

# Золотая Лестница



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

Генеративность, — что это за явление такое? Явление генеративности известно как момент расширения, то есть как появление новых смыслов, нового по-

«Незавершённый гештальт», — термин, который часто используется психологами различных направлений для объяснения несостоимости человека в тестовых ситуациях, есть психологический эквивалент его инвалидности как субъекта собственных потребностей и интересов.

Каждый раз, оказываясь в тестовой ситуации, возникающей по причине незавершённых гештальтов, автоматически происходит актуализация так называемых фиксаций. Наше внимание буквально фиксируется в силу вышеуказанной незавершённости (и, стало быть, поэтому

такта и психотерапевта. Речь идёт о генеративной модели в психологическом консультировании и психотерапии.

Я предлагаю следующие основные положения, характеризующие мою позицию относительно генеративного расширения в процессе работы с психологическими проблемами человека:

- Люди нуждаются в развитии больше, чем в избавлении от страдания (традиционно — лечении);

- Смысл страдания (симптома) не в избавлении от страдания, а в решении связанной с ним проблемы.

## ФЕНОМЕН ГЕНЕРАТИВНОГО РАСШИРЕНИЯ

нимания бывшей ранее проблемной — исходной ситуации и новых возможностей в целом. Это связано с развитием человека. В силу развития каждый из нас неизбежно оказывается в тестовых ситуациях. Эти ситуации каждый раз потому и тестовые, что бросают нам вызов. Вызов состоит в том, что в этих тестовых ситуациях обозначается некоторое новое содержание нашего опыта, которое нам нужно обязательно освоить. То есть тестовые ситуации фиксируют момент необходимости и при этом обязательности освоения нового. Такова логика развития: человек в процессе жизни долженправляться с всё более сложными требованиями и тем самым овладеть новым содержанием, либо нет. Если человек справляется с тестовыми ситуациями, то происходит генеративное расширение, если не справляется, то он получает своё страдание. Я полагаю, что практически в каждом случае люди страдают (болеют, эмоционально «застревают», теряют чувство такта, меры и пр.) исключительно только потому, что как раз они оказываются несостоимыми для генеративного расширения. Любая симптоматика есть непосредственное выражение этой несостоимости.

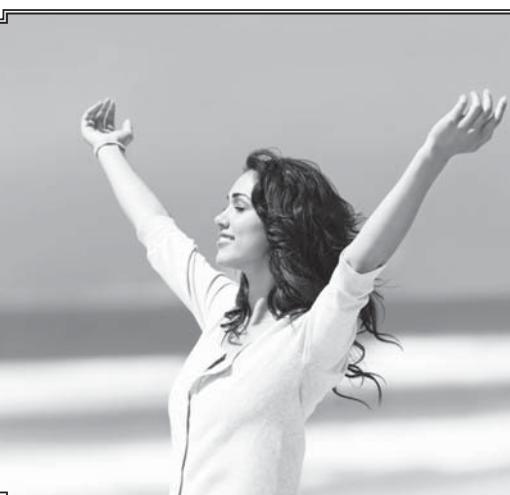
Таким образом, тестовые ситуации, будучи центральным свойством развития человека, оставляют ему выбор из двух вариантов: либо справиться с более сложными требованиями и тем самым овладеть новым содержанием, либо нет. Если человек справляется с тестовыми ситуациями, то происходит генеративное расширение, если не справляется, то он получает своё страдание. Я полагаю, что практически в каждом случае люди страдают (болеют, эмоционально «застревают», теряют чувство такта, меры и пр.) исключительно только потому, что как раз они оказываются несостоимыми для генеративного расширения. Любая симптоматика есть непосредственное выражение этой несостоимости.

Каждый может оказаться в одной из двух типов тестовых ситуаций. Первый тип тестовых ситуаций характеризуется принципиальной новизной: человек впервые сталкивается с некоторой трудностью (первые шаги, первый проступок и первые наказания, первые знакомства, «первый раз в первый класс», первая покупка, первый поцелуй, первый выговор, первое повышение...). Огромное число принципиально новых тестовых ситуаций существенно уменьшается по мере взросления человека.

Мне представляется, что фактор новизны крайне важен для благополучия и развития человека. Стремясь к определённости, стабильности и комфорту, люди оказываются в консервативной и информационно обеднённой среде. Известная в психологии «зона комфорта» как раз и характеризуется существенным уменьшением «радикала новизны» и увеличением уже известных и тем самым стандартных вариантов взаимоотношений с обстоятельствами обыденной ситуации. Опора на стандартные схемы восприятия и поведения неизбежно приводят к рутине и скуче.

Второй тип тестовых ситуаций как раз и связан со стандартизацией и консервацией мышления. Суть их в том, что это именно типичные, характерные для личности ситуации. В этих ситуациях человек систематически «наступает на одни и те же грабли». Для каждого человека есть свои типичные для него трудности, которые он воспроизводит с поразительной методичностью. В этом смысле уместно высказывание: «Скажи мне о твоих трудностях, и я скажу тебе, кто ты».

Это есть трудности «незавершённых гештальтов» — ситуаций, в которых систематически воспроизводится глубинное наименование получить некоторое благо и одновременно с этим — невозможность это сделать имеющимися способами.



необходимости завершения) определённой жизненно важной ситуации. Тем самым мы невольно каждый раз возвращаемся к неблагоприятным ранее жизненным обстоятельствам. Анализируя особенности процесса фиксирования личности на **трудностях незавершённых гештальтов**, естественным образом напрашивается вывод о природе необходимости каждого раз практики заново эти трудности воспроизводить и переживать. Как мне представляется, природа такого рода трудностей заключается в **глубинном стремлении нашего бессознательного привлечь сознательное внимание и мышление субъекта**, чтобы всё-таки в конце концов «**завершить незавершённый гештальт**». То есть получить решение, содержащееся в таких ситуациях и, что самое главное, **опыт овладения этими ситуациями**.

Трудности нужны для развития. Благодаря преодолению трудностей субъект приобретает соответствующие умения и навыки конструктивно действовать в сложных обстоятельствах и принимать вызов соответствующих тестовых ситуаций. Собственно говоря, **в появлении этих новых психологических свойств как раз и заключается феномен генеративного расширения**.

Изучая явление генеративности на

### иными словами

Жил-был кораблик... Каждое утро он выходил в море и в течение дня занимался самыми разными делами. Он играл с пенистыми волнами и соленым морским ветром; плавал на перегонки с умными, добрыми и озорными дельфинами;

с т р .5

### ЗАЧЕМ ГОТОВИТЬСЯ К РОДИТЕЛЬСТВУ

Действительно, а почему нужно готовиться к беременности? Во-первых, потому что беременность должна наступить на фоне полного или почти полного здоровья пары. Во-вторых...

с т р .5

ЦЕНТР  
ПСИХОЛОГИИ И  
БИЗНЕС  
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ  
«ЛОГОС»

№ 16 (97)  
среда 25 августа 2010 г.

### СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:

О БОЛЬШИХ  
СОБЫТИЯХ,  
ДЕСКИХ  
ТРАВМАХ  
И СИСТЕМНОЙ СЛУЖБЕ

Как же люди выживают при этом и ухитряются уйти в «почётную отставку» с системной службы, обретая чувство единства с собой? В буквальном смысле исцеляясь, то есть обретая целостность в ощущениях, эмоциях и смыслах своей жизни?

с т р .2



### Игры с самим собой

Один вариант игр «Я прекращаю... в любой момент»: мужчина или женщина заявляет окружающим (что менее важно) или себе (что особенно важно), будто он или она в любой момент прекратит.

с т р .3

Концепция  
«Три в одном».  
Ассиметрия  
полушарий

Как известно, человеческий мозг имеет два полушария, внешне зеркально подобных, но имеющих разную специализацию. Это различие принято называть функциональной асимметрией полушарий. Одно из полушарий является как бы ведущим, доминирующим.

с т р .4

Социальный  
порядок и  
этикет

Коллективная совесть в равной степени влияет на каждого члена семьи... Она заботится о благополучии всей системы и о ее выживании. Законы системы охраняют право каждого члена семьи на принадлежность к ней, а также предписывают ему определенное место в системе.

с т р .4

ВНИМАНИЕ!  
ГАЗЕТА  
«ЗОЛОТАЯ ЛЕСТНИЦА»  
объявляет подписку  
на 2-ое полугодие 2010г.,  
начиная с сентября месяца.  
стоимость 72 руб. 40 коп.  
Подписная цена на ме-  
сяц - 18руб.10коп.  
Подписной индекс: 52156  
Справки по телефонам:  
(861) 253-23-96  
(988) 247-33-46



**Причины и пути исцеления.** Этапы выхода из состояния «системной службы». Универсальные целительные силы — «культура тела», духовный опыт, творчество. Функции и задачи терапии: построение действующей модели внутреннего психического пространства, осознание границ личности, реставрация телесности, выстраивание контактов с собой и миром на новых условиях. Этапы терапии и роли терапевта. Сострадание и уважение к судьбе клиента — мертвая и живая вода психотерапии.

Э Нойманн\* очертил основные вехи становления индивидуального человеческого разума — это сознания:

- зарождение эго-сознания в слиянии с природной, материнской основой (формирование телесности и эмоциональности);
- отрыв от основы («разделение прародителей») и присоединение к «отцовскому принципу» (формирование интеллекта и духовности);
- созревание эго-сознания и обретение человеком «индивидуальной души» — зрелой индивидуальности при осознанном объединении телесности, эмоций, духа и разума.

Каждый человек вступает на этот

выполнении чьих-то ожиданий.

Каждая задача, даже самая элементарная, требует от такого человека внимания, времени и сил не только на ее решение, но и на глубокую «самосборку» для этого. И процесс такой «самосборки» — настройки на результат в телесном, эмоциональном, ментальном плане — часто намного более сложен, длителен или затратен, нежели сама задача. Поэтому так долго, иногда всю жизнь, длится для таких людей «системная служба» — фактически, обслуживание системных интересов (семейных, школьных, корпоративных и т.п.), построенное на жестко закрепленных поведенческих схемах. Схемы эти сформированы на основе всех же мотивов, порожденных большими и кровавыми событиями и переданными по эстафете поколений: живой победитель/ мертвый побежденный /живой побежденный/ мертвый победитель/убийца/ жертва. В целом на системной службе действует установка: «я жив и я побеждаю, только если я всецело слит с системой» — выполняю то, что от меня требуют Старшие».

Как же люди выживают при этом и ухитряются уйти в «почетную отставку» с системной службы, обретая чувство единства с собой? В буквальном смысле

тельства требуется следующее:

- возвращение чувства устойчивой опоры под ногами, тренировка воли и чувства ритма. С этим лучше всегоправляется беговая дорожка\*\* формирования чувства «укоренения», «заземления», «тесной оси». Цигунская практика «большое дерево».
- пробуждение глубокой чувствительности, повышение телесного тонуса. Сюда относятся различного рода растяжки, популярные йогические асаны — «березка», плуг, лук, «скорпион», «кобра».
- растворение «зажимов», которые блокируют глубокую чувствительность — сауна, массаж, телесная терапия.
- практики самокоррекции и саморегуляции — дыхательные и энергетические практики, кинезиологические упражнения, ароматерапия, обильное питье воды, диеты и пр.

Поскольку творческая активность сродни одержимости аккумулирует психическую энергию, «захватывает» внимание, сочетает в себе напряжение чувств и телесных ощущений, соответствующее состояние сознания, она дает человеку контакт со своей телесностью и позволяет чувствовать себя собой, не выполняя чужих требований, а реализуя собственный дар. А, наполняя творческий процесс высшим

согласования интересов, структурирования времени, самопрезентации, ведения переговоров и т.п.

Эти задачи хорошо решаются методами, формирующими действующие модели безопасного внутреннего психического пространства с четкой структурой, наглядными ориентирами и надежными внешними границами. Например, в модели «архетипический анализатор» пространство разделяется на «Дома» — Принца, Воина, Короля, Мага, Шута. И для каждого соответствующего класса смыслов, психических явлений, навыков выделяется свое место — буквально в пространстве.

Параллельно с реконструктивными протекают также терапевтические процессы, нацеленные непосредственно на психическую травму:

- управляемое отреагирование «закапсулированных» эмоций — скорби, ярости, отвращения;
- успокоение, наступающее в ходе разрешения конфликтов путем трансформации их внутренних образов и принятия объективной реальности и себя в них «как есть»;
- осмысливание опыта своей жизни, своего места в более широких контекстах, новый «внутренний рассказ» о себе и своей жизни \*\*\*.

Психоаналитик Л.Л Шапира\*\*\*\* в книге «Комплекс Кассандры: Современный взгляд на истерию» выделяет 5 терапевтических этапов длительного терапевтического взаимодействия, и определяет функции специалиста на каждом из них:

1. «Консультант»: становление «тех-

# ОБ ОЛЬШИХ СОБЫТИЯХ, ДЕТСКИХ ТРАВМАХ И СИСТЕМНОЙ СЛУЖБЕ



исцеляясь, то есть обретая целостность в ощущениях, эмоциях и смыслах своей жизни?

Выживают — сначала инстинктивно, выбирая в окружающем мире тех, кто поддерживает в них «живые» мотивы. А затем, когда наберутся сил — преодолевают волю системы, «выращивая» в себе мотивы победителей. И перерастая по пути противостояние «убийца-жертва».

В этом процессе можно выделить три этапа:

1. Принятие решения вроде следующего: «в моей жизни что-то не так, и я собираюсь выяснить, что конкретно, и разобраться с этим по мере возможности».

2. За этим может последовать осознание факта системной службы, ее особенностей и уровня вовлеченности в нее. И решение это изменить.

3. А затем или параллельно — формирование «плацдарма независимости от системной воли» для закрепления в жизни и — отделение от коллективной психики. Обретение или расширение автономии — эмоциональной, материальной, интеллектуальной, духовной независимости и обучение искусству вписываться в системы на новых, осознанных условиях.

Универсальными исцеляющими факторами являются физическое развитие и культура тела, духовный опыт, о котором говорилось выше, и творчество.

От телесных практик в деле цели-

смыслом, формирует уважение к себе как к творческой личности. И преисполняет новыми чувствами — любовью к объекту творчества — песне, картине, статье, фотографии, грядке в огороде... благодарностью учителям и предшественникам, давшим метод для творчества. И — к миру как к источнику вдохновения. Любовь, уважение и благодарность — вот то, что побеждает любой страх.

Когда творчество поднимается до высот духовного опыта, душа человека уже достаточно сильна, чтобы преодолеть притяжение зависимостей. Поскольку уже не нуждается в таких подпорках, чтобы удержаться в жизни.

И впереди — самый важный шаг — осознанное выстраивание собственной жизни вне творчества, новая социализация в качестве независимой личности. Важным подспорьем для этого шага становится обретение «плацдарма независимости». Что имеется в виду? Место для еще одного творческого процесса — формирования новой жизненной перспективы. Там, где можно будет «растянуть» свои способности к общению, построенному на согласовании интересов, а не на инстинктивном выполнении чужих пожеланий. А сформированное годами системной службы умение интуитивно их улавливать будет здесь хорошим подспорьем.

Я считаю, что самым эффективным способом организовать для себя такой плацдарм является профессиональная психотерапевтическая помощь. Если решение стать собой, проявить в социальной жизни собственную творческую волю принято, то профессиональная психотерапия — хороший способ получить опыт создания собственной системы, которая будет функционировать на благо своего создателя.

Задачи терапии — реконструкция структуры личности и тренировка коммуникативных навыков:

- выявление и объединение множественных идентичностей вокруг единого центра и примирения мотивов, переданных предками. Трансформация множественных идентичностей в осознанные функции и роли;
- установление границ и способов конструктивного обмена вниманием и временем между отдельными психическими функциями и социальными ролями;
- устойчивое отделение ощущения себя как отдельного человека от архетипических, надличностных переживаний и идентификаций с различными людьми, ролями и функциями;
- тренировка технических навыков —

нологии» терапевтического процесса.

2. «Хорошая мать»: предоставление опыта симбиоза, «мистической сопричастности», заботливое удовлетворение эмоциональных потребностей клиента.

3. «Плохая мать» — предоставление опыта отделения/возвращения, преодоления сопутствующих этому депрессивных состояний.

4. «Ролевая модель» — укрепление самодисциплины, уверенности в себе, конфронтация и конструктивная критика

5. «Товарищ» — творческое взаимодействие, окончание работы.

Профессиональные роли в терминах «архетипического анализатора» можно определить следующим образом:

Принц — вдохновляющий, оживляющий, с удовольствием принимающий и разделяющий с клиентом красоту процессов, происходящих в процессе работы.

Воин — сотрудник, соратник, товарищ, спарринг-搭档, тренер.

Король — гарант безопасности, создатель рамок терапевтического пространства.

Маг — аналитик, беспристрастный свидетель, мастер инициаций и проводник в пространстве транспersonального опыта.

Шут — тонкий индикатор и регулятор уровня напряженности, мастер конфронтаций и провокаций.

Неизменным критерием профессионализма специалиста на любом их этапах работы можно считать сочетание сострадания к чужой боли и уважения к чужой судьбе. Первое — как мертвая вода, связывает воедино осколки страдающей души. А второе — живая вода, с каждым глотком которой душа обретает силы, чтобы возродиться для жизни в новом качестве.

**Ирина Алексеевна Чеглова**  
к.м.н., тренер, консультант,  
психотерапевт, преподаватель,  
зам. главного редактора жур-  
нала «Психотерапия»,  
вице-президент ППЛ РФ  
г. Москва

\*Бегущая дорожка более 30 лет была основным средством профилактики неблагоприятных воздействий невесомости, во многом обеспечивших успех российской пилотируемой космонавтики именно благодаря этой своей способности. Космонавты, притягиваясь резиновыми ремнями-прятками к полотну, выполняли упражнения на БД. И возвращались на Землю в существенно лучшем состоянии, чем улетали. А те, которые «халтурили» — долго потом реабилитировались, мышцы теряли тонус и силу, вегетатика разбалансировалась, общее самочувствие было настолько неприятным, что в следующем полете они уже не пропускали тренировок. [Человек в космическом полете. М., «Наука» 1997, т. 3 (2)].

\*\*Нойманн Э. Происхождение и развитие сознания. Пер. А.П.Хомик М., К. Refl-book, Ваклер 1998г. 464 с.

\*\*\*Решетников М.М.. Психическая травма. ВЕИП., 2006, 322 с.

\*\*\*\*Шапира Л.Л. Комплекс Кассандры: Современный взгляд на истерию. М. – НК «Класс», 2006. – 176 с.

## ДЕЛА МОЛОДЫХ

12 августа стартовала акция по сбору добровольных пожертвований на оказание помощи семьям погибших и пострадавших в результате пожаров летом 2010. Организаторами акции выступил Красный Крест совместно с Краснодарским штабом ВОО «Молодая Гвардия Единой России». Волонтеры из Красного Креста и активисты Молодой Гвардии выставили в двух точках города «Урны» для сбора пожертвований. Активисты Молодой Гвардии подходили к жителям города с «Урной» в которую все, у кого есть возможность, кидали пожертвования. У кого не было при себе денег, но они хотели бы принять участие и помочь пострадавшим в пожаре, тем ребята вручали листовку с расчетным счетом, на который жители города могут перечислить пожертвования. Акция проходила с 12 по 14 августа 2010 года.

Начальник Краснодарского штаба ВОО «Молодая гвардия Единой России» Ю.С. Алешкович сказала: «Каждый Молодогвардец проявил сострадание, и ребята перечислили на специальный расчетный счет благотворительное пожертвование. Мы не должны оставаться равнодушными к чужому горю, мы единая страна и должны помогать друг другу. И наша задача воспитать у молодежи чувство сострадания к чужой беде».



12 августа молодогвардейцы приняли участие в дискуссии, которую проводил Клуб политических дискуссий, тема дискуссии «Роль оппозиции в развитии политической системы России». Были приглашены активисты различных партий. Молодогвардейцы приняли участие в дискуссии и высказывали свое мнение, задавали вопросы экспертам. Конечно, в дискуссии прозвучало множество мнений. Однозначно все ответили на вопрос «Нужна ли оппозиция?», — да, нужна.

22 августа Молодогвардейцы весь день по всему городу раздавали жителям города ленточки с символом государственного флага России. Вечером работали точки, на которых активисты Молодой Гвардии рисовали на лицах горожан и гостей триколор.

День Государственного флага — праздник для России относительно новый, и не все россияне знают, в каком порядке располагаются полосы на российском флаге, и что они обозначают. Между тем флаг — наш национальный символ, который должен вызывать чувство гордости и патриотизма россиян за свою страну.

22 августа молодогвардейцы раздавали ленточки с триколором и листовки с описанием цветов флага на оживленных улицах. Мы надеемся, что наша акция внесла свою лепту в дело укрепления значимости символов государственности, и молодое поколение будет еще больше гордиться российским триколором, безгранично уважать свою страну.

**Кристина Ткаченко**  
зам. начальника Краснодарского  
городского отделения ВОО «Молодая  
Гвардия Единой России»

Правополушарные люди  
за лесом не видят  
Отдельных деревьев, а ле-  
вополушарные —  
За отдельными деревья-  
ями не видят леса.  
А. Белый.

Одним из основных инструментов для работы в кинезиологии является мышечное тестирование. Мышечное тестирование — это тестирование мозга. Проводимое в рамках концепции «Три в одном», — это не тестирование мышц, это — тестирование полушарий мозга. Вот почему мы тестируем сразу обе руки. Нам необходимо удостовериться, что между правым и левым полушариями существует согласие. Почему это важно?

Как известно, человеческий мозг имеет два полушария, внешние зеркально подобных, но имеющих разную специализацию. Это различие принято называть функциональной асимметрией полушарий. Одно из полушарий является как ведущим, доминирующим.

Существуют следующие варианты игр с самим собой:

- «Я прекращаю... в любой момент»
- «Я начинаю.... в любой момент»
- «Начну с ...лета»
- «Прекращу с понедельника»
- «Вот полежу еще пять минут...»

Один вариант игр «Я прекращаю... в любой момент»: мужчина или женщина заявляет окружающим (что менее важно) или себе (что особенно важно), будто он или она в любой момент прекратит... На место многоточия можно поставить то, от чего человек, пусть неосознанно, не собирается отказываться: курить, много выпивать, потреблять слишком много пищи или сладкого и т. д. Человек может даже привести пример, когда она уже прекращала... (курить, пить, потреблять слишком много пищи или сладкого) и справился с этим. Правда, затем снова начал. Часто без особой на то причины, просто так.

Впрочем, его заявление, будто он способен прекратить в любой момент по своему желанию, выглядит малоубедительным. Более того, ясно, что он не осознает глубины мотивов, побуждающих продолжать, и ускользает от активных действий по прекращению.

Антитезис здесь состоит в стремлении стимулировать человека к попытке прекращения вредной для него деятельности без промедления и откладывания. И если такая попытка даже окажется неудачной, то человек все же осознает свою проблему. А это значит, что игра с самим собой будет осознана, а значит и разрушена.

Другой вариант игр человека с самим собой состоит в том, что он заявляет окружающим (что менее важно) и себе (что более важно), будто он в любой момент готов начать... На месте многоточия может быть: заниматься спортом, учить иностранный язык, худеть, регулярно принимать витамины и минеральные комплексы, укреплять свое здоровье и т. д.

Антитезис в этих ситуациях схож с таковым в играх предыдущего класса: важно начать без промедления и откладывания.

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

Теория функциональной асимметрии полушарий головного мозга за последние десятилетия прошла ряд этапов развития, накоплен значительный теоретический и практический материал.

Существует несколько типов функциональной организации двух полушарий мозга:

- доминирование левого полушария — словесно-логический характер познавательных процессов, склонность к абстрагированию и обобщению (левополушарные люди).

- доминирование правого полушария — конкретно-образное мышление, развитое воображение (правополушарные люди).

- отсутствие ярко выраженного доминирования одного из полушарий (равнополушарные люди).

Предполагается, что различие между функциями полушарий сводится к разным способам организации контексту-

Третий вариант игр состоит в стремлении откладывать прекращение какой-то приятной деятельности или начало чего-то требующего усилий. Все мы часто встречаемся с ситуацией, когда человек заявляет: «Начну худеть с понедельника, а сейчас можно плотно поужинать».

## Игры с



## Самим Собой\*

Осенью она может говорить: «Вот придет лето, и я сяду на велосипед — и по двадцать километров каждый день!» А весной: «Скорее бы зима. На лыжи — и скончать вес!»

Четвертый вариант игр с самим собой,

ки и даже образы.

Функции «правополушарных» компонентов мышления — это одномоментное схватывание большого числа противоречивых с точки зрения формальной логики связей и формирование за счет этого целостного и многозначного контекста. Преимущество такой стратегии мышления проявляется в тех случаях, когда информация сложена внутренне противоречиво и не может быть сведена к однозначному контексту. Роль правополушарной стратегии познания, проявляющейся в способности улавливать множество связей и вариантов в многозначном контексте, делает ее важнейшим участником творческого процесса.

Сознание, точнее осознаваемые процессы, связываются в основном с левым полушарием, его речевыми центрами, а подсознание или сверхсознание с правым. Именно в левом полушарии на-

когда человек между прекращением какой-то приятной для него деятельности или началом неприятной выставляет условие или незначительную дополнительную деятельность. В последующем выполнение этого простого условия оказывается довольно сложным, а дополнительная деятельность либо чрезмерно затягивается, либо оказывается несовместимой с основной. Человек говорит себе: «Вот полежу пять минут, встану и все сделаю по дому». Когда же она просыпается через несколько часов, то уже нужно выходить из дома. Только тогда она понимает, что ничего из запланированного не сделала. Дает себе обещание сделать в следующий раз — и так может повторяться бесконечно.

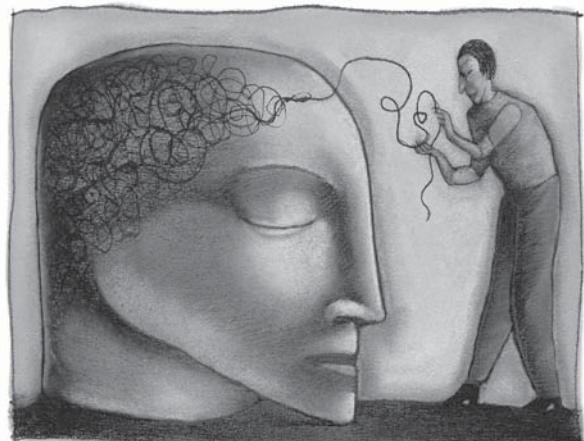
Во всех названных классах игр с самим собой антитезисы схожи и приведены выше. Антитезисом для многих игр, наряду с отказом от лжи, является заключение контрактов. Например, «Я разрешаю себе получать удовольствие от выкутивания трех сигарет в день. Контракт заключаю с самим собой с ... (число, месяц, год) на 30 дней». Всеобщим антитезисом здесь, также является обращение к профессионалам для решения проблем, требующих профессиональных знаний и умений. Лучше выполнять контракт под патронажем профессионального консультанта или психотерапевта.

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

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

Доминантное полушарие (левое)	Независимое полушарие (правое)
-аналитическое мышление	-творчество
-линейное восприятие	-чувствие пространства
-концентрация на деталях выживания	-концентрация на целом
-ориентация во времени	-неограниченное восприятие
-речь	-образ, цвет, символ
-представления о себе	-язык
-наличие суждений	-чувство ритма, музыка
-Система убеждений	-отсутствие суждений
	-отсутствие временных ограничений

## Концепция «Три в одном». Ассиметрия полушарий



ходится наше осознаваемое «Я», связанное с речью.

Левое полушарие мозга содержит Общую зону интеграции (ОЗИ), которая синтезирует всю поступающую от органов чувств информацию и интегрирует ее с нашей настоящей Системой Убеждений, чтобы мы реагировали на происходящее в соответствии со своими представлениями о том, в чем мы заинтересованы. В ОЗИ «живут» представления о самом себе и самооценка. Она занимается о нашем выживании. Ее основная функция — контроль. На основе своего жизненного опыта она дает нам квантессенцию того, «что мы уже знаем».

Правое полушарие выполняет совершенно другие задачи и имеет совершенную другую точку зрения. Оно относится к осознанию и творческим способностям, не основанным на наших текущих представлениях о «реальности». Это полушарие не имеет никакого отношения к прошлым страхам, боям, представлениям или ограничениям. Более того, он является «беспристрастным свидетелем» во время воспоминаний. Оно запоминает всю правду, а не ту ее часть, которую нам хочется запомнить. Нам предлагаются квантессенции того, «кем бы мы могли стать на основе подлинной истины нашей жизни».

Фундамент неравенства полушарий, заложенный еще в детстве. Обучение

детей, построенное на доминировании точных наук, преимущественно развивает левое полушарие. О возможности правого частоты забывают, мы не пользуемся его мощным потенциалом предвидения, интуиций, не развиваем его — одним словом, пренебрегаем собственным подсознанием.

Правое и левое полушария по-разному относятся к собственному родному организму. Каждое из них связано с противоположной половиной тела. Правое полушарие в прямом смысле слова «ближе к телу» — оно более чутко прислушивается к протекающим в теле физиологическим процессам, особенно связанным с эмоциями, и управляет последними. Поэтому телесные следы эмоциональных проблем чаще всего проявляются на левой половине тела.

Зная об этом, и в соответствии с концепцией «Три в одном», мы всегда тестируем обе руки. Это дает дополнительные гарантии того, что мышечное тестирование обеспечивает информацию наивысшего качества. Оба полушария мозга дают ответ ЕДИНОГО МОЗГА. Это исключает любые «помехи на линии», исходящие от Системы Убеждений, находящейся в настоящее время у человека, и любую двойственность на Подсознательном уровне. При условии, что оба полушария работают одинаково, мы можем получить объективную информацию и о том, как эмоции влияют на тело, а также как высвободить заблокированную энергию и преодолеть многие проблемы.



Благополучие  
системы

Коллективная  
совесть в рав-  
ной степени влияет на  
каждого члена семьи, не  
принимая во внимание ни  
каких различий. Она заботит-  
ся о благополучии всей системы  
и о ее выживании. Законы систе-  
мы охраняют право каждого члена  
семьи на принадлежность к ней, а  
также предписывают ему определенное  
место в системе.

В традиционных обществах, подде-  
ржающих преемственность поколе-  
ний, системные законы становятся ос-

титься со смертью своего соплеменника.  
Все в племени, и даже сам мужчина,  
понимали это и подчинились данному  
решению.

Личное в противовес коллективному  
Мы видим, как коллективные зако-  
ны действуют в примитивных племенах.  
Однако трудно согласиться с тем, что  
эти же самые законы действуют и в на-  
ших современных семьях в ХХI веке.

Развитие личной совести приводит к  
тому, что в пределах одной группы фор-  
мируются разные ценности. Некоторые  
люди считают, что имеют больше прав  
на принадлежность к некоторой системе,  
чем другие. Например, если я следую  
ценностям своей группы, то чувствую,

что у него!»

Но через какое-то время я могу по-  
терять деньги из-за бессознательного  
стремления наказать себя за несправед-  
ливое решение. В этом случае, следуя  
законам коллективной совести, которая  
стремится к равновесию, я вынужденно  
компенсирую свои неверные действия и  
вновь возвращаюсь на один уровень с  
братьем. Или же, если я сама не урав-  
новешу свои действия, то другой член  
семьи из последующих поколений будет  
вынужден сделать это за меня.

Консервативные культуры с устой-  
чивыми традициями стремятся при-  
вести людей к некоему общему знаме-

Сегодня подросток-бунтарь может ве-  
рить, что он свободен и волен делать то,  
что ему нравится. С одной стороны, он  
действительно гораздо меньше зависит  
от родителей и может поступать не так,  
как поступали его предки. Но с другой  
стороны, он тесно связан с социальной  
группой, и эта связь заставляет его со-  
вершать поступки, противоречащие его  
идеям о свободе.

Вспоминаю историю одной женщины,  
назовем ее Анжелой. Она была очень  
свободолюбивой и «дикой» в своих про-  
явлениях. В молодости она была хиппи,  
употребляла наркотики, много лет путеше-  
ствовала. Тогда же она забеременела  
и, родив ребенка, отдала его в детский  
дом. Будучи взрослой женщиной  
сорока лет, она думала, что все  
грехи ее молодости остались дале-  
ко в прошлом.

Однажды приемным детям раз-  
решили искать своих биологи-  
ческих родителей, дочь ее разыскала.  
Анжелика согласилась с ней встретить-  
ся. Вскоре после встречи дочь покончила  
жизнь самоубийством, оставив бабушке,  
то есть Анжеле, на воспитание свою ма-  
ленькую дочь. Здесь мы видим закон  
равновесия в действии, и можем говор-  
ить о коллективной  
совести и ее влиянии на  
семейные системы.

Итак, если человек хочет  
освободиться от  
оков семейных переплете-  
ний и идти своим путем, ему, прежде всего,  
необходимо понять, каким образом коллекти-  
вная совесть действует в  
его семье, и затем совер-  
шить некоторые действия,  
восстанавливающие  
равновесие. Лишь когда  
восстановится баланс  
и будут «закрыты» все  
старые счета, человек  
сможет считать себя по  
настоящему свободным.

В этом и состоит зада-  
ча Семейных расста-  
новок.

## Социальный порядок и этикет

новными законами социального взаимо-  
действия. Например, все примитивные  
племена очень иерархичны: младшие  
глубоко уважают старших. Чем старше  
человек, тем больше у него привилегий.  
Строгие правила первоочередности и  
приоритетности соблюдаются в этих об-  
ществах так, как нигде больше в совре-  
менном мире.

На Западе почти священной считается  
индивидуальность. И в России мы часто  
наблюдаем сцены, когда дети идут про-  
тив воли родителей. В нецивилизован-  
ных племенах никому даже в голову не  
придет перечить старшему. Групповые  
интересы представлены строгой иерар-  
хией ценностей и стоят на первом месте,  
отодвигая личные интересы на задний  
план. Все члены общества об этом знают  
и готовы нести ответственность не только  
за себя, но и за группу в целом.

Например, я слышала историю, кото-  
рая произошла в африканском племени.  
Мужчина из этого племени сломал ногу.  
Его соплеменники принесли его в боль-  
ницу, и доктор сказал им, что если ногу  
не ампутировать, то мужчина умрет, и  
они должны решить, проводить опера-  
цию или нет.

Вместо того чтобы тут же ответить,  
абorigены отправились домой. Там они  
собрали совет племени, на котором ре-  
шили, что делать дальше. Вернувшись  
в больницу, они сообщили доктору, что  
операции не будет и мужчина должен  
умереть.

То, что кажется жестоким представи-  
телю нашей культуры, может являться  
абсолютной необходимостью для выжи-  
вания африканского племени. Будучи  
кочевниками, они постоянно передвигаются  
с места на место в поисках пло-  
дородных пастбищ. Скудный травяной  
покров пустыни не позволяет им долго  
задерживаться на одном месте. С одно-  
ногим членом группы им будет трудно  
передвигаться, и под угрозой окажет-  
ся выживание всего их сообщества.  
Поэтому они вынуждены были согла-

шаться со смертью своего соплеменника.  
Все в племени, и даже сам мужчина,  
понимали это и подчинились данному  
решению.

Подобный сюжет запечатлен в библейской  
истории о блудном сыне. Праведный сын, оставшийся  
дома и пожелавший помочь отцу, кажется более  
достойным, чем тот, кто растратил  
наследство, блуждая по свету. Теленок  
должен быть зарезан для сына, оставшегося дома, а  
не для того бездельника.

А вот пример из современной жизни: работник, в  
течение многих лет проявляющий трудолюбие и  
выказывающий приверженность компании, считает,  
что у него больше прав, чем у того, кто вечно опаздывает  
и крадет канцтовары.

Однако ничто не может поставить личное выше  
коллективного, поскольку коллективной совести все  
равно, кто входит в состав той или иной группы. У  
всех есть одинаковое право принадлежать к системе,  
будь то блудный сын или нечестный работник.

Семейные расстановки показывают, что  
коллективная совесть гораздо сильнее личной. Она способна заставить человека поступить против личной совести  
в угоду своему сообществу.

Давайте вновь обратимся к примеру  
блудного сына. Допустим, я решу, что  
мой брат недостоин отцовского наследства:  
он покинул семью, в то время как  
я трудилась на ее благо, поддерживая  
всех остальных родственников. Поэтому  
я заберу все деньги себе. Такое решение  
продиктовано голосом моей личной совести:

«У меня больше прав на наследство  
и наступившая беременность в данном случае рассматривается как спасение от проблем? Будущий ребенок, по ее мнению «гарантирует» ей безопасность и счастливую семейную жизнь? В таком случае родившись, ребенок будет испытывать страх перед будущим, окружающий мир будет казаться неблагопо-

лучий, подавляя индивидуальность  
во имя процветания общества в целом.  
Это нужно для выживания группы, по-  
скольку жизнь ее членов базируется на  
удовлетворении их основных потребнос-  
тей. Чтобы противостоять засухе, на-  
воднениям, голоду, ликим животным,



враждебным племенам и холоду, людям  
необходимо держаться вместе, и тогда  
интересы сообщества оказываются пре-  
выше всего остального.

Сейчас в богатых обществах необходи-  
мость подчиняться законам группы  
практически отпала. У людей появил-  
ось больше возможностей для инди-  
видуального развития. Больше личной  
свободы — вот естественное развитие  
социума.

Однако многие почти забыли о своих  
корнях. В то время как законы, царя-  
щие в семейных системах, отнюдь не забыты.  
Они все еще существуют, хотя ими  
также не управляет, и все еще управляют  
нашим поведением.

ребенка стать счастливым, успешным,  
уметь реализовать свои возможности и  
таланты, создать свою счастливую се-  
мью и передать свой опыт уже своим де-  
тям? Печальная история, не правда ли?  
Может кому-то она что-то напомнила? А  
ведь, если бы такая женщина вместе со  
своим мужем прошла курс подготовки к

го отца есть богатый жизненный опыт,  
только он воспринимается в негативе, и  
отец не умеет этим опытом качественно  
поделиться.

У таких семейных пар возникает  
страх за будущее, нивелирование собс-  
твенного позитивного опыта, заниже-  
ние самооценки — в результате между

**Екатерина Дарская**  
психолог — консультант,  
сертифицированный специалист  
в области семейных и структурных  
расстановок, системный терапевт,  
консультативный член ППЛ  
(г. Краснодар)

**ЗАЧЕМ ГОТОВИТЬСЯ К РОДИТЕЛЬСТВУ**



беременности и родительству, то  
в результате она могла бы наладить  
свои отношения с близкими людьми и  
окружающим миром, научилась бы воспринимать про-  
исходящие с ней события как хороший жизненный опыт. Она  
получала бы удовольствие от об-  
щения с другими людьми, и тогда  
выполнила бы одну из важнейших функций материнства —  
стала бы счастливой и научила  
этому своего малыша.

Что может произойти, если  
мужчина не будет готовиться к  
родительству? Могут происходить  
престранные события. Вы  
можете когда-нибудь услышать фразу от будущего папы: « Ну,  
вот родит, на ноги поставит,  
говорить научит — буду тогда воспитывать ». Это к трем-то годам?! Когда все базовые психи-  
ческие функции заложены,  
типичное поведение (смею заме-  
тить — женский вариант) сфор-  
мировано. Где же отцовское влияние на  
закладку отношения к миру у малыша?  
Что это? Это снятие с себя ответствен-  
ности за воспитание и развитие своего  
ребенка, нежелание участвовать в жиз-  
ни своего чада. А может и передать-то  
малышу нечего? Нет, конечно, у тако-

мужем и женой складываются негар-  
моничные отношения. Реальность, за-  
частую воспринимается в сильно иска-  
женном виде. А такое поведение может  
быть связано непосредственно с внутри-  
утробными переживаниями таких родите-  
лей. Этот опыт будущих родителей  
может диагностировать только психолог.  
Диагностика первого внутриутробного  
опыта, проблем и страхов, связанных с  
ним, важна для устранения причин пато-  
логии развивающихся негармоничных  
отношений в паре. При работе во время  
подготовки к будущему родительству с  
негативным пренатальным и ранним дет-  
ским опытом устраняются внутрилич-  
ностные и внутрисемейные конфликты,  
которые могут привести к вышеописан-  
ным ситуациям или подобным им.

Если Вы хотите стать счастливыми  
родителями успешных детей — мой со-  
вет: готовьтесь к беременности, и Ваши  
дети скажут потом: «Спасибо! Вы самые  
лучшие родители на свете!»

**Евгения Глебова**  
врач I категории,  
психолог, член ППЛ

«Зачем готовиться к родительству?» —  
такой вопрос однажды прозвучал из  
уст мужа моей клиентки. Сегодня я  
хочу предложить Вам обсудить эту  
тему. Действительно, а почему нужно  
готовиться к беременности? Во-первых,  
потому что беременность должна насту-  
пить на фоне полного или почти полного  
здоровья пары.

Во-вторых, потому что к момен-  
ту наступления  
беременности  
в паре должны быть устояв-  
шиеся, гармоничные отно-  
шения, и их результатом должна  
быть желанная, а не нечаян-  
но наступившая беременность.  
В-третьих, супруги (оба, а «не  
один за всех») должны быть  
готовы взять на себя ответ-  
ственность за рождение ребен-  
ка. И таких «потому что» еще  
много. Эти «потому что» Вы  
можете найти в предыдущих  
публикациях.

При наступлении беременности в организме женщины происходят изменения, не видимые глазу до определенного срока. Эти изменения затрагивают не только физические аспекты, но и психологические — например, такие как изменение социального статуса женщины, изменения семейных отношений с партнером, собственными родителями, друзьями, коллегами по работе, изменения касаются часто физической активности женщины. Происходит переоценка устоявшихся ценностей. А если женщина имеет конфликтные отношения с окружающими, окружающий мир кажется несущим неопределенность и угрозу ее благо-



**Эдвард Зигмунд**  
студент КубГАУ  
(г. Краснодар)

«Откуда взялись сны?» —  
Стара как мир загадка.  
Они едва видны  
И исчезают без остатка.

Тонут в сундуке,  
Тают на рассвете.  
Сияют вдалеке  
И плывут туда, где ветер.

Загадка сундука  
На дне океана.  
Дар исподтишка —  
Будто удар тарана.

Таинство судьбы:  
Быт — бытом.  
Где рождаются сны  
И кем они открыты?

Картины плывут,  
Летят кадры,  
Но я не могу  
Найти искомого креста на карте!

Да кто посмел  
Прятать сны в коробку??!  
Замести следы  
И потопить лодку.

Я спрашивал людей.  
В ответах все едини:  
Найти царство снов  
Помогут лишь дельфины!

А они молчат: они благородно  
Стерегут мир снов, нанесенный  
на полотна.  
А я — глупец, смотрю на картины  
И не могу понять: о чём молчат  
дельфины.

Я ищу суть, форму не изведав.  
Во тьме не так легко быть воином  
света.  
На дне пучины лучай не видно.  
Лишь черно-белые «не рыбы»  
зрят очевидное.

Видят холсты из-под кистей создателя.  
На палитре тона мечты отобраны  
старателю.  
Дельфины молчат, а я в упор  
не вижу,  
Что лица портретов кричат, а  
сюжеты — подвижны!

Сундук не ящик Пандоры,  
Но он околован!  
Его хранят не заборы,  
Но мрака оковы.

Среди глубин нет света истины,  
Не света истинного.  
И, сколько не смотри пристально,  
Не увидишь мира снов истового

Он передо мной —  
Об этом и молчат дельфины.  
Мне суждено понять,  
Что сны непостижимы!



Я Поэт! Мой путь тернист,  
Но в арсенале у меня есть  
Чистый Лист,  
Есть Карандаш, чей Грифель тверд.  
Плюс, взгляд на Мир: люблю Восход!

Я Игрок! Рифмами играю в  
преферанс:  
В моей колоде слов большой запас.  
Живет, когда пишу Стихи  
или Рассказ,  
В каждой строке моей Ренессанс!

Я возрождаюсь в каждом новом  
Слове,  
И погибаю в точке, что в конце строки!  
Я возрождаюсь, всякий раз, опять и  
снова,  
Чтоб сделать лучше этот Мир!

Поэту чуждо состояние амебы.  
Поэт — оратор и бунтарь.  
Волосяной покров на голове растрепан.  
Поэт на улицу спешит, когда горит  
фонарь.

Выходит, чтобы черпать Вдохновенье.  
Выходит, чтобы окунуться в Ночь!  
Выходит по бульвару прогуляться тенью,  
Встретить Рассвет и на Заре  
исчезнуть прочь!



## ИННЫМИ СЛОВАМИ

**Ж**ил-был кораблик... Каждое утро он выходил в море и в течение дня занимался самыми разными делами. Он играл с пенистыми волнами и соленым морским ветром; плавал на перегонки с умными, добрыми и озорными дельфинами; слушал рассказы птиц о дальних удивительных странах; учился премудростям морского дела. Целый день кораблик играл со своими друзьями — рыбами, птицами, дельфинами.

Однажды, кораблик заигрался и не заметил, как солнышко скрылось за серыми мрачными тучами, которые заволокли небо. Поднялся сильный ветер,озвестивший о пришествии грозного хозяина морских широт: задиры — Шторма, который обладал неукротимым правом и силой. Необузданная мощь Шторма заставила всех жителей морских владений затаиться, сжаться, спрятаться. Друзья кораблика — дельфины и рыбы, нырнули поглубже и притихли в самой глубокой глубине морской пучины, где всегда сравнительно спокойно, и чувствуешь себя защищенным этим гигантским и надежным слоем воды. Кораблик же остался один на один с этим буйным и доселе незнакомым явлением. Ненастье нарастало в своей силе и штормовой ветер стал рвать паруса кораблика, окатывая его холодными каскадами морской воды. Кораблик почувствовал стремление сжаться, ему захотелось убежать, спрятаться. Он ощущал себя в этот момент маленьким-маленьким корабленком, готовым схватиться за любую ниточку надежды, позволившей сменить страх на глубинную уверенность в том, что он не распадется на мелкие доски в случае страшного крушения.

И волны разгневанно бросали кораблик то вверх, то вниз. Он чувствовал, как ветер пытается грубо схватить его за паруса и тем самым накренить, наклонить, вправо, влево, туда или сюда, перевернуть и утопить его в этой грозной пучине, в которой то и дело возникали черные, манящие и, в то же время, отталкивающие бездны водоворотов. И в этот момент кораблику захотелось еще больше сжаться, и он от страха, от этой всепоглощающей паники, словно в тумане, позволил своим парусам тута закрутиться на свои мачты. В результате чего, сам того не предполагая, он оберег свой корабельный корпус от разрушения, потому что шторм и ураган, по мере продолжения своей грубой игры, истощились в тщетной попытке утопить кораблик, который, ни смотря ни на что, имел твердое намерение достичь своей цели и продолжить свою радостную и такую, насыщенную хорошими событиями, жизнь. Ветер отчаянно пытался схватить кораблик за мачты, но площадь мачт, в отличие от плоскостей парусов, не позволяла окрутить и повергнуть ниц беззащитного странника....

И у всего в этом мире есть свое начало и свое окончание. Закончилось и это.

Шторм ушел туда, откуда пришел, и через то, через что вошел. И наступила тишина.

На небе появились звездочки, море стало спокойным. Кораблик еще некоторое время был зажатым, испуганным и несколько истощенным столь упорной борьбой за свое существование. Он еще некоторое время оставался практически на одном месте, потому что от страха еще не мог расправить паруса. И так он брел по морю всю ночь, а утром выглянуло солнышко, приплыли друзья — дельфины, и он продолжил свой путь туда, где ему всегда хорошо, где ждет его покой и необходимый сейчас отдых.

И, казалось бы, что на этом все и закончилось...

На самом деле, память об этой ситуации стала оказывать кораблику плохую услугу. Находясь в море, в тот момент, когда возникало в пределах видимости что-то необычное, которое, как оказывалось впоследствии, не несло в себе ничего угрожающего и разрушительного, кораблик внезапно сжался, накручивал паруса на мачту и, трясясь от страха, застыпал.

Так в один из прекрасных вечеров, когда кораблик услышал шум падающей воды, оглядевшись вокруг, он заметил вылетающий откуда-то из глубины морской глади, стремящийся вверх, фонтан морской воды. Он моментально сжал паруса, накрутил их вокруг своих мачт и замер в страхе.

Это голубой кит приплыл с ним познакомиться и пообщаться и, быть может, начать дружить. Однако, кораблик не отвечал на приглашение познакомиться, и кит в смущении уплыл восвояси. Нечто подобное повторилось тогда, когда кораблик играл со своими друзьями — дельфинами на перегонки. Вдруг внезапно усилился ветер и кораблик, вместо того, чтобы использовать силу ветра и увеличить скорость, от страха сжал свои па-

руса, остановился и, конечно же, отстал от дельфинов и проиграл веселое соревнование.

После чего, дельфины удивленно стали выяснять у кораблика причину его столь странного поведения.

Когда он рассказал свое страшное воспоминание, веселые друзья поведали ему, что «далеко не все неизвестное и необычное является опасным. Они сказали: «Если ты будешь пользоваться этими ситуациями, находясь в состоянии готовности довериться этому миру, то сможешь легко преодолевать препятствия, достигать цели, заведешь много

менно вызывающее любопытство неизвестное, приблизилось, похожие на языки пламени отблески превратились в алые паруса многомачтовой двухпалубной каравеллы.

Каравелла проявила желание подойти поближе к кораблику, но его опять посетило это чувство страха, он хотел сжаться и спустить паруса... Но в этот момент в памяти всплыли слова дельфинов о том, что «страх может помешать в безопасных и даже приятных ситуациях». И, влекомый каким-то непреодолимым намерением, кораблик распрямил киль, выпрямился вдоль всей сво-

# Кораблик



друзей и узнаешь много интересного». Далее дельфины продолжили: «В следующий раз, когда ты почувствуешь или увидишь что-то неожиданное, присмотрись, прислушайся к своим ощущениям. И после того, как внутри тебя появится солнечный свет и волнующее тепло, ты сможешь позволить себе сохранять паруса открытыми. И тогда тебе откроется возможность использовать могучую природную силу. Тогда ты сможешь действовать так, как необходимо именно тебе». — Выслушал их кораблик, с недоверием отнесся ко всему, что они сказали; затем настороженно улыбнулся и забыл про эту беседу.

Но, вскоре, во время одной из своих морских прогулок кораблик вновь встретился с китом. И сначала он, как и прежде, в страхе замер и подготовился к самому страшному. Однако страшного-то ничего и не случилось... Кит улыбнулся своему новому знакомому, потом набрал воды и выпустил целый фонтан брызг. Затем кит махнул своим большим плавником и пригласил кораблик в гости.

Наш маленький герой и сам от волнения не помнил, как набрался смелости и принял приглашение. Они пили теплый сладкий чай из морских водорослей и рассказывали друг другу истории о своих приключениях. Поиграли в догонялки, — и победила дружба. Теперь кит и кораблик — друзья. С тех пор кит часто приплывает в гости к кораблику в его уютную гавань.

После этого случая кораблик стал более спокойным, уверенным и устойчивым на плаву. Именно поэтому он настолько осмелел, что совершил путешествие на Северный полюс. Кругом лежал пущистый белый снег. Это сверкающее прохладное покрывало мягко хрестело под лапами больших белых медведей, которые пришли поглядеть на невиданного гостя. Медведи медленно шли к морю, чтобы познакомиться с корабликом и искупаться.

А смешные неуклюжие пингвины весело катались с ледяных горок, все время смеясь. Таким образом, наш юный путешественник побывал во многих необычных странах: там, где сам желал побывать. И пережил много удивительных приключений.

Как-то раз, плавая по морю, увидел кораблик вдалеке очень красивые, розово-красные отблески заката на, пахнущем мечтой, оранжевом фоне. Он стал всматриваться вдаль и с некоторым удивлением увидел Нечто, приближающееся по встречному курсу. Вначале кораблик думал, что это воздушные мореплаватели — альбатросы. Но после того, как это, несколько пугающее и одновре-

ней ватерлинии и приветствовал красавицу почтенным салютом своих парусиновых полотнищ.. И сдружились они. И все чаще каравелла говорила другу о своем желании жить с ним в одной гавани. Кораблик пытался избегать этих разговоров, так как боялся, что не сможет дать красавице — каравелле надежной защиты и опоры. Впоследствии же, вспоминая, как много он повидал и с каким достоинством вышел из большого количества экстремальных ситуаций, кораблик смог поверить в себя. И была тогда великая радость, когда предложил он, наконец, каравелле жить в одной гавани с ним. И красавица навсегда украсила своим присутствием его пребывание в мире морского величия ...

Никто не знает, когда это было: может быть давно, а может быть — недавно; может миллион лет назад, а может и меньше. И кто знает, кого благодарить за то, что ныне тысячи кораблей, лайнеров, шхун и яхт бороздят моря и океаны нашей необъятной планеты...

Может быть дельфинов? Может быть каравеллу? А может быть... разбойника-Шторма, в борьбе с которым получил кораблик Умение побеждать, Веру в себя и Вдохновение на пути к мечте?!

Ипаткин

## 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



21 сентября  
2010 года  
пройдет

X Международная  
конференция  
«Через библиотеки —  
к будущему»

Тема: «Здоровье, знания, про-  
фессионализм — главные слага-  
емые успеха молодого человека: воз-  
можности библиотеки»

ВАС ЖДУТ:

- семинары;
- творческие встречи с писателями;
- круглые столы;
- выставки.

Профессиональная программа будет со-  
ставлена так, чтобы осталось время для не-  
формального общения. У вас будет прекрасная  
возможность не только повысить свою квали-  
фикацию, но и встретиться с авторами, уз-  
нать о последних тенденциях в литературе,  
обменяться своими взглядами и опытом ра-  
боты с коллегами, поучаствовать в культур-  
ных мероприятиях. Состоится знакомство с  
литературными достопримечательностями  
города-курорта Сочи. Выездные практические  
занятия состоятся на базе библиотек города-  
курорта Сочи и Государственной республи-  
канской юношеской библиотеки Республики  
Абхазия (г. Сухум)

#### УСЛОВИЯ УЧАСТИЯ:

Для участия в конференции необходимо  
заполнить регистрационную форму,  
отправить ее в адрес Краснодарской  
краевой юношеской библиотеки имени  
И.Ф. Вараввы почтой, электронной поч-  
той или по факсу. Возможна регистрация  
в режиме on-line на сайте КЮБ.

Перечислить сумму регистрацион-  
ного взноса в размере 5600 рублей до  
25 августа 2010 года на расчетный счет  
Краснодарской краевой юношеской  
библиотеки имени И.Ф. Вараввы.

Все мероприятия конференции будут  
проходить в современном комфорктабель-  
ном санатории «Южное взморье» (354340,  
г. Сочи, А-340, ул. Калинина, 1).

Сумма оплаты для проживающих в од-  
номестном номере — 2200 рублей в сутки,  
в двухместном номере — 1800 рублей, в  
трёхместном номере — 1300 рублей.

**ПО ВСЕМ ВОПРОСАМ ОБРАЩАЙ-  
ТЕСЬ в:**

- Оргкомитет X Международной кон-  
ференции: 350051, г. Краснодар, ул.  
Офицерская, 43,  
- Краснодарская краевая юношес-  
кая библиотека им. И.Ф. Вараввы,  
Оргкомитет. Телефон/факс: (861) 224-  
27-06, 224-43-87. Телефон: (861) 224-  
06-45. E-mail: biblio@mail.kuban.ru,  
сайт: <http://krkrub.kuban.net.ru>

- Оргкомитет конференции: Стол  
справок ГУК КК КЮБ, тел. 225-42-  
15, email: biblio@mail.kuban.ru, email:  
krkrub@mail.ru

**г. Ставрополь**  
**09.09 -12.09. 2010 г.**  
семинар-тренинг

## НЛП

### Базовый этап 1.1

Семинар ведет тренер НЛП международ-  
ной категории, кандидат психологиче-  
ских наук, психотерапевт Европейского  
реестра, действительный член, препода-  
вател и супервизор ППЛ

### Петр Силенок

Информация о проведении  
семинара по телефону  
8-928-013-2-999

**17.09 -20.09. 2010 г.**

**г. Новороссийск**  
семинар-тренинг

## НЛП

### Базовый этап 1.1

Семинар ведет тренер НЛП международ-  
ной категории, кандидат психологиче-  
ских наук, психотерапевт Европейского  
реестра, действительный член, препода-  
вател и супервизор ППЛ

### Петр Силенок

семинар будет проходить в

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

Учредитель: Силенок П.Ф.

Издатель: ООО «Фирма «Логос».

Главный редактор: Силенок И.К.

Технический редактор: Дроздова Е.В.

## 27 августа 2010г. Приглашаем Вас на ПСЕТИЧЕСКИЙ ВЕЧЕР



Начало в 19.00  
Вход свободный.

с 28 по 31 октября 2010г.  
семинар-тренинг

## Кинезиология «Единый мозг» 1,2 часть

Ведущая программы - консультативный  
член ППЛ, преподаватель психологии, практи-  
ческий психолог, психолог - кинезиолог  
**Зинаида Зозуля**

По окончании выдается  
сертификат государственного образца  
Стоимость 4 000 руб. Скидки членам  
ППЛ

с 3 по 5 сентября 2010г.

выездной семинар-тренинг

## СОСТОЯНИЯ ЛИЧНОЙ СИЛЫ

г. Анапа, пансионат Элита  
(комфортабельные номера)

Семинар ведет кандидат психо-  
логических наук, психотерапевт  
Европейского реестра, тренер НЛП  
международной категории, действи-  
тельный член, преподаватель и су-  
первизор ППЛ

### Петр Силенок

Стоимость участия: 4500р

Скидки: Семейным парам 10%,  
Повторным участникам этого семинара - 50%,  
Скидки суммируются. Проживание  
плюс питание 900р. в сутки (2,5 суток)

ОБЩЕРОССИЙСКИЙ СОВЕТ ПО ПСИХОТЕРАПИИ И  
ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ КОНСУЛЬТИРОВАНИЮ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА  
СОВЕТ ПО ПСИХОТЕРАПИИ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ  
ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ И БИЗНЕСКОНСУЛЬТИРОВАНИЯ «ЛОГОС»  
проводят

## Съезд психологов - консультантов и психотерапевтов ЮФО РФ

26-28 ноября 2010

**Краснодар**

Цель съезда: Обмен опытом психотерапии и консультирования ведущих специалистов  
различных направлений. Поиск основы для конструктивного диалога, анализ индивиду-  
альных и групповых стратегий преодоления кризисных ситуаций. Презентации новей-  
ших методов и техник диагностики, коррекции, психотерапии. Выборы делегатов на  
Второй общероссийский съезд психотерапевтов и психологов консультантов.

**Съезд открывает научно-практическую конференцию**  
**«Современное состояние и тенденции развития психотерапии на юге России».**

Материалы конференции будут публиковаться в приложении к общероссийскому жур-  
налу «Психотерапия».

Ряд профессионалов уже заявили о своём участии в съезде и конференции. В их числе  
Макаров Виктор Викторович, д.м.н., профессор, зав. кафедрой психотерапии и сексологии  
ГУ ДПО Российской медицинской академии последипломного образования, действитель-  
ный член и президент Профессиональной психотерапевтической лиги РФ, председатель  
Совета по психотерапии и консультированию РФ, вице-президент Всемирного Совета по  
психотерапии, Психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы,  
и Единого Всемирного реестра профессиональных психотерапевтов.

Структура участников съезда и конференции.

- Специалисты Краснодара, Краснодарского края,  
субъектов РФ Юга России;
- Представители государственных органов здравоохранения;
- Научные учреждения Краснодара, Юга России;
- Общественные организации Краснодара, Юга России;
- Предприятия и организации;
- Ученые, общественные деятели, предприниматели и  
бизнесмены;
- ВУЗы, обучающие специалистов, учебные учреждения;
- Студенты.

Регистрация докладчиков до 30.10.10г., статьи для публикации и тезисы докладов при-  
нимаются на электронный адрес logos\_centr@mail.ru не позднее 20.10.2010г., предвари-  
тельно позвонив по указанным телефонам.

Регистрация участников проводится до 24.11.10 г. Для получения информации по регис-  
трации звоните по телефону (861) 253-23-96.

Стоимость участия 2900р., студентам психологических факультетов 1900р.

Для членов ППЛ скидки:  
наблюдательное членство - 10%, консультативное - 15%, действительное - 20%  
Ряду учреждений будут предоставлены по квоте бесплатные места на съезде.

Предварительная запись на семинары обязательна.

Адрес: г. Краснодар, ул. Кирова, 104, офис 2А. Тел.: (861)253-23-96, 8-918-439-06-67,  
e-mail: logos\_centr@mail.ru; [www.logos-nlp.net](http://www.logos-nlp.net)



## ВО ВСЕЙ «ЛОГОС»

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПРОВОДИТ

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

### СИЛЕНOK ПЕTR 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

9 - 10 октября 2010г.  
углубленная часть

### семинар-тренинг Кинезиология «Под кодом»

Ведущая программы - консультативный  
член ППЛ, преподаватель психологии, практи-  
ческий психолог, психолог - кинезиолог  
**Зинаида Зозуля**

Семинар предназначен для всех, кто про-  
шел 2 части основного курса кинезиологии  
Стоимость участия 3500р.

При участии в семинарах «Изобилие»  
и «Под кодом» 8-10 октября,  
стоимость за два семинара 5000р.

с 15 по 17 октября 2010г.

### СЦЕНАРИИ ПЕРСОНАЛЬНОГО БУДУЩЕГО «Личный каталог психологических игр» (в рамках программы Транзактный анализ. (Восточная версия))

Руководитель программы: доктор мед.  
н., профессор, действительный член и  
президент ППЛ, Председатель Совета  
по психотерапии и консультированию  
РФ, вице-президент Всемирного совета  
по психотерапии, Психотерапевт единого  
реестра профессиональных психотерапев-  
тов Европы, и единого Всемирного реес-  
тра

**Макаров Виктор Викторович**

Стоимость участия: 5400 р.

Членам ППЛ скидки:

Действительным - 20%

Консультативным - 15%

Наблюдательным - 10%

с 22 по 24 октября 2010г.

семинар-тренинг

### РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ

(работа с межличностными и про-  
фессиональными конфликтами)

Ведущая тренинга: кандидат ме-  
дицинских наук, вице-президент  
ППЛ, тренер-консультант, редак-  
тор журнала «Психотерапия» г.  
Москва

**Ирина Чеглова**

Стоимость 4900 руб.

Скидки членам ППЛ

Газета отпечатана в типографии ООО

«Издательство Екатеринодар»:

г. Краснодар, ул. им. Е.Бершанской 353/2.

Время сдачи в печать: по графику 16.00,

фактически 16.00.

Тираж 1200 экз. Заказ

(Роскомнадзор) 06 мая 2009г. Подписан индекс: 52156

Адрес редакции: г. Краснодар, ул. Кирова, 104 - 2а.

Адрес издателя: г. Краснодар, ул. Кирова, 104, оф. 2а

Телефоны: (861)253