

Золотая Лестница



ЦЕНТР
ПСИХОЛОГИИ И
БИЗНЕС
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ
"ЛОГОС"

№ 05 (110)
среда 09 марта 2011 г.

Психология успеха

Дорогие наши женщины! Редакция газеты «Золотая Лестница» от всей души поздравляет вас с праздником весны, любви и нежности. Мы желаем вам счастья, света и тепла. Пусть каждый день приносит в вашу жизнь подарки и милые сюрпризы, позволяющие почувствовать себя самыми красивыми, желанными, творческими и интересными. Вы наполняете мир красотой, даете творцам вдохновение, делаете своих мужей успешными, детей счастливыми и здо-

ровыми, отцов сильными и благородными. Вы работаете наравне с мужчинами, делаете дом уютным и гостеприимным, учитесь и учите, и при этом остаетесь нежными, хрупкими и прекрасными. Вы переменчивы и непредсказуемы, и при этом верны и преданны. Вы управляете самолетами и воспитываете детей, пишете книги и устанавливаете мировые рекорды. Вы выносливы, и при этом можете растаять от теплого слова, комплимента и нежного подснежника или

ландыша, неожиданно подаренного вам просто так. Вы чувствительны и умеете понимать и принимать мужчину, когда ему трудно, и он слаб. Вы можете быть сами слабой и незащищенной, открывая в мужчине самые сильные его стороны. Вы символизируете собой ту самую Весну, которую все так долго ждали. С праздником вас!

Инна Силенок
главный редактор



С 8 марта!



Петр Силенок,
канд. психол. наук,
психотерапевт единого
Европейского реестра,
мастер - тренер NLP
международной категории,
действительный член,
преподаватель и супервизор ИПЛ.

8 марта. Головная боль для мужчин и тревожные надежды для женщин. Очень «оптимистичный и жизне-радостный» праздник. Для большинства мужчин феномен женщины, на первый взгляд так похожей на мужчину — есть тайна великая. Мужчины введены в заблуждение этим чисто внешним сходством. В этот день мужчины прилагают немалые усилия чтобы сделать что-то приятное для женщин. Но эти попытки преиму-щественно тщетны, так как упираются в тупое мужское восприятие и соответственное ему непонимание природы женщины. Разочарование неизбежно, — причём с обеих сторон.

«Чего хочет женщина, — того хочет Бог» — это высказывание для мужчины. Слишком для него сложное, чтобы его расшифровать. Как равное ему по замысловатости выражение о том, что устами младенца глаголет истина. То есть, чем парадоксальнее утверждение, тем больше в нём значительности (а там, — чем чёрт не шутит, — и правдивости). Мне же лично интересным (для понимания феномена, по поводу которого написано парадоксальное утверждение) представляется в некотором смысле обратная логика. То есть значительно более эвристичным будет утверждение типа: «женщина — это есть то, чего хочет Бог». Природу женщины оно, правда, не проясняет, но сильно повышает значимость женского начала.

Природу женщины с набегу не поймешь, если не обратиться за помощью к мудрости Востока. Индия, Китай, Япония, страны Азии и строптивый Кавказ — во многих этих странах является лик женщины мягкой, неспешной, хрупкой, ласковой и нежной — словом,

принимающей и понимающей. Этот лик воплощает в себе особенный тип отношения к миру, который называют «энергия Инь» или просто «Инь».

Согласно восточной традиции, энергия Инь является противоположной мужской энергии — «Ян». Мужская энергия — сила напора, целеустремленности, внешней активности. Удачными аналогами женского и мужского являются традиционные символы сперматозоида и яйцеклетки. И, надо полагать, именно эти символы и характеризуют в полной мере суть мужской и женской энергии.

Итак, природа женщины выражается в её собственно женской энергии, в энергии Инь. Именно суть, то есть главная отличительная особенность любой

женщины как раз в энергии Инь и заключается, несмотря на то, что многие женщины ведут себя по-мужски. От того, что женщины современного общества активны в бизнесе, проходят воинскую службу (как это обязательно, скажем в Израиле и некоторых других государствах), играют в мужские игры и занимаются традиционно мужскими видами спорта, они не становятся мужчинами по сути. Как раз мужские занятия, мужской образ жизни и маскулинность внешнего облика женщины способны ввести мужчину в заблуждение. Заблуждение состоит в том, что мужчина начинает в такой активной женщине видеть «своего парня», то есть тоже мужчину.

«Карта», как известно, — «не территория». Мужская карта естественным образом содержит в себя ам-

биции выигрыша практически во всех ситуациях. Мужчина должен быть победителем. Имманентные тенденции «быть первым», «быть лучшим», «быть успешным» опираются на стратегии выигрыша, борьбы, с тем, чтобы «сломать сопротивление», «обойти на повороте», «добить и добиться результата» и т.п. С позиции мужской карты женщина в статусе «своего парня» должна иметь точно такое же внутреннее психологическое устройство, как и у него самого. Однако, это принципиально не так. Принципиальное отличие мужской карты от женской превращает взаимоотношения между мужчиной и женщиной в источник перманентного напряжения и стресса.

Никакая женщина, даже самая маскулинная, никогда не была и быть не может «Своим парнем» для мужчины. Карта женщины буквально противоположна карте мужчины. Основные интенции карты женщины выражаются в изначальном стремлении к стабильности, уравновешенности, сбалансированности,

продолжение на 4 стр.

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:



ТЕАТР
АРХЕТИПОВ:

Роли, которые нас выбирают

Чем более развито и дифференцировано наше индивидуальное сознание, наше «я», тем легче выбираем мы роли, которые хотим играть, и тем успешнее и естественнее мы в этих ролях себя чувствуем. **стр.2**



Современная женщина — кто она?

Вспомним старые идеи о месте женщины в обществе и женской психике и психологии, особенно интересен психоанализ, который активно вошел в культуру 20 века. **стр.3**



Кинезиология против чувства обиды

Обида это чувство, которое возникает у человека тогда, когда, как он считает, к нему относятся не справедливо. Обида — это глубоко подавленный гнев. **стр.4**

ТЕСТ

Тест
«Женственность»

Благодаря каким вашим качествам вы так нравитесь мужчинам?

стр.5

ВНИМАНИЕ!

ГАЗЕТА
«ЗОЛОТАЯ ЛЕСТНИЦА»
объявляет подписку
на 2-ой квартал 2011г.
начиная с апреля месяца
стоимость - 54руб.30коп.
Подписная цена на месяц - 18руб.10коп.
Подписной индекс: 52156
Справки по телефонам:
(861) 253-23-96
(988) 247-33-46



Инне
Казимировне
Силенок —
творцу и дарите-
лю названия, которое
меня вдохновляет
С уважением и
благодарностью.
Рожденная в День Театра

ПРОЛОГ

Театр — с момента своего формирования в глубокой древности — стал одной из наиболее емких метафор человеческой жизни во всем необозримом разнообразии ее мизансцен и типичности базовых сюжетов. Наиболее тонко чувствующие биие жизни люди — поэты, неоднократно прибегали в своем творчестве к этой метафоре:

Весь мир — театр. И все мы в нем — актеры.
У. Шекспир.

О ловкий драматург, судьба, кричу я «браво»
Той сцене выигрышной, где насмерть сам сражен.
Как все подстроено правдиво и лукаво.
Конец негданный, а неизбежен он.
В. Брюсов

Все мы, святые и воры,
Из алтаря и острога.
Все мы — смешные актеры
В театре Господа Бога.
Н. Гумилев

Маленький, забытый всеми театр...
Свет керосиновых ламп.
И вот вновь в небе поют голоса
Тех, кого я любил и ждал...
К. Кинчев

И, самое, пожалуй, яркое и пронзительное — пастернаковский «Гамлет»

Гул затих. Я вышел на подмостки.
Прислонясь к дверному косяку,
Я ловлю в далеком отголоске,
Что случится на моем веку.

На меня наставлен сумрак ночи
Тысячью биноклей на оси.
Если только можно, Ава Отче,
Чашу эту мимо пронеси.

Я люблю твой замысел упрямый
И играть согласен эту роль.
Но сейчас идет друная драма,
И на этот раз меня уволь.

Но продуман распорядок действий,
И неотвратим конец пути.
Я один, все тонет в фарисействе.
Жизнь прожить — не поле перейти.

За свою жизнь мы успеваем сыграть множество ролей в спектакле божественно гениального, бездонно щедрого и безгранично жестокого драматурга — Судьбы. Каждый из нас с рождения в определенное для нас время принадлежит своей семье, роду, стране с их неповторимой историей, победами и поражениями, славой и позором, любовью и ненавистью, яркими моментами гордого торжества и начиненными душевной болью тайнами, спящими беспокойным сном во мраке забвения. Каждый из нас — родом из этих историй. И роли, которые мы играем в жизни, несут на себе их глубокий отпечаток.

Чем более развито и дифференцировано наше индивидуальное сознание, наше «я», тем легче выбираем мы роли, которые хотим играть, и тем успешнее и естественнее мы в этих ролях себя чувствуем. Тем лучших результатов достигаем. И тем не менее, каждый из нас, каким бы уравновешенным и «проработанным» ни был, сталкивается с ситуациями, которые, резонируя с чем-то очень глубоким внутри нас, навязывают нам совершенно другие роли.

Например, со мной поступили грубо и несправедливо на мой взгляд. И я впадаю в ярость, крушу все и вся вокруг себя, а потом утихаю немножко, но далее моя жизнь посвящается великой цели — отомстить. Или, наоборот, я сжимаюсь в комок от острой душевной боли, и в голове моей крутятся безостановочно сверлящим и слезоточивым волчком безвыходный вопрос: «За что!?!» И все это я проделываю вместо того, чтобы спокойно обдумать ситуацию и предпринять реальные шаги для достижения собственных целей. И тем не менее, я не могу почему-то так сделать. Выбрать роль зрелого спокойного и результативного профессионала, например. Что-то заставляет меня играть роли Отчаянного Мстителя или Несчастного

Изгоя. По сути, такие роли, которые выбирают нас, не особенно интересуясь нашим мнением по этому поводу, можно назвать архетипическими.

Глубинная психология, основанная Юнгом, полагает основным фактором, определяющим судьбы людей, и, соответственно, роли, которые им доста-

ТЕАТР АРХЕТИПОВ: Роли, которые нас выбирают

ются, не их индивидуальные сознания. А в первую очередь — коллективную психику систем, которым принадлежит человек — семьи, рода, народа, государства. И, соответственно, архетипы, в ней доминирующие. Считается, что индивидуальное сознание человека происходит из коллективного, им направляется и им подпитывается. И может отделиться от коллективного лишь при благоприятных условиях и ценой серьезных усилий. Эрих Нойманн, ученик и продолжатель дела Юнга, в своей работе «Происхождение и развитие сознания» писал: «Хотя и обладая, вероятно, более высоко развитым сознанием, чем когда-либо ранее, современные индивиду... до сих пор глубоко внедрены в структуру своей группы и ее бессознательных законов». Этими законами и предопределяется, в каком жанре играем мы свои жизненные пьесы. И какие роли для нас в них предназначены. Кто-то проживает свою жизнь как античную трагедию, кто-то — как мелодраму, кто-то — как изящную салонную пьесу, а кто-то — как разудалую буффонаду, мрачный интеллектуальный детектив или патетическую производственную драму.

Таким образом, архетип — это образ и роль, в которую мы попадаем под влиянием ситуации, — бессознательно, повинуюсь глубинным законам коллективной психики той системы, к которой принадлежим. И ведем себя как автоматы, запрограммированные на стрельбу в цель, которую не можем как следует увидеть, поскольку она не в «здесь и сейчас», а в необъятной бессознательной памяти, к которой мы в этот момент оказываемся «подключены». И часто такие «выстрелы» — рикошетом в себя. На мой взгляд, именно здесь, в этой самой точке бифуркации осознанного и неосознанного ролевых выборов и лежит зона компетенции и основная задача психотерапии, коучинга, тренинга. Для терапии и тренинга — помочь человеку осознанно отследить момент, когда им овладевает архетипическая, надличностная роль, когда поведение из осознанного становится штампованным, управляемым рефлексом стрессового реагирования. Отследить, узнать предельно коллективным бессознательным привычную роль-маску — и столь же осознанно применить определенные приемы и техники для изменения своего состояния. То есть — научиться осознанно отделять содержимое собственного психики от коллективного, архетипического содержания. И при этом — не потерять связи с ним, поскольку в нем очень много творческой энергии и душевной силы, которая, при уважительном и осторожном с ней обращении, продолжает питать нас и в осознанно выбираемых ролях. На этой базе становится выполнимой и перспективной задача коучинга — оптимизировать выбор желаемых ролей исходя из интересов, например, конкретного жизненного проекта, реализуемого клиентом в данный период своей жизни.

Собственно, для достижения этих целей разработана и плодотворно применяется в указанных направлениях моя методика краткосрочной системной терапии, коучинга и ролевого тренинга. С 2005 года она развивалась под названием «Архетипический анализатор», а осенью 2010 года Инна Казимировна Силенок подарила мне новое название — «Театр архетипов», и тем самым вдохновила меня и воодушевила к новому осмыслению того, что было сделано, продумано, пережито в этом аспекте. Я глубоко благодарна Инне Казимировне за этот бесценный дар, название, которое еще точнее и объемнее отражает то, что происходит при работе с этой методикой.

Так что же мы будем в себе распознавать, от чего отделяться, и к чему стремиться? Каковы они, эти архетипические роли?

Основатель глубинной психологии

Карл Густав Юнг писал, что архетипов столько, сколько типичных жизненных ситуаций. В своей модели мы выделяем пять, — Принц, Воин, Король, Маг и Шут. По сути, это базовые способы взаимодействия индивидуума и окружающего его социума. Эти роли настолько древние, что, наблюдая, например, за

стадными животными, мы можем легко проследить их проявления. Архетипы известны своей способностью объединять противоположности. Соответственно — верность заветам предков/стремление к развитию, наступление/оборона, власть/смирение, интеллектуальный анализ/системная интуиция и приспособление/провокация. И всему этому есть место в нашей жизни. Роли безличны. А люди вкладывают в них свои живые души, свои неповторимые индивидуальности.

И когда это происходит, человек начинает понимать, чувствовать, где его личное, а где — архетипическое, с чем хорошо бы сохранить связь, а с чем — безвозвратно разделиться. В какой роли комфортно, а в какой — нет, где и как для решения важных жизненных задач выбирается неподходящая роль, и как выбрать оптимальную. Таким образом, с помощью этой методики можно найти решение любой, даже самой сложной, жизненной проблемы в балансе, содружестве, взаимодействии пяти базовых ролей — архетипов — и соответствующим им ипостасей человеческой души: Принц, Воин, Король, Маг и Шут.

При этом особенно важно отметить, что при разработке и применении методики мы следуем завету Юнга о том, что наша задача — не навешивать ярлыки, а помогать извлекать закономерности «из хаоса эмпирических данных», сформировать пространство, в котором личный опыт человека может быть структурирован наиболее компактно, понятно, и наиболее удобно для использования. Таким образом, методика призвана не разделять людей по типам, а сформировать «меню возможностей» конкретного человека. Или, вернее, систему координат, позволяющую ему четко видеть и оперативно изменять направление сил и внимания в значимых ситуациях.

Методика служит для разрешения внутренних конфликтов и трудностей в отношениях, для наработки социальной успешности путем ролевого тренинга в специально организованном пространстве.

При ее разработке мы исходили из убеждения, что успехи в деловой сфере (карьерный рост, построение бизнеса) не должны оплачиваться ухудшением здоровья и разрывом личных отношений.

А теперь вспомните, как часто мы проигрываем в жизненной борьбе лишь от того, что не можем вовремя переключиться на нужную волну, проявить гибкость, разрядить обстановку шуткой или взять ситуацию под жесткий контроль. Частая причина — застарелые стереотипы, штампы мышления и поведения. Они сковывают, как заржавевшие рыцарские латы, и мешают действовать точно и эффективно. Каков же выход? Вернее — вход. В Театр собственной души.

ДИЗАЙН СЦЕНЫ И ПАРАД РОЛЕЙ

Работая с «Театром...», в четырех углах кабинета (сцены) располагают Дома Принца, Воина, Мага, Короля. Дом Шута — в центре. При этом клиенту сообщаются типичные для каждой роли модели поведения. Чтобы в эти рамки он мог поместить, бережно осознать и, если нужно, скорректировать собственные убеждения и действия. Архетипы помогают сделать это легко и естественно, поскольку имеют свойство объединять в одном смысловом поле — Доме — все виды противоположностей — позитив и негатив, силу и слабость, сакральное и профанное, а также мужское и женское начала.

Принц — наследник ценностей и продолжатель традиций своей семьи, рода, страны. И — искатель новизны. Его задача в развитии души — наработка эмоций и впечатлений для постройки внутреннего образа мира. Отказ от ценностей предков превращает его в безродного Бродягу, а жесткая привязанность — в зависимого Маменькиного сынка. Самое болезненное чувство — обида.

Дело Воина — достижение четкого пос-



тавленной цели. Реализация: экспансия, защита, производство. Ценности — эффективные навыки и технологии. Основная задача — обуздать собственную агрессивность. Воин всегда на границе: перед ним — цель, позади — ценность, которую он защищает. Фиксируясь лишь на цели, он может стать Убийцей, исключительно на ценности — «пушечным мясом» в чужой войне. Самое болезненное для него — несправедливость..

Король — создатель и хранитель системы, гарант ее стабильности и развития. Семья ли это, бизнес или государство. Он устанавливает ее границы и правила, распределяет ресурсы. Задача — объединять других, создавая условия для жизни. Ценности — зрелая любовь, ответственность, забота о развитии. Слабость — в чрезмерном отождествлении себя с системой и забвении законов более высокого уровня, ограничивающих его власть и, одновременно, делающих ее возможной. Если это происходит, расплата в виде отставки с должности или развода в семье может стать фатальной. Самое страшное для Короля — предательство. А ролевые противоположности — Марионетка и Диктатор.

Дом Мага — место уединенного созерцания. Маг хранит знания о прошлом, анализирует настоящее и моделирует будущее. Озарения открывают перед ним базовые законы жизни и перспективы системы, в которой он живет. В этой роли человек эмоционально отстранен от происходящего вокруг. Не понятый окружением, может стать изгоем. Или злодеем, если использует свое интеллектуальное превосходство для мести. Отвращение, тревога и зависть, искажающие интуитивное видение — самые неприятные эмоции здесь.

Шут — регулятор психического напряжения. Не боясь «потерять лицо», выставляет в смешном свете себя и других; намеренно попадает в нелепые ситуации, плутует или провоцирует острым словом. Как и другие архетипы, он также двойствен, и можно увидеть его Белую и Черную ипостаси. Белый — служит человеку и обществу, Черный — на нем паразитирует, провоцируя склоки и пустую суету. Главная опасность для человека под действием Шута — переиграть самого себя, и остаться в жизни этаким Флюгером — без собственной позиции и, в общем, без судьбы.

Итак, в театре архетипов клиент исследует свою проблему из разных Домов, с разных точек зрения. И учится тонко регулировать очередность и точность включения в различные роли. Осознанно опираясь на свои силы и компенсируя слабости. И тогда его Воин отважно защищает Принца, Король ставит перед Воином реальные достижимые цели, вовремя отличает его и награждает, Маг раскрывает перед Королем перспективы и предупреждает об опасности. Шут не дает Принцу скучать, Воину тупо упираться в свои цели, Королю — закоснеть в мнимом всемогуществе, Магу — отлететь от реальности.

Так, играя на сцене собственной души, человек решает серьезные жизненные задачи, как профессиональные, так и личные, на четырех уровнях — ощущений, эмоций, мыслей и — реальных действий. Продолжение в следующем номере газеты.

Ирина Алексеевна Чеглова,
к.м.н., доцент,
вице-президент
Профессиональной
психотерапевтической
лиги РФ
г. Москва

Чтобы разобраться в том, кто она — современная женщина, займемся психологией. Достойно удивления тот факт, что большинство психологических теорий личности в действительности являются теориями мужской личности. В основе их лежат патриархальные, фаллоцентрические взгляды, и их влияние на личность женщины разрушительно.

Любая теория отображает время, культуру и представления о мире, которые её породили. Старые концепции сменяются новыми. Закончился 20 век, ознаменовавшийся массовыми социальными движениями за женские права, которые в свою очередь оказали влияние на женскую психологию. Произошёл пересмотр теорий личности, и сейчас возникают новые идеи. Вспомним старые идеи о месте женщины в обществе и женской психике и психологии, особенно интересен психоанализ, который активно вошел в культуру 20 века.

сила, решительность, активность. Если этого не происходит, если женщина не принимает бессознательную мужскую сторону своей личности, то она продолжает проецировать её на различных людей в своей жизни.

Альфред Адлер сделал, весьма, радикальный вывод, что психологическое различие между полами является целиком результатом культурных установок. Эти культурные установки относительно различий между мужчиной и женщиной наиболее глубоко влияют на развитие человека в детстве. «Девочка приходит в мир со звучащими в её ушах предрассудками, предназначенными для её порабощения и искажения её веры в собственную ценность, уничтожения уверенности в себе, разрушения её надежд. Очевидные преимущества мужчин в нашем обществе создают значительные искажения в психическом развитии женщины».

При рассмотрении более поздних пси-

волна протеста женщин, которые организовались в феминистические движения в Американском обществе в 60-е годы, в Европе в 70-е. Во главе движений женщины учёные, психологи, социологи, антропологи. Психоаналитики Карен Хорни, Хелен Дойч подвергли критике теоретические основы психоанализа — идею зависти женщин к мужскому половому члену и комплекс кастрации. Для зрелой здоровой женщины речь скорее может идти о зависти женщин к доминирующему социальному статусу мужчин и переживании своего собственного подчиненного положения, что естественно не может не вызывать стрессов. Зависть к более широкому выбору возможностей самореализации, одобряемых и поощряемых обществом, когда речь идёт о мужчинах.

Антрополог Маргарет Мид обнаружила, что принятый в «цивилизованном обществе» тип взаимоотношений меж-

Согласно последним веяниям женской «литературы» можно ещё между кастрюлями заниматься частным сыском и расследованием преступлений. Но кастрюли всё равно святое!

Всё это уже было на фабрике банальных сценариев и не является ничем новым для женщин и для мужчин! Конечно, оппоненты могут заявить, что раз так долго живут в веках эти взгляды и разделение ролей, то они и являются истинно верными! Однако, где же прогресс? Наш десятилетний опыт работы с женскими психотерапевтическими группами показал, что всё многообразие взглядов на женские проблемы, все попытки осмысления их и решения можно свести к нескольким базисным положениям:

- Безусловное принятие ценности личности женщины;
- Реализация права на развитие этой личности и творчество;
- Признание и уважение;
- Свобода и автономия

Современная женщина — кто она?*

В большинстве обществ женщина сталкивалась с доминированием мужчин в течение тысячи лет, психологические последствия такого доминирования огромны. И здесь мы должны быть благодарны Фрейдю за открытое утверждение относительно неполноценности женщины и её более низкого положения, поскольку во многих отношениях это является первым ясным описанием того, откуда должна начаться переоценка женской психологии.

«Анатомия — это судьба» — утверждал Фрейд. Именно различия в строении тела мужчин и женщин формируют две особенности в развитии женской психологии: комплекс кастрации и зависть к мужскому половому члену. Эти комплексы определили, по мнению Фрейда, три возможные линии развития женской психологии: одна ведёт к подавлению сексуальных импульсов, а следовательно к неврозам; вторая — к модификации характера под мужские образцы, для которых характерно мужеподобное стремление к творческой деятельности, сильные социальные интересы, активность; третья — к нормальной женственности, под которой Фрейд понимал стремление к реализации желания обладать тем, что составляет предмет женской зависти посредством замужества и рождения сына. Результатом нормального развития женской психики и естественными компонентами здоровой женственности являются, по Фрейдю, пассивность, отсутствие чувства справедливости, предположенность к зависти, слабые социальные интересы, неспособность к сублимации (т.е. к творческой деятельности).

Итак, зависть к мужчине организует женскую психику так, что возможны три пути развития: истерия, мужеподобие и нормальная женственность, которая очень сильно отличается от нормального общечеловеческого типа личности.

Надо заметить, что Фрейд строил свою концепцию на основе клинического материала, врачебной практики, и его пациентами были женщины среднего класса, действительно испытывающие психологические стрессы вследствие несправедливого, угнетённого положения в семье. Фрейд полностью разделял традиционные предрассудки своего времени (19 век) относительно женщины и её роли и места. В поздних работах Фрейд утверждал, что в действительности никогда не понимал женской психологии. Но, и эти слова великого аналитика воспринимались обществом, как негатив в пользу непредрассудочной и алогичной женской психологии.

Карл Юнг, яркий представитель психодинамической школы, отмечает: «Знающие люди соглашались с тем, что мужчины ничего не понимают в психологии женщины, какова она реально, но поразительно насколько женщины не знают сами себя». Согласно Юнгу мужская душа отлична от женской. На сознательном уровне это отличие между мужской персоной и женской, основанное на культурных нормах и ролевых различиях. На бессознательном уровне это отличие архетипов: анимы для мужчины и анимуса для женщины. Пассивная, неагрессивная, восприимчивая женская персона и рациональный, активный анимус. Для женщины процесс психологического развития связан с диалогом между персоной и анимусом и интеграцией между ними.

Чем больше женщина обращается к бессознательному, к анимусу — своей мужской части, тем больше в женщине начинают развиваться качества, которые считаются мужскими: независимость,



хологических концепций личности; таких как транзактный анализ, гештальт-терапия, психодрама — мы обнаружили, что они универсальны для мужчин и женщин.

Итак, психоанализ дал псевдонаучное обоснование неполноценности женщины и вышел далеко за пределы только психотерапии. В 20 веке, особенно, первой половины он становится всеобъемлющей идеологией простирающейся на сферы искусства, литературы и массовой культуры. На психоанализ опираются в своих обоснованиях философы, социологи. Теория структурно — функционального анализа Толкотта Парсонса имеет в основе своей жесткое разделение ролей между мужчиной и женщиной. Женские роли определены главным образом её биологической природой — способностью к деторождению. Итак, главным для женщины является «статус жены, своего мужа, матери его детей (лучше сыновей), домохозяйки». Первичная сфера деятельности мужчины — работа, а функция в семье — быть кормильцем». Профессиональная деятельность мужчины предопределяет его главенствующую роль в семье, а домашний труд женщины, названный псевдозанятием, — её подчинённую роль.

Теория Парсонса легла в основу социальной идеологии западного мира. Женщины Европы и Америки кинулись в семью, как в омут, ограничиваясь уютным миром собственного дома, ролями матери, жены, домохозяйки. Культ женственности это — любящая жена в кругу детей в собственном загородном доме на лужайке угощает обедом друзей и родных. Это красивая рекламная картинка. На деле быть женственной — это быть пассивной, зависимой финансово и психологически, нерешительной, подчиняемой, необразованной, незрелой, неполноценной. Безграничный мир съёживается до узкого мирка уюта и комфорта. Смысл жизни молодой девушки сводился к охоте за обручальным кольцом, так как получив мужа, она подтверждает свою женственность, а родив ребёнка — своё предназначение на этой земле. Сейчас в России многие девушки с банальными сценариями Золушек стремятся повторить прошлый опыт зарубежных подруг. Однако происходили да и происходят удивительные вещи, а именно превращение нежной домохозяйки во властную, вечно недовольную мегеру.

Цивилизованный мир захлестывает

ду мужчинами и женщинами не является единственным и универсальным. «Многие личные качества, которые мы обозначаем как феминные или маскулинные, так же слабо связаны с полом как одежда, манеры, причёска, так как являются внешними признаками, которые общество в тот или иной момент соотносит с определённым полом. Следует отказаться от вечных попыток заставлять мальчиков драться, а девочек проявлять послушание, или провоцировать к драке всех подряд. Ни один ребёнок не должен принуждаться к следованию какой-либо модели поведения, необходимо существование множества моделей, и каждый индивид должен иметь возможность выбрать для себя ту из них, которая более всего отвечает его наклонностям».

А, что же всё это время было в России? Влияния психоанализа не было, так как были свои методы и идеологии. 70 лет декларировалось равноправие полов, однако, как всегда фасад был прогрессивным, а механизм реализации репрессивным. В начале советского периода женщина была беспомысленным товарищем. С середины 20-го века культивировался образ супер — женщины: общественницы, передовика производства, спортсменки, комсомолки, красавицы. При этом матери героини, образцовый домохозяйки и воспитателя подрастающего поколения строителей коммунизма. Великий писатель М.М. Жванецкий писал: «Советская женщина — главное наше достояние!». Мужчины свято верили в этот миф о русской женщине умной, красивой, терпеливой и не притязательной. «На трамвае прокатил — твоя!» (Жванецкий М.). Мы сами верили и гордились этим.

Современный вариант супер — женщины — это российская бизнес вумен. Она — обычно, второй человек в компании, занимается персоналом, рекламой или продажами. Одинокая, с ребёнком (и няней) или без ребёнка. Зачастую образованнее, чем руководитель. В возрасте от 30 до 40 лет. На ней держится компания, начальница (братец Иванушка) ей доверяет, что позволяет ему исчезать периодически «подлечиться». Трудоголик, ответственная и выносливая. Однако, в редкие минуты загибья, когда не надо никого спасать, мечтает о семье и муже. Ждёт принца и волшебного превращения из «Аленушки» в Королеву. Она верит в миф о том, что тяжёлым трудом можно заработать счастье и трудится не жалея себя. Мир для неё сжимается до размера офиса. Она запрещает себе расслабляться. Изредка может позволить депрессию, и то на пару часов.

Выполнить все условия мифа не возможно. Миф — физическая и психологическая ловушка. Кто в неё попал, становится объектом манипуляций и загоняет себя ещё больше.

Однако русских бизнес вумен можно по пальцам перечесть. Остальные женщины не обременены столь героическими сценариями и выбирают простые, обычные. Что же здесь? Полная свобода? Выбирай, что хочешь? — На деле не очень то разбежишься. На фабрике банальных сценариев в дело пошли старые заготовки «на новый лад». Для «Золушек» идет мощная пропаганда бытового комфорта, пиццы, косметики. Бульварная пресса, женские сериалы и телевизионные сериалы о роковой любви. Современные варианты Золушек — сиди, жди и всё придёт, судьба улыбнётся тебе, главное — терпеливо ждать и трудиться. Для воинствующих «Артемид», Спасительниц — бери оружие, качай мышцы в спортивных клубах и иди искать принца, вызволяя его из беды. Появился смешанный вариант.

Развитию личности сопутствуют не только удовлетворение и радость, но и трудности переживания. Каждый шаг вперед — это путь в неведомое, сопряженное с опасностями. Продвигаясь вперед, вы вынуждены отказаться от чего-то привычного, приятного, удобного. Вам приходится отказываться от более легкой и беззаботной жизни ради более самостоятельной и трудной. Всякое развитие связано с потерями и требует мужества. Что удерживает женщину от выбора своей дороги? Ведь в широкой колее социальных стереотипов легко и привычно, здесь всегда поддержат и похвалят. Удерживает сила инерции, страх перед новизной, память о женских стереотипах. Святое — Что скажут люди!.. Ведь я не молодая (маленькая, рыжая, толстая), надо было раньше. Страх лишиться привычной, удобной зависимости от мужчин, которая даёт много выгод психологических, социальных (не принимать решений, перенести ответственность, обвинить его во всех неудачах, быть защищённой от жизни его спиной и стенами собственного дома или офиса). Те женщины, которые сумели развить свои способности и нашли свою цель в жизни, не только испытали чувство полноценности существования, но и почувствовали необъяснимую новизну в отношениях к мужу, детям и работе.

Это новый образ женщины. Женщина — удачница, успешная, уверенная в себе, лишенная комплекса ограничения личной свободы и ущемления её женских прав. Успешное поведение строится на базисном чувстве уверенности в себе и отношении к другим как к равноценным партнерам (будь то муж, дети любого возраста, свекровь, начальник, коллеги по работе). Успешная женщина обладает личной силой и не боится разделить её с другими, оказать помощь, заставить поверить в себя. Она делает для себя самостоятельный выбор и не только не подавляет, но и поддерживает других в принятии самостоятельных решений. Эта стратегия и во взаимоотношениях внутри семьи, в воспитании детей.

Для этой женщины характерно чувство уважения к себе и другим. Она стремится преодолеть трудности прямым путём, а не путём психологических игр, манипуляций и обмана. Она способна на жертву (даже во имя очага), но это её свободное решение, она имеет стойкие убеждения. Для успешного человека характерны такие черты, как спонтанность, естественность, честность, уважение чувств и прав других людей. Остроумие и юмор — необходимые качества уверенного человека. У такой женщины большой потенциал любви и интимности, её любовь щедрa и открыта.

«Поиски женщинами своего «Я» только начинаются. Но приближается время, когда голоса сторонников мифа о женском предназначении уже не смогут заглушить внутренний голос женщин, зовущий к развитию и совершенству. И это будет ещё одна ступень в эволюции человечества» (Бетти Фридан).

Макаров Виктор Викторович
д.м.н., профессор, действительный член и президент ППП РФ, Председатель Совета по психотерапии и консультированию РФ,

Макарова Галина Анатольевна
к.п.н., психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, действительный член ППП. (г. Москва)

*Отрывок из книги «Новая женщина играющая и выигрывающая».



Обида это чувство, которое возникает у человека тогда, когда, как он считает, к нему относятся не справедливо. Оно возникает в ответ на причиненное огорчение, оскорбление, насмешку, причиненную боль. Обида — это глубоко подавленный гнев.

жизни. Обида, как способ изменить к себе отношение окружающих неприемлемый способ. Эта эмоция несет в себе скрытое пожелание неприятностей тому человеку, который причинил эту обиду. Часто эта агрессия, направленная на другого человека, разворачивается против самого себя и превращается в программу саморазрушения. Обида (перевод около беды).

На прием обратилась женщина с ал-

изменится отношение к вам окружающих. Любить себя — значит избавиться от любой формы агрессии в свой адрес, т.е. избавиться от чувства вины, обиды, жалости, страха. Один древний Философ говорил: «Когда я был молодым и глупым, я хотел изменить мир. Став старше и мудрее, я понял, что нужно изменить себя и тогда изменится весь мир»

Освободиться от ловушки прошлого и открыться возможностям и радости

Кинезиология против чувства обиды



лергией. Аллергия на пыль. Следуя алгоритму коррекции, мы рассеивали стресс, и работали в настоящем времени. Эмоция, вызывающая аллергию — накопленная обида, она чувствовала ее всегда, везде и во всем. С помощью теста мы определили возраст причины, 5 лет. Именно тогда впервые она испытала чувство обиды, гнева, боли. Ситуация была следующая: Мама девочку уехала в город, а ребенка оставила в деревне с бабушкой. Бабушка внучку не любила, она ей мешала, к тому же бабушка любила выпить. Когда мама приехала в деревню проведать девочку, она стала просить забрать ее с собой. Вечером было застолье, и мама сказала дочери: «Танцуй для нас. Будешь хорошо танцевать возьму тебя в город» Ребенок начал танцевать, она очень долго танцевала, пока не упала без сил на пол. Кругом, было, много пыли, глотая слезы от обиды, девочка сделала глубокий вдох... С тех пор чувство обиды, на подсознательном уровне, преследовало ее все жизнь, а если она чувствовала запах пыли, начиналась аллергия. Коррекция прошла успешно, с чувством обиды на маму женщина справилась.

Если к вам плохо относятся, попробуйте заглянуть внутрь себя. Внешнее всегда отражает внутреннее. Как вы к себе относитесь — так относятся и к вам. Измените, свое отношение к себе,

настоящего — кто из нас не мечтал об этом? Для того чтобы действия человека стали созидательными, должен быть расширен его поведенческий потенциал. В частности восстановлена возможность осознания себя, своих потребностей, взять ответственность за все свои действия, чувства, эмоции.

Осознание может существовать только в настоящем: контакт, опыт и изменения происходят в данное время, здесь и сейчас. Прошлое тогда становится просто жизненным опытом, из памяти уходят страх, обида, гнев, которые сковывали нас. Это не значит, что мы не помним, что с нами было, просто негативные эмоции отступили. Человек вновь готов к реализации своих жизненных планов.

Начните любить себя. Принимайте себя таким, каким вы являетесь на самом деле.

Когда человек любит себя, то он создает вокруг себя пространство, которое меняет все окружающее. И тогда вместо негативных подкатегорий и обиды с вами будут только положительные эмоции

- увлеченный — расположенный к...
- необходимый — радушно принятый;
- имеющий способности — высоко ценимый;
- незаменимый — участливый.

(Сравните с негативными подкатегориями в самом начале статьи.)

И так вместо обиды — Интерес и уверенность в том, что у вас все получится.

Зинаида Зозуля
действительный член ППЛ
психолог-кинезиолог
г.Анапа

В кинезиологии, в Барометре поведения чувство обиды находится на сознательном уровне. Оно сопровождается такими характеристиками как:

- страдающий — стесняющийся;
- раненый — использованный;
- неоцененный — отвергаемый;
- онемевший — оскорбленный.

Чувство обиды переживал каждый человек. Сколько раз вы говорили себе, обижаясь на кого — либо, или на что-либо: «Они больше не услышат от меня ничего. Я предпочитаю промолчать. Я чувствую, что они наступили на мою душу и сделали из меня дурака. Почему я разрешил так поступить с собой. Сначала они заставили меня свести себя к нулю и теперь игнорируют меня. Я устал играть в вашу игру. Я держу свой рот на замке».

К сожалению, чувство обиды, как и другие негативные эмоции, о которых мы говорили ранее: гнев, страх, вина, наносит непоправимый урон в вашей

продолжение, начало на 1 стр.

покое. Природа женщины в большей степени связана с «внутренней кинестетикой», нежели с внешней активностью (как у мужчин). Но и внешняя поведенческая активность женщин по большому счету также отлична от мужской: движения плавные, мягкие, направленные не на «овладение ситуацией», а на «принятие», «понимание» (можно условно говорить при этом о смыслах «завлечения» и даже «обольщения» ...).

Внутренняя же кинестетика — преобладание переживания над действием, мечтания над выполнением. Эмоции женщины также являются «иньскими» — любовь, грусть, тревога (как форма заботы о близком человеке). Иньские эмоции более скрыты, менее проявлены в поведении и менее поэтому определены. Палитра иньских переживаний настолько превосходит янские формы по замысловатости, нумизматичности, дифференцированности и вариативности, что мужчинам и не снилось даже понять, что чувствуют их подруги. «У казака — как известно — только две эмоции: чувство лёгкой досады и глубокого удовлетворения!»

Я смею утверждать, что в нашу постмодернистскую эпоху, когда рушатся привычные ценности, и у многих, прежде всего молодых людей отмечается небывалый «кризис идентичности», когда иллюзия «всё доступно» (из-за интернета, рыночного многообразия предложений не только товаров, но прежде всего услуг развлечения) стирает границы пони-

Про женский праздник

мания того «что дозволено», происходит переориентация людей с янских форм на иньские формы. То есть современное общество становится более женским, что ли. Интуитивно-образные формы восприятия и мышления, ранее характерные только для истинно женской природы, теперь используются творческими мужчинами для реализации своих янских амбиций и успеха в профессии.

Женщинам в современном обществе также несладко. Полагаю, что для сохранения своей иньской природы, они вынуждены структурировать пространство своего «Я» именно янскими методами. То есть в эпоху тотальной общественной феминизации женщина стремится организовывать границы своего я собственно мужским образом, чтобы сохранить свою иньскую природу!

Особенно это заметно у современных молодых людей. И вряд ли это безболезненные тенденции. Всё смешивается на логическом уровне «поведение»: мужчины ведут себя по-женски, а женщины отстаивают себя по-мужски. Способы изменились и перемешались в мужском и женском поведении. Скорее всего через несколько поколений произойдёт ещё большее нивелирование внешних проявлений мужского и женского. Только опять же, эти внешние изменения вслед социальным императивам не должны вводить в заблуждение. Природа женщин и мужчин не изменилась.

Дорогие наши женщины! Мужчинам стало сложнее вас понимать. Да и понимание — не есть функция мужского. Будьте более открытыми в иньских формах для нас, мужчин. Тогда — всё в порядке, тогда обнаруживается смысл быть настоящим мужчиной, который активен, смел и настойчив, — как раз то, что вам больше всего нужно.

ВНИМАНИЕ!

Аккредитованные и сертифицированные консультанты ППЛ окажут бесплатную психологическую помощь в общественной приемной Исполнительного комитета Краснодарского местного отделения Всероссийской политической партии «Единая Россия»

Прием ведут:

Силенок Инна Казимировна - психолог, член Совета по психотерапии и консультированию РФ, председатель Совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и Республики Адыгея, действительный член ППЛ.

Степанова Ольга Юрьевна - психолог, консультативный член ППЛ. Предварительная запись обязательна
Обращаться по тел: 253-94-42, 251-72-00.
г. Краснодар, ул. Красноармейская, 53



СТИХИ

Олег Колмычок

Лямочка

Теперь смеяться мне ли, плакать, Или чего-нибудь ещё?..
Опять с плеча спадает лямка,
И розовеешь ты со щёк;

Неторопливо и мгновенно,
Как под ключицу поцелуй,
Из кашемирового плена
Медвяной кожи льётся лунь;

И в горле вдруг пересыхает,
И молоточки по вискам,
И учащённое дыхание
Унять не в силах я никак.

Сползает лямка-искушение
Эдемской чёрною змеей;
Как я хочу губами - к шее,
Как я тобой с ума сведён!

Ах, жадно жгу тебя глазами:
Прими же взгляд! Ответь, ответь!
Мои мечты уж излобзали
Всё тело до костей, до вен!

До крови пальцы я сжимаю,
До смертной муки сердце рву,
А ты в ответ трюфелевой мастью
Мою затёртую черву;

Спадает лямка как нарочно,
Как бутерброд, что маслом вниз
И мне от страсти зябко, тошно,
И стены залы враз тесны.

Хочу сказать, но всё молчу я
(Сейчас слова любые - ложь),
Нелепый, в ожиданье чуда,
Что хоть улыбкой снизойдёшь!

А ты вздыхаешь от досады:
Мол, безусловно, моветон,
За вечер, раз уже десятый,
Полунаме́к произведён+

Да, знаю, лямка - не бретелька
И надо губы закатать,
Но я влюбился беспредельно,
Такого раньше никогда;

Бросает в жар, бросает в холод,
А мысль блуждает и сбивает,
Буквально надвое расколот
Я поведением твоим;

И ты, конечно, замечаешь
Моё смятение, боль и дрожь,
Грядёт переполнение чаши:
Тогда костей не соберёшь+

Стремясь к спокойствию и благу,
Зазря чтоб душу не щемить,
Надела ты гулёну-лямку.
Сползла вторая в тот же миг!!!



Сергей Веремеев

По живым площадям и проспектам,
Обгоняя машин вереницы,
Я бегу к тебе ласковым ветром,
Чтобы вновь этим утром влюбиться.

Я стучусь к тебе солнечным светом,
Что по-детски в окошке смеется,
И раскрашу оранжевым цветом
Восходящее в сумерках солнце.

Я дарю тебе искорки счастья,
Что горят в облаках на восходе,
И не гаснут при хмурой погоде,
Я всем сердцем люблю тебя, Настя...

Прекрасное создание,
Великого Творца!
Твой образ многоликий
Волнует без конца -
И в детстве безмятежном,
И в юности поспешной,
И в зрелости смятенной,
И в старости смиренной,
Когда от жизни ждешь конца...
Волшебный дар Природы,
Заложен был в тебе,
О Женщина! Ты жизнь даешь,
И к жизни возрождаешь!
Платон Бабенко

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА РФ
ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ И БИЗНЕСКОНСУЛЬТИРОВАНИЯ «ЛОГОС»

III ПРИЧЕРНОМОРСКИЙ ДЕКАДНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПСИХОТЕРАПИИ «НАШЕ ПИОНЕРСКОЕ ДЕТСТВО»



Анапа

Декадник открывает научно-практическая конференция «Роль психотерапии и психологического консультирования на современном этапе развития общества».

Материалы конференции будут публиковаться в приложении к общероссийскому журналу «Психотерапия». Статьи и тезисы докладов необходимо выслать до 1 апреля 2011 г. на эл.адрес logos_centra@mail.ru или по факсу 8(861)253-23-96.

ПРОГРАММА:

1. Макаров В.В.

д.м.н., профессор, действительный член и президент ПППЛ РФ, председатель Совета по психотерапии и консультированию РФ, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, и единого Всемирного реестра. (Москва)

«Транзактивный анализ» 1 ступень

Утренняя Практика Переключения сосредоточения и погружения «Океан»

Вечерняя Практика Переключения сосредоточения и погружения «Улицы моей жизни»

Лекции по психотерапии и консультированию совместно с Г.А. Макаровой Практика Переключения сосредоточения и погружения «Пространство любви»

2. Попов Ю.В.

д.м.н., профессор, заместитель директора по научной работе института им. Бехтерева. (Санкт-Петербург)

3. Ю.С.Шевченко

зав. кафедрой детской психиатрии и психотерапии РМАПО, председатель секции детской психиатрии, психотерапии и наркологии Российского общества психиатров, Председатель Московского отделения Ассоциации детских психиатров и психологов, Зам. председателя Московского объединения психотерапевтов, Президент Регионального общественного фонда социально-психического здоровья семьи и ребенка. (Москва)

лекция: «Онтогенетически ориентированная (реконструктивно-кондуктивная) психотерапия - третий путь интеграции»

семинар: «Семейно-групповая психотерапия детей и подростков - методика ИНТЭКС»

4. Макарова Г.А.

кандидат психологических наук, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, директор Института консультирования Профессиональной Психотерапевтической Лиги, действительный член ПППЛ, автор образовательных программ по психотерапии и психологическому консультированию. (Москва)

«Кризисы: детские решения с недетскими последствиями»

5. Силенок П.Ф.

к.п.н., тренер НЛПП международной категории, член Европейской ассоциации НЛПП - терапии (NLPt), региональный представитель Европейской ассоциации NLPt по Югу России, действительный член, преподаватель и супервизор ПППЛ, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, член Совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея. (Краснодар)

«Провокативная психотерапия»

«Генеративное НЛП»

«Генеративная психотерапия — демонстрация»

6. Чеглова И.А.

кандидат медицинских наук, доцент, психотерапевт, тренер, преподаватель, вице-президент ПППЛ РФ, зам. главного редактора журнала «Психотерапия»

лекции: «Медиаия: структура процедуры»
«Конфликтные стратегии: драматургия и сцениграфия»

тренинг: «Театр архетипов»

7. Силенок И.К.

психолог, Мастер-практик НЛПП, действительный член ПППЛ, официальный представитель Центрального Совета ПППЛ по ЮФО РФ, Председатель Совета по Психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, член Совета по психотерапии и консультированию РФ. (Краснодар)

Остальные тренеры высылают названия программ в ближайшее время и тогда программа будет дополнена.

В декаднике можно принять участие вместе с детьми. Условия участия оговариваются отдельно в зависимости от возраста детей. Программой предусмотрены тренинги для детей дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста.

По окончании декадника выдаются Свидетельства о повышении квалификации по психотерапии от ПППЛ России, Азиатской федерации психотерапии, Всемирного Совета по психотерапии. Набранные часы входят в программу обучения на Европейский Сертификат Психотерапевта, Всемирный сертификат психотерапевта и Национальный Сертификат Консультанта.

Желающим принять участие в декаднике, необходимо зарегистрироваться до 24.04.2010г.
Стоимость участия: с 01 по 08.05. - 8900р., студентам - 5340р., детям от 6 до 14 лет — 4300р., стоимость проживания и питания оплачивается отдельно

Для прибывших 30.04.11г. специальная программа.
Скидки: наблюдательным членам ПППЛ — 10%, консультативным членам ПППЛ — 15%, действительным членам ПППЛ — 20%, семейным парам 10%, постоянным клиентам центра «Логос» - 10%, до 01.03 — скидка 10%, до 01.04 — скидка 5% Скидки суммируются. Суммарная скидка до 40%

Вы можете принять участие в одной конференции, стоимость участия 2300 руб.
Место проведения — сансионат «Кавказ» в г. Анапа.

Дополнительная информация о Декаднике на сайте: www.logos-nlp.net и по телефону: (861) 253-23-96, (988) 247-33-46.

8. Зозуля З.В. действительный член ПППЛ, преподаватель психологии, практический психолог, психолог-кинезиолог. (Анапа)

«Кинезиология. Единый мозг» - 1-ая ступень

9. Романова Наталья действительный член ПППЛ, юнгианский аналитик, клинический психолог (Ростов-на-Дону)

«Ассоциативные метафорические карты (OH-cards)»

10. Шавернева Юлия Юрьевна к.п.н., доцент кафедры психологии АГУ, автор более 25 научных статей, действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги, практикующий семейный консультант. (Майкоп)

11. Ащеулова Оксана психоорганический аналитик (Европ. Сертификат), сертифицированный официальный преподаватель и супервизор практики Международного класса ПППЛ, руководитель модальности - психоорганический анализ. Руководитель и преподаватель студии восточного танца и танцевально-двигательной терапии HASSELL, судья 2-ой категории ОРТО. (Москва)

Елена-Валерия Крянева член Российской Ассоциации Психоорганического анализа, действительный член ПППЛ, сертифицированный тренер по стандарту Международных техник речевых коммуникаций и освобождения голоса. (Москва)

«Интеграция музыки, движения, голоса и чувств в психоорганическом анализе»

12. Шмаков Вадим Михайлович психолог, психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, действительный член ПППЛ, сертифицированный консультант национальной аккредитации, официальный преподаватель и супервизор практики ПППЛ (Челябинск)

«Телесные метафоры в психотерапии»

«Мультимодальная супервизионная группа»

«Медитации на каждый день»

ночной марфон «Тибетские сказки»

ночной марфон «Огнехождение»

13. Рычков Н.Н. президент Краснодарского отделения ПППЛ, врач-психотерапевт Европейского регистра, врач-психиатр высшей категории, сертифицированный гештальт-терапевт, психодраматерапевт, практикующий психотерапевт и преподаватель более 10 лет.

Рычкова М. В. к.п.н., сертифицированный гештальт-терапевт, психодраматерапевт, практикующий психотерапевт, доцент кафедры психического здоровья ИППС СФУ.

«Введение в гештальт»

14. Годубев Василий Георгиевич действительный член ПППЛ, врач психотерапевт, бизнес-тренер (ПМД), коуч (ICSTH-ICF).

«Голосовой сёрфинг: естественный голос и голосовая компетентность»

«Психоэкологический спецназ»

15. Плюснин В. автор методики по развитию феноменальной памяти, старший научный сотрудник лаборатории психофизиологии Института физиологии Сибирского отделения Российской академии медицинских наук

«Супер-память»

16. Гусарова Е.Н. кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии КГУКИ, член Совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, практикующий психолог, мастер-тренер «НЛП»

«Креативное планирование с помощью арт-терапии»

17. Сбитнева В.Н. психолог, тренер, сертифицированный специалист в области структурных и семейных расстановок и супружеской терапии (APSYS Австрия, Вислохский институт системных решений WISL, Германия)

Мастер-класс Самонаблюдение

«Порядки помощи»

Мастер-класс «Использование структурных расстановок при работе с травмой»

18. Горбачева Т.С. директор Центра «Летани», преподаватель КубАЭБ, психолог-практик, дипломированный специалист по ЛФК, действительный член арт-терапевтической ассоциации, практикующий специалист по танцевально-двигательной практике.

«Интегративная танцевально-двигательная терапия»

19. Сёмов И.В. психотерапевт, НЛП мастер, тренер учебного центра НМОУ «Кубань-Энерго».

«Продажа на 100%»

20. Кошанская А.Г. к.п.н., доцент кафедры психологии АГУ, действительный член ПППЛ, член Совета по Психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского края и Р.Адыгея.

лекция: «Особенности психотерапии больных сахарным диабетом второго типа»

с 01 по 08 мая 2011г.

21. Зубарев С. М. Специалист Европейской конфедерации психоаналитической психотерапии Национальной федерации психоанализа.

«Матрифокальный эпос или психоанализ советских песен»

22. Карпов А.М. профессор, заведующий кафедрой психотерапии и наркологии К Г М А (Казань)

мастер-класс: «Биопсихосоциальный анализ пионерских песен»

23. Наталуха И.Г. к.п.н., действительный член ПППЛ

мастер-класс: «Танец-терапия «Мандала»

1 Школа лидеров и организаторов Профессиональной Психотерапевтической Лиги (Макаров В.В., Приходченко О.А., Силенок И.К., Чепенко Л.Т.)

Тест «Женственность»

Благодаря каким вашим качествам вы так нравитесь мужчинам?

1. Какие два из перечисленных качеств привлекают вас в мужчинах:

а) честолюбие;

б) мужество;

в) нежность;

г) внимательность;

д) интеллигентность;

е) симпатичная внешность.

2. Мужчины, по-вашему:

а) легки в общении;

б) лучше женщин;

в) трудно классифицировать.

3. Вы предпочли бы, чтобы мужчина, за которого вы вышли замуж:

а) обжал вас;

б) мог бы вас защитить;

в) общался бы с вами на равных.

4. Добрая фея может выполнить одно из ваших желаний. Вы бы хотели стать:

а) женой миллионера;

б) преуспевающей бизнес-вумен;

в) остаться такой, какая вы есть.

5. На какие две из перечисленных тем вы говорите чаще всего:

а) одежда;

б) секс;

в) дети;

г) деньги;

д) вы сама;

е) спорт.

6. Что вы любите делать больше всего?

Выберите два пункта из перечисленных:

а) интеллигентно поболтать;

б) заниматься любовью;

в) вязать или вышивать;

г) готовить;

д) тратить деньги;

е) танцевать.

7. Вы одеваетесь так, чтобы:

а) привлекать мужчин;

б) вызывать восхищение у женщин;

в) чувствовать себя удобно.

8. С кем из перечисленных людей вы хотели бы встретиться? Выберите двух:

а) Мадонна;

б) принц Эндрю;

в) Маргарет Тэтчер;

г) Барбара Буш;

д) Майкл Джексон.

9. На свой день рождения вы хотели бы приобрести...

а) домашний компьютер;

б) микроволновую печь;

в) шубу.

10. Вы обычно спите...

а) в пижаме;

б) ночной рубашке;

в) без одежды.

11. Вы думаете, что занятия любовью:

а) для мужчин приятнее, чем для женщин;

б) радостны для обоих;

в) не стоит преувеличивать значение подобных занятий.

12. Если бы вы обнаружили, что ваш любимый изменяет вам, то...

а) ваше сердце было бы разбито;

б) вы оставались бы безразличной к происходящему;

в) вы бы ужасно ревновали.

13. Что, по-вашему, является наиболее важным для построения хороших и прочных взаимоотношений:

а) сексуальная совместимость;

б) взаимное уважение;

в) любовь.

14. Как, по-вашему, должны распределяться обязанности в семье? Поставьте галочки в соответствующих колонках:

а) оплата за квартиру, телефон, переговоры и т.п.;

б) воспитание детей;

в) планирование отдыха;

г) уборка;

д) украшение дома.

Муж жена оба

а); б); в); г); д).

Результат

72 очка: несомненно, вы — женщина для мужчины: чувственная и соблазнительная, дразнящая и искушающая. Вы чувствуете себя счастливой только тогда, когда находитесь в центре внимания мужчин. Вы уверены, что знаете о мужчинах все.

60 — 71 очко: вы четко знаете, что такое «женщина для мужчины» и что значит быть самой собой, мужчины любят вас, восхищаются вами и ищут вашего общества. Но они также знают границы, которые вы никогда не переступаете. С вами весело, вы умны и у вас есть чувство собственного достоинства.

47 — 59 очков: вы и не «женщина для мужчины», и не «женщина для женщины». Вы все время бываете сама собой, хорошо знаете себя, предпочитаете, чтобы мужчины воспринимали вас на равных, а не как секс-символ или домработницу. Но некоторые благоволят перед вами и называют «женщина-босс». Но вы не принимаете это во внимание. Уверенная в себе, вы знаете, чего хотите в жизни и как этого достичь.

35 — 46 очков: вы находитесь между «женщиной, которая бывает сама собой», и «женщиной для женщины». Вы сексуальны, не агрессивны, знаете нужды мужчин, но не работаете перед ними. Вы очаровываете своей женственностью, а не какими-либо способностями. Ваше доброе сердце привлекает больше, чем ваше тело.

34 и меньше: определено вы «женщина для женщины», женственная, нежная, а не страстная, заботливая, а не чувственная. Вы заботитесь о доме, а не о своем бизнесе, больше любите детей, чем внимание мужчин. Вы домохозяйка по натуре, а не бизнес-вумен. Мужчина в вашей жизни должен защищать вас и слегка преобладать над вами. Но не нужно становиться «тряпкой» — будьте осторожны.

№ вопроса	Ключ					
	а	б	в	г	д	е
1	2	3	1	1	2	3
2	5	1	3			
3	5	1	3			
4	5	3	1			
5	1	3	1	2	2	3
6	2	3	1	1	2	3
7	5	3	1			
8	1	3	2	2	1	
9	3	1	5			
10	3	1	5			
11	1	5	3			
12	1	3	5			
13	5	3	1			
14	Муж -1	Жена -2	Оба -2			

Источник: <http://azps.ru/tests/stest/feminnost.html>



Психологический центр «Рубикон»

г. Ставрополь

10-11 апреля 2011г.
с 13.00 до 19.00

«Успешный родитель - успешный ребенок»

Ведущая программы - психолог, Мастер НЛП, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, автор книг «Волшебные истины воспитания» и «Волшебные истины. Пособие для родителей»

Инна Силенок

21.04 - 24.04. 2011 г.
семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.1

Семинар ведет тренер НЛП международной категории, кандидат психологических наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ

Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

26.05 - 29.05. 2011 г.

семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.2

Семинар ведет тренер НЛП международной категории, кандидат психологических наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ

Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

Адрес: г.Ставрополь (Жилой комплекс «Олимпийский») ул.45 Параллель Дом 75, офис 14, телефон 8(8652) 211-360

Центр всестороннего развития личности «Инсайт»

г. Новороссийск
07.04 - 10.04. 2011 г.

семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.1

Семинар ведет тренер НЛП международной категории, кандидат психологических наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ

Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

Центре «Инсайт» по адресу: г. Новороссийск, ул. Дзержинского 211 (здание ОАО «Прибой»), эт.8. тел. (988)-76-99-663, (918) 062-43-73

Мероприятия молодёжного психологического клуба «Настроение» март 2011 года

09.03.11 «Противостояние манипуляции с помощью НЛП»

Артем Гончаров, Владимир Семикин - НЛП практики

16.03.11 Арт-терапия «Коллаж мечты» Коваль Евгения - НЛП - практик.

21.03.11 Путешествие в чудесный мир бессознательного

Брус Иван - НЛП - мастер.

30.03.11 «Тренинг уверенности в межличностных отношениях»

Коваль Евгения - НЛП - практик.

Институт НЛП и генеративной психологии проводит Базовый курс по Арт-терапии

1 модуль. 18-20 марта 2011г.

Введение в арт-терапию.

• История развития данного направления в разных странах. Современные основы арт-терапии (интегративные тенденции, психотехнологии). Представления о креативной психотерапии. Формы, техники и технологии арт-терапии. Влияние основных зарубежных психологических концепций на развитие арт-терапии. Особенности отечественной арт-терапии.

• Умение использования арт-материалов в своей практике. Навыки анализа и понимания символического значения арт-терапевтического продукта. Арт-педагогика.

• Значение цвета и орнаментов. Символизм цвета и его использования в творческой продукции. Использование цвета в психокоррекции, цветотерапия, творческая визуализация.

• Практические методики. Методы арт-терапии как инструмент личностного роста, преодоления жизненных кризисов, способ саморегуляции эмоциональных состояний.

2 модуль. Работа с рисунком.

с 01 по 03 апреля 2011 г.

3 модуль. Танцевально-двигательная терапия.

4 модуль. Работа с глиной и пластилином в психотерапии.

5 модуль. Музыкаотерапия.

6 модуль. Работа с масками. Работа с куклами.

7 модуль. Сказкотерапия.

8 модуль. Современные методы арт-терапии

9 модуль. Особенности групповой работы.

Ведущие тренинга:
Кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики и психологии КГУКИ, член Совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, практикующий психолог, мастер-тренер «НЛП»-

Гусарова Елена

и директор Центра «Летани», преподаватель КубАЭБ, психолог-практик, дипломированный специалист по ЛФК, действительный член арт-терапевтической ассоциации, практикующий специалист по танцевально-двигательной практике-

Горбачева Татьяна

Предварительная запись на семинары обязательна. Адрес: г. Краснодар, ул. Кирова, 104, офис 2А. Тел.: (861)253-23-96, 8-988-247-33-46

Расписание работы клубов

Клуб молодой семьи «Ты и я»

работает:
вторник 18.00 — 21.00.
четверг 18.00 — 21.00.
воскресенье 15.00 — 18.00.

Молодёжный психологический клуб «Настроение»

понедельник 18.00 — 21.00.
среда 18.00 — 21.00.
суббота 15.00 — 18.00.

Участие бесплатное. Клубы работают в помещении Управления по делам молодежи: г. Краснодар по адресу: ул. Северная, 279, 6 этаж, кабинет 5.

Мероприятия клуба молодой семьи «Ты и я» март 2011 года

10.03.11 Воспитываем маленьких гениев.

Любовь Туголукова - врач, психолог, НЛП - практик, член ППЛ

16.03.11 «Подготовка к родительству»

Глебова Евгения Владимировна - перинатальный психолог, член ППЛ.

20.03.11 Кулинарный конкурс молодых семей

Силенок Инна Казимировна - психолог, бизнес-тренер, мастер НЛП, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ.



Во весь «Логос»

24.03 - 27.03. 2011 г.

семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.1

Семинар ведет тренер НЛП международной категории, кандидат психологических наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ

Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

Стоимость участия 4900 руб.

24-27 марта 2011г.

семинар-тренинг

Кинезиология

углубленная часть

14-17 апреля 2011г.

семинар-тренинг

Кинезиология

7 часть

с 21 по 24 апреля 2011г.

семинар-тренинг

Кинезиология

«Единый мозг»

1,2 часть

29 апреля 2011г.

семинар-тренинг

Кинезиология

«Изобилие»

3,4 июня 2011г.

углубленная часть

Кинезиология

«Под кодом»

5,6 июня 2011г.

Кинезиология

«Громче слов»

16,19 июня 2011г.

Кинезиология

«Громче слов»

Кинезиология

«Громче слов»

Кинезиология

«Громче слов»

Кинезиология

«Громче слов»

Ведущая программ - действительный член ППЛ, преподаватель психологии, практический психолог, психолог - кинезиолог

Зинаида Зозуля

По окончании выдается сертификат государственного образца Скидки членам ППЛ

Приглашаем участников программы «Кинезиология»

и всех, кто интересуется этим направлением психотерапии,

принять участие

25 марта 2011г

начало в 18.00

в I-м заседании

Клуба Кинезиологов

Ведущая клуба - действительный член ППЛ, преподаватель психологии, практический психолог, психолог - кинезиолог

Зинаида Зозуля

Предварительная запись на семинары обязательна.

Адрес: г. Краснодар, ул. Кирова, 104, офис 2А. Тел.:

(861)253-23-96, 8-988-247-33-46, 8-918-439-06-67

e-mail: logos_cent@mail.ru; www.logos-nlp.net

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПРОВОДИТ

психотерапевт Европейского реестра, канд. психол. наук, действительный член ППЛ, мастер-тренер НЛП международной категории, член Европейской Ассоциации НЛП-терапии и ее региональный представитель по Югу России, гипнотерапевт

СИЛЕНКО ПЕТР

ФЕДОРОВИЧ

Имеет базовое психологическое образование. Обучался у ведущих специалистов мировой психологии и психотерапии.

Результат гарантирован опытом многолетней практики, подтвержден

Международными Сертификатами

Предварительная запись по тел.:

(861) 253-23-96, 918-439-06-68

18.03 - 21.03. 2011 г.

семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.2

Семинар ведет тренер НЛП международной категории, кандидат психологических наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ

Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

Стоимость участия 4900 руб.

05-06 марта 2011г.

Ассоциативно-метафорические карты

Ведущая - действительный член ППЛ, юнгианский аналитик, клинический психолог

Наталья Романова

Стоимость участия в семинаре одного человека 4500

19 - 22.05. 2011 г.

семинар-тренинг

НЛП

Мастерский курс 5 часть

Убеждения

Семинар ведет тренер НЛП международной категории, кандидат психологических наук, психотерапевт Европейского реестра, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ

Петр Силенок

с 10 по 13.06.2010г.

начало двухлетней программы по

Эриксоновскому гипнозу

1 часть ведет кандидат психологических наук, тренер НЛП международной категории, действительный член ППЛ, психотерапевт Европейского реестра

Петр Силенок

2 и последующие части ведет специалист в области эриксоновского гипноза, доктор психол. наук, профессор МГУ, тренер ИГИСП.

Михаил Гинзбург

Предварительная запись обязательна.

При регистрации за 3 недели скидка 10%

Учредитель: Силенок П.Ф.
Издатель: ООО «Фирма «Логос».
Главный редактор: Силенок И.К.
Технический редактор: Дроздова Е.В.

Цена свободная.
Регистрационный номер ПИ № ФС 77-36130. Зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор) 06 мая 2009г. Подписной индекс: 52156
Адрес редакции: г. Краснодар, ул. Кирова, 104 - 2а.
Адрес издателя: г. Краснодар, ул. Кирова, 104, оф. 2а
Телефоны: (861)253-23-96, (988)247-33-46

Газета отпечатана в типографии ООО «Издательство Екатеринбург» г. Краснодар, ул. им. Е.Беринской 353/2. Время сдачи в печать: по графику 16.00, фактически 16.00. Тираж 1500 экз. Заказ