализ, психодрама, эмоционально-образная психотерапия, психоорганический анализ, транзактный анализ, психотерапевтическая кинезиология, эриксоновская психотерапия и эриксоновский гипноз, перинатальная и репродуктивная психотерапия, религиозно-ориентированная психотерапия, музыкально-

интегральная психотерапия, клиническая психосоматическая психотерапия, целебная творческая психолингвистика, когнитивно-поведенческая психотерапия, клиент-центрированная психотерапия, арт-терапия, юнгианский анализ, балинтовские группы, интегративная детская психотерапия, системная семейная психотерапия: восточная версия, песочная терапия, личностно-ориентированная (реконструктивная) психотерапия, групповой анализ, восточная версия транзактного анализа, системно-феноменологическая психотерапия (консультирование) и клиентцентрированные расстановки®, родологический метод консультирования, игропрактика, этический персонализм, процессуально-ориентированная психология и психотерапия, генеративная психотерапия, российская версия психосинтеза, родологический метод консультирования, ценностно-ориентированная психология и психотерапия. Данные методы входят в Общероссийскую профессиональную психотерапевтическую лигу.

Авторами и представителями данных методов являются известные профессионалы, ведущие специалисты в отечественной психотерапии: Тукаев Рашит Джаудатович, Макаров Виктор Викторович, Варга Анна Яковлевна, Есельсон Семен Борисович, Петрова Елена Юрьевна, Белгородский Лев Семенович, Кириллов Иван Олегович, Обухов-Козаровицкий Яков Леонидович, Майков Владимир Валерьянович, Ковалев Сергей Викторович, Бурно Марк Евгеньевич, Калмыкова Инга Юрьевна, Ермошин Андрей Федорович, Бурно Марк Евгеньевич, Махновская Людмила Васильевна, Завьялов Владимир Юрьевич, Романова Илона Евгеньевна, Линде Николай Дмитриевич, Мироник-Аксенова Оксана Ивановна, Зуйкова Надежда Леонидовна, Чобану Ирина Константиновна, Доморацкий Владимир Антонович, Печникова Елена Юрьевна, Филиппова Галина Григорьевна, Белорусов Сергей Анатольевич, Битехтина Любовь Дмитриевна, Петрушин Валентин Иванович, Табидзе Александр Александрович, Семёнова Алла Ивановна, Корабельникова Елена Александровна, Кочарян Александр Суменович, Кузовкин Виктор Владимирович, Копытин Александр Иванович, Сурина Лидия Алексеевна, Клепиков Николай Николаевич, Локтионова Альбина Викторовна, Лаврова Нина Михайловна, Старостин Олег Альбертович, Арсеньева Вера Владимировна, Тимошкина Алина Алексеевна, Макарова Галина Анатольевна, Бурняшев Михаил Геннадиевич, Бондаренко Александр Федорович, Сербина Людмила Николаевна, Силенок Петр Федорович, Ключников Сергей Юрьевич, Докучаева Лариса Николаевна, Первак Виолета Евгеньевна, Решетников Михаил Михайлович, Ковпак Дмитрий Викторович, Ефремова Полина Романовна, Тимофеева Светлана Владимировна, Соколовская Ирина Эдуардовна, Ковалева Елизавета Сергеевна, Абрашкина Елена Алексеевна, Антонова Алина Сергеевна, Чаплыгина Виктория Юрьевна, Яценко Мария Георгиевна, Чекурина Вероника Станиславовна, Федотова Ирина Сергеевна, Докучаева Лариса Николаевна, Гадецкий Олег Георгиевич.

Само объединение, постоянное общение ведущих профессионалов в области психотерапии создает предпосылки для интегративных процессов в нашей профессии.

Я живу в моей любимой профессии уже многие десятилетия. В самом начале пришлось преодолеть множество препятствий, чтобы приобрести мою профессию психотерапевта. Как и большинство психотерапевтов, я со временем в своей практике пришел к интегративности. Правда, за рубежом многие вынуждены скрывать это. Ведь от принадлежности и верности определенной модальности зависит возможность зарабатывать, да и быть допущенным к практике вообще. У нас же в советское время психотерапия воспринималась как единое целое. И мы добавляли к своим знаниям и технологиям новое, по крупицам достававшееся нам во времена тотального контроля и дефицита информации.

Я занимаюсь психотерапией вне зависимости от её ведомственной принадлежности и организационных принципов. Вернее, оптимальную ведомственную принадлежность и организационные модели я стремлюсь создать сам. Создавая их оптимальными способами для развития психотерапии для помощи. А помощь человеку, группе, семье, обществу в целом является важнейшей целью психотерапии. И ещё, чем бы я ни занимался – образованием, научными исследованиями, организационной работой – на первом месте всегда была и будет оставаться практическая помощь моим клиентам и пациентам. Можно сказать, что я – помогающий пси-профессионал, объединяющий в своей работе помогающие практики из психотерапии, психологического консультирования, психиатрии, клинической психологии, психиатрии – наркологии, сексологии. Я выделил помогающий аспект в этих специальностях и применяю их в практике.

Я так люблю мою профессию, что все члены моей семьи – жена и трое детей – стали психотерапевтами. И очень ярко и самобытно проявляют себя в нашей профессии.

Психотерапии важно постоянно быть на пике, на острие времени, ещё лучше – немного опережать время.

И вот наступило время когда наряду с возникновением и развитием новых модальностей складывается объединение их частей. Оно многовариантно и в будущем приведет к единой психотерапии. Только пространство психотерапии столь огромно, что здесь без искусственного интеллекта(ИИ), способного обрабатывать большие базы данных вовсе не обойтись. С одной стороны ИИ будет помощником психотерапевта, обрабатывая для нас данные, а с другой стороны – сам станет беспристрастным психотерапевтом.

Две и более модальностей. Хотя бы одна, дающая мировоззрение. И у Вас уже есть визитная карточка. Вы можете говорить: «Я занимаюсь Полимодальной психотерапией (Фамилия). Мои базовые системообразующие модальности – клиническая психотерапия и ТАВВ (Имя). Кроме того я обучался София-анализу, семейной психотерапии, НЛП, Эриксоновскому гипнозу, классическому гипнозу, гештальт-терапии, психодраме, групповой терапии (Отчество). В Полимодальной психотерапии кроме чисто профессиональных знаний и умений мы также используем и то, что умеем делать профессионально. Итак, в своей работе вы объединяете знания и умения из двух и более модальностей и уже можете считать себя полимодальным психотерапевтом.

В полимодальной психотерапии можно выделить три уровня. Три ступени пьедестала на которые Вы можете претендовать. Первый уровень – мультимодальный. Когда мы применяем все, что работает. Не объединяя элементы системы. Второй уровень интегративный – когда элементы нашей системы уже объединены между собой. Полимодальная психотерапия сейчас находится на этом уровне. И третий уровень, который предстоит достичь как модальности в целом, так и многим её сторонникам. Это системный уровень. Когда будет создана единая психотерапия. Сегодня мы находимся на ступени интегративного уровня и движемся по направлению к системному.

Занимаясь полимодальной психотерапией, мы заимствуем идеи и технологии в других модальностях и всегда сообщаем, где и что мы заимствуем. Это популяризирует модальность. Это удлинит жизнь модальностей. Ведь многие из них живут меньше, чем их создатели. Авторы модальностей продолжают функционировать, а сама модальность уже ушла в историю. Это просто честно. Конечно, возможна и криптомнезия – когда мы что-то изучаем, затем забываем, затем открываем вновь.

В нашем представлении люди не умирают. Они просто перестают стареть и продолжают жить: в виртуальном пространстве, нашей памяти, наших снах, в потомках, в результатах своих дел и т.д. Более того, все громче раздаются голоса ученых, о том, что психика – не в теле и не в мозге. И когда погибает тело, и вместе с ним мозг – психика остается. Согласно нашей гипотезе, часть психики локализована в теле и мозге, другая – за пределами нашего организма.

Основная глобальная цель полимодальной психотерапии – достижение состояния счастья человеком, семьей, группой, обществом в целом.

Для кого же предназначена полимодальная психотерапия. Она – для наших клиентов и пациентов. Как для тех, кто впервые обращается за помощью, так и тех, кто уже имеет клиентский опыт. И полимодальная психотерапия – для креативных, не останавливающихся в развитии профессионалов.

Она постоянно развивается, да и не сможет стать завершённой системой, ведь запросы клиентов и сама жизнь постоянно изменяются.

В обучении психотерапии есть два подхода: обучение у гуру и самоориентированное обучение. Важно отметить, что вузовское образование в области психотерапии и консультирования у нас после распада Советского Союза обычно является теоретическим и полимодальным. Преподаватели знакомят обучающихся с теоретическими концепциями разных модальностей. Теперь остается добавить практики по избранным модальностям, и полимодальный специалист начального мультимодального уровня готов. В этом смысле полимодальная психотерапия – по сути метод сборки.

Общим для всех модальностей является коммуникация, и в полимодальной психотерапии мы уделяем ей самое большое внимание.

А ещё мы преодолеваем огромный дефицит оптимизма, свойственный нашим клиентам и пациентам. Помогаем им жить на светлой стороне жизни.

К работе в области полимодальной психотерапии можно идти уже ставшим традиционным путем. От мономодальности к полимодальности, и затратить на этот путь годы и годы... Теперь впервые появляется возможность обучаться сразу полимодальной психотерапии, получить диплом и работать в области полимодальной психотерапии.

Остановимся на семи базовых характеристиках полимодальной психотерапии.

1. *Полимодальная психотерапия – вариант светского гуманизма, светской духовности*, представляющий собой процесс психологического упорядочения прошлого, настоящего и будущего ради достижения поставленной цели.

2. *Полимодальная психотерапия является частью современной культуры*. Это молодая область культуры, происходящая из Западной Европы и в настоящее время развивающаяся на всех континентах, в большинстве стран мира.

3. *Психотерапия занимается человеком, группой, обществом в целом*. В том числе, самой важной группой в нашей жизни – семьей. Психотерапия объявляет человека и семью главной ценностью мироздания и всеобщим эталоном.

4. *Методы (модальности) психотерапии весьма многообразны*. Их численность измеряется десятками, сотнями и даже тысячами. Постоянно предлагаются новые методы, тогда как действующие могут уходить в историю. Полимодальная психотерапия заимствует все лучшее у модальностей (методов) психотерапии

5. *Полимодальная психотерапия объясняет болезни, недостаточное или искаженное развитие, неполную самореализацию, отсутствие гармонии с собой и (или) миром в психологических и духовных понятиях*.

6. *Психотерапия осуществляет лечение и предупреждение расстройств здоровья, недоразвития или неполной самореализации, достижения гармонии с собой и миром при помощи психологических, духовных воздействий*.

7. *Психотерапевт – профессионал, получивший специальную подготовку и принадлежащий к профессиональному сообществу*. Психотерапевтическое образование состоит из теории и навыков, практики и личной терапии, познания границ собственной личности. Именно профессиональное сообщество регулирует основные аспекты профессиональной жизни психотерапевта.

У полимодальной психотерапии есть и другие характеристики. Только названные выше представляются основными. Полимодальная психотерапия является частью Системы полимодальности и защищена товарным знаком, принадлежащим ОППЛ.

Полимодальную психотерапию ждет эпоха рассвета, ведь она как бы специально предназначена для Новейшей Эпохи с её скоростями, постоянными изменениями. С её доминированием интернета в нашей жизни и потребностью в широком мышлении. С её требованием сверхадаптации.

Makarov V.V.

INTRODUCTION TO POLYMODAL PSYCHOTHERAPY