

# Золотая Лестница



**Петр Силенок,**  
к.п.н., психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра сертифицированный мастер-тренер НЛП международной категории, региональный представитель европейской ассоциации НЛП-терапии (NLPt), действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, член совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, научный руководитель краснодарского центра психологии и бизнесконсультирования «Логос».

Что заставляет людей сознательно ставить цели личностного роста, «растя над собой»? Низкая самооценка? Неудовлетворенность обстоятельства-

## МОТИВАЦИЯ ГЕНЕРАТИВНОСТИ И САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ

ми? И это, конечно, тоже. Это, и многое такое другое, побуждает людей «заниматься собой». Но в этой мотивации личностного роста содержится также какое-то таинственное, я бы сказал, божественное — нуминозное содержание. Движет ли здесь людьми **неуёмный исследовательский азарт или же они вдохновляются уже спонтанно обнаруживающей себя красивой и заманчивой перспективой?** Я полагаю, что эти два составляющих мотивации генеративности взаимодополняют и взаимообуславливают друг друга. Одно без другого невозможно. **Мотивация творчества как процесса и мотивация предвосхищения творения как результата — есть разные стороны мотивации генеративности.**

В случае генеративного мышления мы оказываемся на территории полной неопределенности, территории неведомого и сам **процесс мышления есть магия волшебства приданья формы этому неведомому.** В этом — суть творчества. Появление структуры из бесформенного изначально материала означает возникновение чего-то принципиально нового, которому еще нужно дать имя. Оказывая генеративное внимание самому себе, мы тем самым наилучшим, то есть прямым и непосредственным образом соответствуем главной библейской заповеди: «Возлюби творца своего всем сердцем и разумом и ближнего своего как себя самого». Соответствуем в смысле «возлюби...».

Мне представляется, что природу такой мотивации сознательного управления личностными изменениями следует искать, в общем, для практически всех видов мотивации стремления **восполнять постоянно возникающий дефицит качества жизни.** Любой вид мотивации, — в том числе и мотивации и «заниматься собой» (самосовершенствование, самоактуализация, саморазвитие ...) как раз и есть стремление ликвидировать некоторый дефицит качества жизни.

«Дефицит качества» — категория, которую я ввожу для понимания

психологического механизма актуализации цели. Цель становится актуальной, если человек испытывает дефицит определенного качества жизни. Именно **дефицит качества как феномен переживания необходимости, долженствования или интереса** позволяет дать полное понимание связей потребностей человека, его мотивации и целей. Дефицит качества гарантированно выводит нас на такое явление как ценности. Сам же феномен дефицита определенного качества непосредственно выражается в так называемых **потребностных состояниях.** Главная функция потребностного состояния — снять дефицит качества и обрести ценностное состояние. В этом состоит природа любого вида мотивации. В том числе и мотивации личностного роста и творчества. Как

силу физической слабости (болезненности), плохого самочувствия (фактор телесности), низкой эмоциональной культуры и неспособности управляться со своими эмоциями. Тупиковые состояния воспроизводятся как функции нашей ментальности и убеждений. Низкая культура мышления, отсутствие системности и веры формируют внутренние тупики (сравним: «тупица», «тупой», «тупите»). Очень сильным фактором презентации такой личностью своих тупиковых состояний является **привычка «тупить».** К сожалению, опыт нам дан не только для выдачи уроков, но и для (само) воспроизведения. **«Несчастный опыт воспроизводится автоматически, счастливый — произвольно и с большим трудом».** Это и понятно, так как опыт, основанный на воспроизведении фикси-

ЦЕНТР  
ПСИХОЛОГИИ И  
БИЗНЕС  
КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ  
“ЛОГОС”

№ 21 (126)  
среда 2 ноября 2011 г.

## Психология успеха

### СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ:



ТЕАТР  
АРХЕТИПОВ.  
ПАРАД  
РОЛЕЙ

Что же такая позиция Шута с точки зрения адаптации, приспособления человека к требованиям общества? В первую очередь — преодолеть жесткие запреты...

стр.2



Семья.  
Свобода.  
Благодарность.

«Ох-х... Ну как после такого жить? А с ним, барбосом этим, — как жить? Ведь придется же. Бросить? Так не могу, Катя, люблю дурака. Вот я маленькая была, глядела, как папа маму по дому ремнем гонял и думала: «ни в жисть не выйду замуж за мужика, который меня бить будет. И что?»

стр.3



ПЛАН ПРОДАЖ —  
враг  
форс-мажорных  
выдумок  
от менеджеров

Сутью этой концепции становится разделение отдела продаж на 3 разных структурных подразделения. Простейший вариант такого разделения представляет собой отдел, состоящий из 3 человек.

стр.4



Психо-  
соматика  
в детском  
возрасте

Следует подчеркнуть, что ребенок рождается только с одной эмоцией — отрицательной. До 2-х месяцев он испытывает только негативные эмоции, особенно, при наличии отрицательного, мешающего его существованию, воздействия.

стр.5



Кинезиология  
против  
отрицания своих  
возможностей

Разногласие первого и второго «Я», как правило, ведет к возникновению внутреннего конфликта личности. А что, если второе «Я» всегда «уверено» что ничего хорошего не получится,

стр.7

МОТИВАЦИЯ  
У ШКОЛЬНИКОВ К УЧЕБЕ

Были приведены статистические сводки по данным мотивации у школьников по России. Также были названы факторы, влияющие на мотивацию школьников к учебе:

стр.7



Зрелая  
Любовь

Одна из моих пациенток рассказывая об отношениях с мужем (брак более 20 лет), сказала: «Наши отношения не такие яркие, как прежде, я даже не знаю можно ли их назвать любовью, скорее — это привычка».

стр.6



Что такое  
медиация?

Медиация — это конфиденциальный переговорный процесс с участием нейтрального лица — медиатора, содействующего сторонам переговоров в принятии взаимовыгодного решения по разрешению конфликта.

стр.6

ВНИМАНИЕ!  
ГАЗЕТА  
«ЗОЛОТАЯ ЛЕСТНИЦА»  
объявляет подписку  
на декабрь 2011г.

стоимость — 21 руб. 10 коп.  
на 1-ое полугодие 2012 года  
стоимость - 126 руб. 60 коп.

Подпись цена  
на месяц — 21 руб. 10 коп.  
Подписной индекс: 52156  
Справки по телефонам:  
(861) 253-23-96  
(988) 247-33-46

В первую очередь — преодолеть жесткие запреты, впитанные буквально с молоком матери и языком транзактного анализа называемые родительскими предписаниями или приказами. Страшные это приказы: «Не живи!», «Не чувствуй себя хорошо!», «Не будь близким!», «Не принадлежи (к достойному сообществу)!», «Не достигай успеха!» и т.д. Такие вот убеждения, таящиеся глубоко в бессознательном, с одной стороны. И — совершенно сознательные и такие естественные, такие человеческие потребности — жить, быть здоровым, любить, достигать желаемого, развиваться, просто получая удовольствие от жизни... Казалось бы, это совместить невозможно. Травмированная жестким обращением или заимствованными чувствами психика терпит чудовищные муки, прорываясь через эти жесткие запреты. И тут на помощь приходит Шут. Давая человеку способ жить, действовать, любить, «как бы», «понарошку», играя. Осуществляя осознанно то, что ему подсознательно жесточайшим образом запрещено. Умилостивив таким образом обе стороны — и сторону запрета, и сторону развития. Синтезируя, совмещая в себе несовместимое. Велика цена такой адаптации. Но именно она дает время травмированной душе выжить и выстроить постепенно Дома Принца, Воина, Короля, Мага. И рано или поздно каждый из них в благородном поклоне поблагодарит Шута за этот великий подвиг, за этот невероятный дар — сохраненную жизнь. Такое часто наблюдается в работе с «театром архетипов», причем сначала именно Шут кажется самой никчемной, а иногда и зловредной, вечно все портящей частью личности. И только потом, когда выясняется его истинная роль в этом «государстве», клиенты признают его заслуги, перестают обесценивать их и, принимая новые жизненные решения, связанные с разрешением для себя свободно и счастливо жить, быть здоровыми, успешными, полноценными людьми, оставляют Шуту его исконное место. Где от него не будет требоваться слишком многое.

Как вот в этом примере. Работала я с женчиной, которая предъявила один из запросов, характерных для травмы: «Я талантливый человек, у меня много ресурсов, но я никак не могу достойно присутствовать в профессиональном пространстве. Мне до сих пор (ей было тогда 53 года) придумывают унизительные клички, а я до сих пор крайне болезненно на них реагирую, я подхалимствую и раболепствую, и все это мне очень тяжело».

Здесь, Шут присутствовал буквально во всех Домах. В каждом из них клиентка ерничала и кривлялась, высмеивая главные ценности этих домов. И «ни слова в простоте... все с ужимкой», уже знакомой нам ухмылкой, а углы рта чуть судорогой не сведены... . И было очень трудно хоть как-то ограничить проявления Шута его собственным Домом, дать возможность свободно проявляться другим ролям. И только просьба — пройти по другим Домам и собрать то, что принадлежит Шуту по праву, была услышана и выполнена, и дала возможность локализовать роль Шута в отведенном для нее пространстве в центре помещения. И тогда клиентка смогла отстраненно взглянуть на ситуацию из Дома Мага, со спокойным достоинством обсудить взаимоотношения с коллегами в Доме Короля, наметить параметры цели для домашнего задания в Доме Воина и подобрать для себя занятия и ощущения, которые пробуждали бы в ней живость Принца и нежность Принцессы...

А, если все же с этим не разобраться, не прожить как следует, не отметить вовремя роль и функцию Шута, то он начинает превращаться в главную фигуру, управляющую жизненным сценарием. И все больше энергии ему требуется, и чем дальше, тем больше — а жизнь становится трагифарсом, а исторические анекдоты иллюстрируют эти «высокие отношения» общества, эпохи и людей:

Федор Иванович Тютчев очень томился в Петербурге и только дождался минуты, когда сможет возвратиться за границу. Он часто говорил:

- Я испытываю не тоску по родине, а тоску по отъезду.

Вскоре после роковой дуэли А. С. Пушкина и Жоржа Дантеса, Тютчев поинтересовался у приятеля, что известно нового. Тот ответил, что военный суд вынес приговор Дантесу.

# ПАРАД РОЛЕЙ ШУТ

- Кему он приговорен?

- Он будет выслан за границу в сопровождении фельдъегера.

- Вы в этом вполне уверены? — переспросил Тютчев.

- Совершенно уверен.

- Пойду Жуковского убью, — сказал Тютчев (<http://history-anekdot.livejournal.com/77201.html>)

И, вступая в перекличку эпох, звучит песня «Гимн Шута». То же, в общем-то, о том же...

Терпеньем я не наделен,  
Но мне все лучше, да, мне все лучше,  
я удивлен.  
Судьба, в которую влюблен, дает мне право  
Смеяться даже над королем.  
Стать дураком мне здесь пришлось,  
Хотя я вижу всех насквозь.

Искренне прошу, смейтесь надо мной,  
Если это вам поможет.  
Да, я с виду шут,  
Но в душе король,  
И никто как я не сможет.

Эй вы, придворная толпа,  
Я вас не вижу, я вас не слышу.  
Я отрешен.  
Меня готовы, как клопа,  
Топтать ногами, и это значит,  
Мой час пришел.  
Открою вам один секрет:  
Вельмож, к несчастью, честных нет.

Я всех высмеивать вокруг  
Имею право!  
И моя слава  
Всегда со мной, всегда со мной!  
Пускай все чаще угрожают мне расправой  
Но я и в драке хороши собой!  
Как, голова, ты горяча!  
Не стань трофеем палача!

(А.Князев, «Король и Шут»)

Но это, пожалуй, все же очень глубокий реверанс в сторону героического сценария, о котором мы говорили раньше, когда рассматривали архетипы Принца и Воина. А сейчас — вернемся к Шуту простому, не героическому. Который веселит и забавляет, насмешничает и лукавят. Просто потому что ему так нравится. Тому, например, который заставляет переделывать известные песни. И эти переделки сами по себе хорошо иллюстрируют различные функции Шута.

Бот этот Шут, например, творит от молодости и радости жизни. Творчество — кипит и играет. Сочинить — не чтобы себя прославить, а чтобы людей позабавить, когда собираются вместе — из чистой забавы. Из моей медицинской молодости. Видимо, довольно старая переделка песни «Одинокая гармонь», однако, удачная. И до сих пор, говорят коллеги, их дети, новое поколение студентов-медиков с довольствием ее распевают:

Словно замерло все до рассвета.  
Организм погружается в сон.  
Только слышно — в артерии где-то  
Одиночный блуждает гормон.  
Ты ответь на вопрос лаконичный,  
Чем напрасно по крови блуждать:  
На кого ж ты такой специфичный,  
И куда тебя надо послать?

Функция эмоциональной «скорой помощи» — с элементами жесткой иронии и использованием тяжелой артиллерии — приема обесценивания. Одной пылкой и трепетной моей подругой эта песня традиционно использовалась, чтобы избавляться от пересчур нежных чувств к джентльменам, с которыми у нее «не складалось», как она говорила. У этого шедевра народного творчества прослеживается забавная судьба. Судя по словам здесь изначально предпринята переделка визборовской песни «Милая моя». Однако, видимо, бывает, что такие творения вдруг начинают жить собственной жизнью. И я услышала ее уже пролетая на мотив «Волшебника-недоучки» А.Пугачевой, да и еще с соответствующим припевом. Не побоюсь привести это чудо в том варианте, как услышала:

Ты у меня один,  
Словно в тарелке блин.  
Словно утюг в руке,  
Словно мой нос в муке.  
Белый как унитаз,  
Лысый как фантомас.

которых главный герой... — Дурак. То есть тот, младшенький, который сидит на печи и развлекает все семейство своими байками и прибауточками, не жалеет вкалывать за просто так, и толку от него в хозяйстве никакого. Но только он держит свое слово и не спит всю ночь в дозоре, только он может запросто договориться с кем угодно, начиная от Щуки и кончая Ветром, Месилем и Солнцем, ловко переиграть злобных и завистливых представителей «властных структур», ухватить за хвост Жар-птицу... Словом, выжить и добиться своего вопреки всем превратностям судьбы.

“Дурак и молния”  
(М.Горшнев — А.Князев — “Король и Шут”)

Грохочет гром.  
Сверкает молния в ночи.

А на холме

Стоит безумец и кричит:  
«Сейчас поймаю тебя в сумку,

И сверкать ты будешь в ней.  
Мне так хочется, чтоб стала ты моей.»

То парень к лесу мчится,  
То к полю, то к ручью.

Все поймать стремится

Молнию.

Весь сельский люд  
Смотреть на это выходит.

Как на холме  
Безумец бегал и чудил.

Он, видно, в ссоре с головою,  
Видно, сам себе он враг.

Надо ж выдумать такое,  
Во дурак.

Утром по сельской дороге  
Медленно шел ночной герой

«Сесь ложматый и седой

И улыбался...

Чего он на самом деле достиг? И почему улыбался? Вряд ли он когда-нибудь кому-нибудь об этом расскажет. А мы ведь еще из школьных учебников помним, чем кончился первый эксперимент с поимкой молнии. Гибелью ученого. А другие — пошли дальше и сделали то, что ему не удалось. И поползут теперь человечество.

Послушаем еще одну «дурацкую» песню. О том, как достигается примирение с тем, что не удается побороть. Это тоже — умеет надо.

Смельчак и ветер  
(М.Горшнев — А.Князев)

Дул сильный ветер, крыши рвали.

И, несмотря на поздний час,  
В округе вряд ли кто-то спал —

Стихия не на шутку разошлась.

Но вокруг какой-то парень с криком побежал

И принялся махать метлой:

«Ах, ветер, негодяй, ты спать мне помешал!»

А ну-ка, выходи на бой!»

Я ведь не из робких, все мне по плечу.

Сильный я и ловкий, ветра проруць!

И ветер закружился, заметался

И если начал с корнем рвать...

«Откуда этот сумасшедший взялся,

Что хочет с ветром воевать?».

Но парень не сдавался и метлой махал,

И удалялся в глубь полей.

И впраздь неплохо с ветром воевал,

А ветер становился злей...

Я ведь не из робких, все мне по плечу.

Сильный я и ловкий, ветра проруць!

Но вдруг метла со свистом улетела прочь,

И храбрый парень — вслед за ней.

А после этого спокойней стала ночь —

Исчез во мраке дуралей.

Его под утро пастихи нашли в стогу —

Он очень крепко спал,

А ветер песни напевал ему

И кудри ласково трепал.

Я ведь не из робких, все мне по плечу.

Сильный я и ловкий, ветра проруць!

Чтобы развиваться, личность должна иметь в своем составе Ребенка. И не бояться этого. И в каждой дружеской компании, деревне или организации есть такой человек. И в каждой стране есть такой регион. И в мире есть такая страна... И мир учится на ее ошибках. И ее больше отдаются в наших сердцах. И ее процветание и счастье — это наше дело.

Живи, страна — необъятная моя

Россия,

Живи, страна, где встречала с мамой я рассвет.

Живи, страна, где влюблялась я под небом синим.

Живи, страна! И не слушай тех, кто скажет “Нет!”.

(сл. Л.Дербенев, муз. И.Матета)

Окончание в следующем номере.

**Когда мужчина бьет женщину?  
И что чувствует женщина,  
когда ее бьет мужчина?**

«Ох... Ну как после такого жить? А с ним, барбосом этим, — как жить? Ведь придется же. Бросить? Так не могу, Кать, люблю дурака. Вот я маленькая была, глядела, как папа маму по дому ремнем гонял и думала: «ни в жисть» не выйду замуж за мужика, который меня бить будет. И что? Ох, доля моя долюшка. Нет, Кать, ты представляешь — только на прошлой неделе было — и вот опять. Стыдно на люди показаться. — Со вздохом демонстрирует припудренный синяк под глазом. — А за что, спрашивается? — Всхлипывает. — По порядку? Да какой тут порядок? Приходит давечка с работы. Я, как водится, у плиты, ужин готовлю. Говорю ему: гречка заканчивается. Он, как будто не понял ничего: И что? Я отмахиваюсь: Да ничего. А у него уже, смотрю, глаза кровью наливаются — это ж надо, бешеный какой! Так что, пойти купить? спрашивает. Нет, говорю, не надо, куда ты пойдешь, темень на дворе. Да еще и денег мало. Он возмущается: какой мало, на прошлой неделе тебе ползрплаты на жизнь отдавал. Я говорю, что там той ползрплаты было — коту на один зуб, если б всю, так я б еще выкрутилась. Он: выкрутилась бы, если б восьмую пару летней обуви не покупала. Я говорю: а тебе что, для родной жены босоножек жалко? У меня, может, другого счастья в жизни нет, кроме как эти босоножки, а ты пожалел. А он — дверью хлоп, и был таков. Сижу жду. Плачу — обидно все-таки. Приходит. Понятное дело, под шафу. Чего, спрашивает, сидишь тут. Я молчу. Чего молчишь? Я молчу. И пошло-поехало, Кать, такие слова мне говорил, что даже и повторить стыдно, правда, что я ему говорила, тоже повторять не хочу, язык опять марать... Ну, а потом — вот. — Показывает на лицо, горестно пожимает плечами. — А что дальше? Я момент улучила — и бегом к соседям, успокоили его кое-как, пристыдили, он в себя пришел, давай прощения просить. Я ни в какую. Минут сорок, на-верное, извинялся, обещал пальто новое купить, ну, я сдалась. И что теперь делать, Кать? Думаешь, нельзя такое терпеть? Да? Несовместимо с женским достоинством? Пусть еще за такое сапоги и шляпку покупает? Не, Кать, ну это уже чесчур, мы же так разоримся, причем оба. Ладно, буду думать, может, тортик еще выпрошу. Ты звони вечером, если выпрошу — завтра жду на чай, а нет, так хоть посочувствуешь мне, горемычной.»

«Как меня это все достало, Валера. Жизни уже никакой нет. Опять моя кикимора устроила трагедию в двух актах из ничего. Из гречки. Как? Да вот так, элементарно, умеют они это дело, хлебом не корми — дай нервы потрепать. Прихожу вчера домой, жрать хочу — быка бы съел. Павушка моя стоит у плиты, варит там что-то. Гречки, говорит, нету. Ну, нету, и нету, мне какое дело, из кастрюли все равно картошкой пахнет. Но я ж мужик, должен dame помочь, раз такое дело. Давай, говорю, в магазин схожу. А она мне — знаешь, что? Ты, говорит, как ребенок малый, темно на улице, сиди дома, а то ввязешься куда-нибудь. И денег ты на гречку не заработал. Представляешь, Валера? У меня, как у той вороны, в зобу дыханье сперло, только не от радости. Ну, я ж сильный, должен держать себя в руках. Намекаю ей так осторожно: а может, это не я мало заработал, а ты много растранижила на финифлюшки свои? А она мне — я транжирю, потому что несчастная, ты мне жизнь испортил. Ну, я не выдержал, ушел. Куда податься? Подался к Ивану водку пить. Мы с ним за жизнь потолковали, я так успокоился, повеселел. Думаю, надо домой идти, а то сидит там одна, скучает, может. Прихожу — ревет. И молчит. Я и так к ней, и эдак — не смотрит на меня, словно меня и нет тут. Ну, я и озверел. Думаю, по хорошему не желаете, мадам, так будет вам по-плохому. В общем, слово за слово, а потом я ее и... Ну, не сдержался, съездил ей по физиономии. Ну, не так уж, чтоб сильно, конечно, зубы-нос целы, но «фонарь», похоже, на неделю. А она — в крик, к соседям — такое действие и без зрителей? Непорядок. В общем, я уже и сам не рад, что домой вернулся, прибежали, собрали вокруг меня консилиум, даже холодной водой из стакана, помню, поливали. Обидно — жуть, а она стоит такая гордая. Хоть опять ее... А потом гляжу — гордая, гордая, а сама зареванная вся, носом шмыгает, глаз фиолетовый. Жалко стало, жалко — и стыдно. Вспомнил сразу, как батя мой меня ремешком «воспитывал». Давай прощения просить. Сошлись на пальто. Ну, вроде как в компенсацию морального ущерба. А на душе, Валера, все равно кошки скребут. И не в пальто тут дело, мне ж не жалко, но ведь люблю ее, дуру, а она меня изводит, а бить — тоже

# Семья. Свобода. Благодарность



не дело. Сам черт ногу сломит, кто тут прав, кто виноват».

Проблема рукоприкладства в российских семьях не нова, и имеет свою давнюю традицию. Более того, нам всем известно, что некогда сие явление даже проблемой не считалось. Все мы родом из детства, а детство наше проходило в советское и первое постсоветское время, а до Союза была царская Россия, а до нее — Русь-матушка, и традиция телесных наказаний производила, без преувеличения можно сказать, из глубины веков. Не все, к примеру, знают, что в легендарном «Домострое» даются ценные советы по заготовкам и кулинарии, но почтив все без исключения слышали, что там написано, как правильно «наказывать» жену. Не будем сейчас давать оценку этому методу и рассуждать о его эффективности, признаем лишь наличие его как факта. И факт этот зафиксирован в культурном сознании русского человека, даже в 20 веке — вспомним хотя бы трилогию о детстве М. Горького, «Тихий Дон» Шолохова... Глава семьи в традиционном сознании «наделяется правом» применять физические наказания к своим домочадцам, включая и жену, и детей. И как бы далеко мы ни отошли от патриархального старинного уклада жизни, мужья в России, случается, время от времени поколачивают жен. Случается, конечно, что и наоборот, но реже (например, в Германии жены бьют мужей чаще, там даже существует сеть приютов для мужчин, страдавших от насилия в семье и сбежавших от жен).

По данным сексологов, около 15 % женщин способны испытывать сексуальное возбуждение от болевых ощущений, то есть трансформировать боль в яркие сексуальные переживания. Но женщины вообще, не только те, что входят в эти «счастливые» 15%, испытывают удовольствие от общения с сильными, агрессивно настроенными мужчинами, и это легко объяснимо с эволюционной точки зрения: во-первых, чем сильнее и агрессивнее самец, тем он жизнеспособнее, а значит, тем более жизнеспособное потомство он даст; во-вторых, чем опаснее самец, тем скорее нужно «программировать», чтобы ты сексуальный объект и нападению не подлежишь. Чем сильнее мужчина, тем лучше он защитник от внешних врагов и опасностей, и это тоже выгодно, и т.п. Отсюда, возможно, столь благосклонная реакция «прекрасной половины» на такие специфические проявления привязанности, как «засосы», шлепки по мягкому месту, щипки и укусы. Насилие на сексуальной почве (которое иногда и насилием-то языком не повернется называть) — есть, и тут диапазон приемлемости у каждой пары свой, все мы выбираем то, что позволяет добавить в нашу интимную жизнь немного «перца» и при этом оставит после себя приятные воспоминания.

Однако нередко бывает, что насилие в семье есть, а сексом уже и не пахнет, либо он отстоит ну очень далеко от агрессивных действий. Это — насилие как таковое, насилие, замешанное на боли и злости к партнеру и к самому себе. Это насилие «прикреплено» не к сексуальному акту, а к скандалу, и чувственная составляющая (естественное удовольствие от того, что мужчина властвует, а женщина подчиняется) постепенно стирается и сходит на нет, а остается только большое количество ярчайших по силе негативных эмоций. Ведь бывает так, что человеку отчего-то плохо и больно, и он, не умея естественно и конструктивно освобождаться от этих эмоций, изливает боль на близкого человека, и тут — кто во что горазд, кто-то орудует «едким словом», кто-то — «ромкими воплями». А кто-то пускает в ход тумаки.

И бывает так, что сходятся вместе женщина, которая подспудно жаждет наказания (за какуюто вину, которую чаще всего на нее «повесили в детстве», или ту, которую она придумала себе сама), женщина, которой импонирует роль жертвы (потому что это — «сладко», потому что все жалеют, потому что потом можно ловко проманипулировать «виноватым» и получить желаемое, от внимания и ласки до новой шубы и «вечной верности»), и мужчина, который готов дать ей то, чего она от него добивается. И способы взаимодействия тут могут быть самые разные, однако если женщина ищет насилия, а мужчина может себе его позволить (а если не позволяет трезвый, то позволяет под действием алкоголя), то вероятнее всего, она рано или поздно свое получит. Но так как в основе этого взаимодействия — негативные эмоции, боль, злость на себя и на другого, то и на выходе оно даст еще больше негативных эмоций. И в следующий раз эти негативные эмоции тоже станут проявляться вот таким вот образом, и в «после следующий». Сформируется такая вот привычка. Женщина почтвует себя плохо, спровоцирует на себя агрессию мужчины, проплачет, почтвует яркий гормональный всплеск, расслабится в конце концов — и ей вроде бы станет на какое-то время легче. Или, скажем, спровоцирует его «заранее», а насилие получит, когда он будет готов ей его дать (скажем, под градусом). А потом уже в какой-то момент мужчина почтвует, что что-то ему не так, и решит, что это, наверное, жена на него косо смотрит, и опять... Ком обид будет расти и расти.

А бывает, что еще в раннем детстве мы усвоили ложную «закономерность»: любовь — это внимание. (Подробнее об этом — см. Силенок И.К. Волшебные истины: пособие для родителей / И.К. Силенок. — Ростов н/Д: Феникс, 2010. — С. 154-159). И привыкаем, когда нам хочется почтвовать любовь, требовать к себе внимания, все равно, позитивного или негативного (а чаще негативного, его добиться легче). И делаем специально что-то такое, чтобы на нас строго посмотрели, одернули, прикрикнули, шлепнули (это же внимание, значит, нас в этот момент «любят»). А дальше — больше, потому что к нашим выходкам привыкают и внимание на них обращать перестают. И негативное поведение набирает обороты — а вместе с тем и реакция на него усиливается. И если человек удовлетворяется с помощью склок и ссор потребность в любви (которую подменяет внимание), то у него есть все шансы дойти по этой дорожке до скандала с рукоприкладством. Может быть, не стоит торопиться «туда»?

Кстати, бывают еще очень интересные случаи, когда сексуальное поведение сплется с тумаками и оплеухами в один причудливый клубок. К примеру, когда у женщины есть малоознакомая сексуальная фантазия, которую она очень хочет осуществить, но при этом сохранить «свое лицо». То есть в силу негибкости своих установок она себе этого не позволяет (хотя и хочет очень-очень). Тогда она начинает провоцировать мужчину на то, чтобы он ее «наказал» таким образом. Или взял на себя ответственность и сделал с ней это «насильно». Таким образом, она удовлетворяет свою фантазию и при этом остается «хорошей». Правда, мужчина остается despottom и насильником. Также некоторые мужчины не в состоянии признать, что им хочется сделать со своей женой нечто «такое-то», после чего они в глазах семейной общественности будут выглядеть просто аморальными чудовищами. Как следствие — недовольство своим партнером, собой, возможно — алкоголизация. И конечно, это может привести к домашнему насилию в любых его вариантах.

И если в семье сформировалась такая деструктивная модель поведения, то эту проблему необходимо решать. Вместе. Бесполезно жене давить на мужа, чтобы он «закодировался» и перестал «в пьяном виде творить непотребства». Бесполезно мужу отправлять жену к психологу «чтобы он что-нибудь с ней сделал». Это задача для двоих, но в этом-то и прелесть многих

задач семьи — их нужно решать вместе, а вместе, как известно, веселее и интереснее. Во-первых, необходимо понять, что в корне рукоприкладства лежит что-то другое, что-то детское, очень простое и совершенно не имеющее отношения к вашей нынешней семье. Важно признать свои 50% вины и выйти из ситуации, где виноват только один. На первый взгляд это может показаться трудным, особенно, если проблема «застарела». Тогда, возможно, имеет смысл вместе воспользоваться помощью извне, то есть обратиться к хорошим специалистам. Не к маме с папой, не к друзьям, не к соседям, а именно к тем людям, которые занимаются этим профессионально. Любая поведенческая привычка — это всего лишь привычка, и конечно же, ее можно заменить на другую, позитивную и более эффективную.

Тысячи семей уже сделали это. Это факт. А факты, как известно, вещь упрямая. И конечно, имеет смысл посмотреть на эту тему через призму позитива и юмора. Потому что бывает так, что если некоторые вещи из контекста кухни перенести в контекст спальни, они приобретут совершенно иной смысл и подтекст. И последствия... Правда, некоторые понимают это буквально, и начинают вместо кухни драться в спальне, но мы совсем не это имели в виду.

**Алексей Афанасьев  
Мария Афанасьева  
г. Краснодар**

## ДЕЛА МОЛОДЫХ

Активисты КМО ВОО «Молодой Гвардии Единой России» совместно с активом депутата городской Думы по Буденовскому избирательному округу Орешкиным Д.В., с целью озеленения улиц города Краснодара, а также в рамках празднования 300-летия со дня рождения Михаила Васильевича Ломоносова, посадили 20 саженцев кустарника — гибискуса сирийского вдоль дома по улице Рылеева.

Актив КМО ВОО «Молодой Гвардии Единой России» в рамках празднования «Международного дня учителя» поздравил руководителей общеобразовательных школ Западного внутригородского округа с профессиональным праздником.

Так молодогвардейцы совместно с депутатом городской Думы Краснодара Лисицыным Е.С. поздравили директора МОУ СОШ № 5 г. Краснодара Лысак Валентину Владимировну, а активисты «Молодой Гвардии Единой России» и депутат городской Думы Краснодара Тутаришева Б.З. поздравили директора МОУ СОШ № 101 г. Краснодара Полякову Татьяну Михайловну, вручив цветы и благодарственные письма. Такие активистами ВОО «Молодой Гвардии Единой России» остались незабытыми и заслуженные учителя нашего города. Молодогвардейцы депутата городской Думы по Буденовскому избирательному округу Орешкина Д.В. поздравили Яковенцеву Валентину Ивановну и Захаровну Нину Михайловну — заслуженных учителей, отдавших более 30 лет своей профессиональной деятельности работе с детьми.

В рамках обеспечения и корректировки работы КМО ВОО «Молодой Гвардии Единой России» еженедельно осуществляется заседание активов первичных ячеек, на которых выслушиваются отчеты о проделанной работе, обсуждается тематика проведения предстоящих мероприятий, а также рассматриваются вопросы, связанные с предстоящими выборами.

Так в целях повышения профессиональных и политических навыков, а также изучения особенностей проведения предстоящих выборов депутатов в Государственную Думу 4-го созыва для молодогвардейцев было организовано выступления председателя избирательной комиссии муниципального образования город Краснодар Тушева В.А.. На одном из заседаний депутат городской Думы Краснодара, заместитель председателя комитета по финансам, бюджету и налогам Аleshkevich Ю.С. рассказал о особенностях формирования бюджета муниципального образования город Краснодар. Для повышения уровня образования актива КМО ВОО «Молодой Гвардии Единой России» заседания данного рода планируется проводить каждый вторник.

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





Давайте вспомним, как проходит планерка с менеджерами по продажам. Обычно рисуется следующая картина. Присутствующие в офисе менеджеры каждый по порядку сообщают о своих достижениях недельной и месячной давности, не упуская день сегодняшний, рассказывая о подписании новых договоров и об

- Как работает с должниками менеджер, если нет необходимого количества оплат и предоплат?

Каждый из этих пунктов заставляет увидеть реальную картину по работе менеджера, сообщающую о качестве проводимой им работы.

### Эффективность работы менеджера по продажам

Время на рабочем месте представляется особую ценность. Время измеряется здесь четко выстроенной системой бизнес-процесс-

локвалифицированный персонал. При этом на холодный звонок садится девочка, получающая минимальную зарплату. Ее задачей становится выполнение звонка и ведение разговора, состоящего из нескольких шаблонных фраз. Кроме этого, она должна задать собеседнику ключевой вопрос. Получив в ответ на заданный ключевой вопрос утвердительный ответ, она передает ведение разговора в другое подразделение, где работают профессиональные менеджеры по продажам.



# ПЛАН ПРОДАЖ

## — враг форс-мажорных выдумок от менеджеров или как остановить бред менеджеров

оплате существующих, а также о многом другом. Все внимательно слушают, записывают что-то в свои записные книжки и ежедневники. Однако очень скоро вся эта идиллия оканчивается и вновь «почти оплатившие» клиенты куда-то сбегают, а у кого-то только что закончились деньги, а кто-то и вовсе не берет трубку. Обычно так происходит сразу же после собрания, на котором все уже вроде было решено. Искать виновника в возникшем форс-мажоре просто бессмысленно.

Да, оказывается, что виновен во всем взявшийся из ниоткуда и главное самым неожиданным и непостижимым образом форс-мажор. Такой себе форс-мажор в квадрате. Итогом собрания становятся лишь пустые обещания, которые обычно получает руководитель в течение всего отчетного месяца, обещания о суперкрутом мега клиенте, участнике фантастической истории до форс-мажорного времени. Чтобы избежать выдумок и выдуманных историй, следует просто составить реально выполнимый план продаж, который станет отличным руководством для менеджеров коммерческой службы.

В таком плане обычно отображают следующее:

1. Активные звонки. Их дневное количество.

2. Количество коммерческих предложений, которые следует подготовить и выслать.

3. Количество счетов на оплату, которые следует выслать.

4. Какое количество оплат и предоплат должно быть осуществлено.

Полученные при помощи этих пунктов данные, менеджера смогут четко озвучить на проводимых планерках, а руководитель увидит реальный процент выполнения проводящихся работ. Если же в каком-то из случаев кто-либо из менеджеров не сможет осуществить работу по предложенным пунктам, руководитель будет иметь возможность сразу же разрешить возникшую проблему путем постановки четкого и конкретного вопроса.

Чем этот менеджер занимается в рабочее время, если не совершается необходимое количество активных звонков?

О чем менеджер разговаривает со своим клиентом, если не отправляется коммерческое предложение?

С кем общается менеджер на рабочем месте, если не отправляется необходимое количество счетов на оплату?

сов, которые выстраивают- ся медленно, но с предельной точностью и четкостью. Однако в погоне за безуказненностью и за совершенством системы, в которой каждой мелочи отведена собственная роль, часто забывается и ускользает от внимания самое необходимое для каждого продавца, от которого требуется эффективность и качество работы. Существует список простых истин для каждого менеджера, который поможет сэкономить до 30% рабочего времени, которое может быть направлено на получение дополнительной прибыли как в отношении компании, так и в отношении отдельного менеджера этой компании. В этом списке фигурируют такие пункты:

1. Список контактов.
2. Классифицированная база потенциальных клиентов, распределенных по категориям, чтобы менеджер понимал какой подход необходим к данному клиенту:
  - Клиенты уже совершающие покупку;
  - Потенциальные клиенты;
  - И клиенты могущие проявить потенциальный интерес к продаваемому товару;
3. Сценарий ведения беседы по каждой из представленных позиций;
4. Удобство положения для ведения разговора и телефонная гарнитура;
5. Приветливый тон и постоянная улыбка на лице, для чего удобно применять зеркало;
6. Ежедневник или же календарь;

#### Совет: разделение отдела продаж.

Сутью этой концепции становится разделение отдела продаж на 3 разных структурных подразделения. Простейший вариант такого разделения представляет собой отдел, состоящий из 3 человек.

В первом подразделении основной задачей становится разработка потенциального клиента. Люди, занятые в подразделении, занимаются поиском новых контактов и поиском потенциального клиента фирмы, который в принципе может быть заинтересован в услугах или же в продукции компании. Этую работу, как правило, ненавидят большинство сотрудников, так как она представляется очень скучной, нудной и ресурсо- затратной. Примером может послужить 97 отказов из 100 (хорошо, если вежливых) от потенциального клиента. Чаще, конечно, можно услышать все, что о себе не знаешь и куда следует идти, чтобы оставить в покое этого клиента.

Обычно такую работу выполняет ма-

леквалифицированный персонал. При этом на холодный звонок садится девочка, получающая минимальную зарплату. Ее задачей становится выполнение звонка и ведение разговора, состоящего из нескольких шаблонных фраз. Кроме этого, она должна задать собеседнику ключевой вопрос. Получив в ответ на заданный ключевой вопрос утвердительный ответ, она передает ведение разговора в другое подразделение, где работают профессиональные менеджеры по продажам.

Как правило, второе подразделение и представляет собой «отдел продаж» компании, сотрудники которого получают уже «подогретого» интересом клиента — «теплый контакт». Именно здесь происходит первая продажа и только после покупки можно говорить, что сделка состоялась и «закрыта» с успехом.

В третьем подразделении идет работа с текущими клиентами. Большинство бизнесов в этом подразделении скрывает основную часть своего денежного капитала, так как осуществить продажу существующему клиенту в 7 раз дешевле и значительно проще. Стабильный бизнес обычно развивается на повторных продажах текущим клиентам. Грамотная обработка текущих клиентов сотрудниками этого подразделения становится источником возможной максимизации прибыли.

#### Преимущества этой системы

Преимуществом такой организации становится возможность задействовать в работе малоквалифицированный персонал, который сможет встретить клиента заученной добросовестно фразой. Поскольку происходит выработка неких шаблонных, стандартизованных форм поведения, требования к сотрудникам второго подразделения также снижаются. В этом случае «звездная» роль каждого из менеджеров снижается за счет выработки необходимых концепций и инструкций в отношении обработки потенциального клиента. Вследствие возникшего процесса менеджеру по продажам уже не нужно умение подстраиваться под клиента, используя целый ряд продажных техник и методик. Однако вовсе не плохо, если менеджер владеет этими техниками и умеет применять их принципы.

Процентное распределение в классическом виде по подразделениям отдела продаж может находиться в пределах 50-60-80 процентов продаж всего отдела, однако снижение показателей этого фактора может сильно ударить по стабильности бизнеса.

Большим преимуществом такой системы ведения бизнеса становится хорошая взаимозаменяемость сотрудников внутри подразделений. Особенно хорошо такое положение прослеживается в первом подразделении. При увольнении человека, занимающегося поиском потенциального клиента, просто находится ему замена. Новый сотрудник очень быстро запоминает те же шаблонные

фразы ведения успешной беседы и бизнес продолжает функционировать.

Не менее важным преимуществом также является тот факт, что менеджерам по продажам намного сложнее уйти из такой системы ведения бизнеса. Сотрудники второго подразделения становятся узкоспециализированными специалистами в своей области продаж. И если такой специалист уходит из системы, то очень быстро теряет свои приобретенные навыки, так как не имеет возможности их дальнейшей тренировки. При увольнении менеджер по продажам просто становится неспособным к ведению конкурентной борьбы на трудовом рынке.

Ни сотрудники первого подразделения, ни сотрудники второго подразделения при увольнении не смогут увести клиентскую базу, так как не работают с ней постоянно. Это возможно лишь сотрудникам классического отдела продаж, работающих постоянно с одним и тем же клиентом.

Менеджерам второго подразделения нравится такой подход к ведению бизнеса, так как с них снимается до 90% нудной работы с «холодными контактами» потенциальных клиентов. Приходя утром на работу, менеджер по продажам обнаруживает на своем столе список из уже обработанных в первом подразделении клиентов, которые заинтересованы в продукции и услугах компании. Таким клиентам, конечно же, продают товар или услуги намного проще. Количество закрытых сделок в таком случае существенно возрастает, а соответственно возрастает и коэффициент полезного действия самих менеджеров.

Кроме успешно налаживаемого бизнеса, такая организация фирмы позволит еще и выстроить вертикаль кузницы кадров для бизнеса. Зарекомендовавший себя в первом подразделении человек, постепенно переводится на уровень второго подразделения, а далее на уровень работы с постоянным клиентом.

Перестройка отдела продаж в таком стиле займет, конечно же, не один день и потребуется не месяц усердной работы над таким проектом, но очевидный результат таких мер по разделению не заставит себя ждать.

**Андрей Поляков**  
Бизнес консультант г.Краснодар

В Краснодарском крае стартали региональный этап Общенациональной второй ежегодной

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

себя перед потенциальными клиентами, а также перед экспертной комиссией, которая будет не только оценивать

стрижки, но и неудачи. Лучший предприниматель думает не только о собственных интересах, но и об интересах

года;

— За значительный вклад в развитие молодежного предпринимательства;

**В** детской практике разработке проблем психосоматических расстройств не было уделено столь значительного внимания, как при изучении взрослых больных. Но стоит отметить, что в детской психиатрии изучение этой проблемы шла не только вслед за психиатрией зрелого возраста, но иногда и параллельно, а в некоторых случаях, в основном, в последнее время, и опережала некоторые положения взрослой психосоматики.

Что характерно для разработки этой проблемы у детей и подростков? То, что и здесь психологи внесли значительный вклад — не вызывает сомнения. На первых порах, они изучали эмоциональную жизнь на примере своих детей. В частности, Ч. Дарвин (1872) описывал эмоциональные изменения не только у животных, но и собственного ребенка. В основном, изучались эмоции в плане

и другое, положительное, на первый взгляд, явление — материнская сверхзабота. Этот вид воспитания также может сыграть отрицательную роль, так как приводит к психическим изменениям, формированию инфантильности, эгоцентризма и затруднениям в преодолении жизненных трудностей. У таких детей также часто возникают психосоматические расстройства.

К настоящему времени установлены следующие особенности эмоциональной жизни детей. Во-первых, эмоции у ребенка кратковременны. Они редко делятся больше нескольких минут и, как правило, быстро исчезают. Но при повторении отрицательных эмоций, может формироваться пониженное настроение, депрессивное состояние.

Во-вторых, эмоции ребенка весьма интенсивны. Если на первом году они, в

такой? Во-первых, это срыв привычного стереотипа поведения, т.е. смена обстановки или круга общения. 100% детей, помещаемых в детские ясли, реагируют на это отрицательно. Отрицательно реагируют на посещение детского сада — 50% детей. А на посещение школы меньше — 25%, т.е. четверть детей, несмотря на определенное влечение все-таки испытывает при этом отрицательные эмоции.

Во-вторых, неправильное построение режима дня ребенка. Уже говорилось о роли соотношения сна и бодрствования в восстановлении гомеостаза. Для детей это имеет огромное значение. Если вам встречаются родители, которые уверяют, что их ребенок, так же как и они — «сова», поздно засыпает и поздно встает и все, вроде бы, хорошо, то это не так уж и хорошо характеризует не только ребенка, но и родителей.

является бременность школьницы. Наименее травмирующий фактор — изменение финансового положения родителей.

Обобщая все это, другие авторы отмечают, что необходимо помнить: быть ребенком — это уже стресс. В раннем детском возрасте возникновение негативных реакций более частое, в соматическом оформлении — более выразительное. Собственные отрицательные эмоциональные реакции у некоторых детей могут проявляться в виде напряженности, тревоги, непоседливости, страшных снов, некоторых дурных привычек (кусание ногтей, сосание пальца), в различных стереотипиях, трудностях разговорной речи,

# Психосоматика в детском возрасте



положительного влияния на развитие, формирования знаний и лишь частично при психопатологических состояниях.

Следует подчеркнуть, что ребенок рождается только с одной эмоцией — отрицательной. До 2-х месяцев он испытывает только негативные эмоции, особенно, при наличии отрицательного, мешающего его существованию, воздействия. Он просто еще не может реагировать положительно. По данным ряда исследователей, в частности Ш. Бюлер и др.(1931), на протяжении первого месяца ребенка проявляет жадность, активное неудовольствие и испуг. От одного до двух месяцев к этому присоединяется недовольное изумление. С двух до трех месяцев появляется состояние благодашия, удивления; в последующем появляется проявление интереса, функционального удовольствия. В это же время у ребенка появляются положительные эмоции при зрительном восприятии.

С трех до четырех месяцев эмоциональная реакция остается прежней. С четырех до пяти наблюдается эмоциональная выразительность движений. В дальнейшем, с пятого по шестой месяц, ребенок может проявлять радость; с седьмого по восьмой — спокойное состояние неудовольствия, а после восьми месяцев — депрессивное неудовольствие и страх. Улыбка в ответ на обращение, по данным М.Ю. Кистяковской (1965), появляется у ребенка в конце первого — начале второго месяца. А тактильные ощущения он воспринимает уже в первые дни, например, щекотание подбородка вызывает улыбку в первый день жизни. Прикосновение к щеке — на пятый день. Гораздо позже, возникают эмоции более высокого порядка.

Изучавшие новорожденных психоаналитики отметили, что они очень чутко реагируют на эмоциональное состояние родителей (матери). Если мать тревожна, беспокойна, раздражена, то ребенок отказывается принимать грудь. Если мать уходит из поля зрения ребенка на продолжительное время, то он начинает беспокоиться, и свое неудовольствие проявляет криком и плачем.

М.Е.Fries (1945) отмечает, что тревога связана со специфическими физиологическими функциями, ведущими позже к дисфункции. Тревога эта имеет своей основой взаимоотношения с матерью. Если ребенок брошен, то его ощущения и эмоциональные проявления имеют явно негативный характер. Изучивший оторванных от матерей детей J.Bowlby (1961), отмечает, что ребенок проходит при этом три стадии. Первая стадия — протеста (крик, плач), вторая стадия — отчаяния и третья стадия — отрешенности. R.Spitz (1946) описал, так называемую, анаклитическую депрессию у детей раннего возраста как проявление госпитализма.

Для послевоенного времени было характерно, что у многих детей в домах ребенка на первом году жизни отмечались депрессивные расстройства. Эти дети отказывались от еды, теряли в весе, развивалась дистрофия, которая приводила к смерти ребенка.

Взаимоотношение матери и ребенка (комплекс «мать-дитя») многие психоаналитики трактовали достаточно широко. В частности, L.Kanner (1945) считал, что нарушение взаимоотношений между матерью и ребенком приводит к раннему детскому аутизму и детской шизофrenии. Заброшенные дети, дети-сироты изучались многими исследователями, и при этом отмечалось, что этот фактор играет очень большую роль в развитии депрессивных состояний у детей и возникновении различных нервно-психических нарушений.

Выше мы говорили о нарушении комплекса мать-дитя в плане недостаточного эмоционального контакта. Но существу-

ют, стандартны и, как правило, негативного плана, то у детей 2-3 лет эмоциональные реакции не всегда пропорциональны интенсивности раздражения. На какой-либо пустяк ребенок может дать выраженную эмоциональную реакцию. Мы видели детей, которые в ответ на помещение их в детский сад, ясли давали выраженные (субшоковые) аффективные (психосоматические) реакции. Так, у одного ребенка, которого определили в детсад и в тот же день увезли за город, т.е. лишили матери, в течение 3-х дней развился сахарный диабет. И на 4 день, когда приехала мать, он был уже в состоянии комы. В детской больнице мы наблюдали ребенка пяти лет, очень симпатичного, с множеством очагов некроза, причем не на внутренней, а на наружной стенке желудка. При этом никаких физических или инфекционных воздействий, кроме незначительной психотравмы, не было.

Иногда дети способны дать реакцию, которая может сделать их инвалидами на всю жизнь. У них относительно слабый раздражитель может вызвать такие бурные реакции как страх, гнев, радость. У возбудимых детей, в отличие от уравновешенных, чаще проявляются негативные эмоции. Вообще, негативные эмоции возникают гораздо чаще позитивных не только у детей, но и у взрослых.

Эмоции у ребенка разнообразны. Разные дети на одно и то же событие могут дать разную реакцию. Например, увидев незнакомого человека, один прячется за мать, другой убегает, третий стоит и кричит, размахивает руками, четвертый улыбается и подходит. Американские исследователи изучали реакции группы детей на посещение стоматолога. Одни дети отказывались идти, другие плакали, третьи смеялись, четвертые отнеслись спокойно, т.е. реакции на один и тот же раздражитель были разнообразны. Но и у одного ребенка можно наблюдать большое разнообразие реакций. На один и тот же случай он может реагировать по-разному.

Какие факторы являются причиной возникновения негативных эмоций у де-

тей? В-третьих, неправильные воспитательные приемы. Мы говорили о пренебрежении ребенком, отказе от него и о сверхзаботе. Многие представляют себе, что есть нарушенное воспитание: отвергающее, гиперсоциализирующее, эгоцентрическое воспитание, а также воспитание с гиперпротекцией. Эти четыре типа воспитания являются неправильными. Неправильное воспитание ведет к частому возникновению отрицательных эмоциональных проявлений.

В-четвертых — отсутствие необходимых условий для игры и самостоятельной деятельности. В играх дети проявляют себя, развивают свои способности, что способствует созреванию их нервной системы.

В-пятых, создание односторонней аффективной привязанности, т.е. аффективная зависимость от кого-либо или отсутствие аффективного понимания со стороны членов семьи. Например, бабушки (супермамы) проявляют излишнюю заботу, и, как правило, их обижают сами же дети, т.е. их сверхзабота оборачивается против них. В то же время, если они решат настоять на чем-нибудь, то негативная реакция ребенка на это обеспечена: «Как же так: хорошо относились, а сейчас — плохо?».

В-шестых, отсутствие единого подхода к ребенку. Это, как правило, всегда вызывает отрицательные реакции, (хотя бы, в сравнении с другим подходом). У школьников большую роль в возникновении отрицательных эмоций играет неспособность справиться с учебной нагрузкой, враждебное отношение учителя и неприятие детским коллективом.

Американские исследователи, изучая факторы, влияющие на эмоциональную жизнь детей, выявили, по меньшей мере, 35 отрицательных факторов. Самым патогенным, по их мнению, в дошкольном и среднем школьном возрастах является смерть, развод, разлука родителей, т.е. факторы, касающиеся внутрисемейных отношений и отношения к ребенку вообще. В старшем школьном возрасте наиболее психотравмирующим фактором

отсутствия аппетита, инфантильном поведении, истерических припадках.

Так, описывая отрицательные эмоциональные проявления у детей, Ю. А. Макаренко (1977) отмечал, что негативные реакции имеют не только психические, но и физические проявления, такие как нарушения аппетита, истерические припадки — двигательные функциональные нарушения, которые встречаются у детей, в той или иной мере имитируя такое тяжелое психическое заболевание, как эпилепсия. Во многих отношениях это плохо оказывается на их здоровье, поскольку таких детей лечат как страдающих эпилепсией без достаточного эффекта, при этом ограничивая их деятельность.

Изучение вегетативной нервной деятельности у детей выявило, во-первых, непостоянство вегетативных реакций у разных детей и у одного и того же ребенка в разное время. Известный педиатр М.С.Маслов (1948) писал, что тонус вегетативной нервной системы у детей всегда перестраивается. В более поздних работах было отмечено, что важной особенностью вегетативных нервных эффектов у детей грудного возраста является наличие реакций, наблюдавшихся у взрослых при патологии нервной системы.

Вегетативная нервная система у детей настолько незрела, что некоторые проявления ее деятельности представляются как неадекватные, а реакции выступают как патологические в сравнении с взрослыми.

Базируясь на том, что дети склонны к тахикардии, гипертонии, извращению различных рефлексов, длительное время считали, что у детей на ранних этапах развития преобладает тонус симпатической нервной системы. Как показали последующие исследования, до 14 лет у них отмечается преобладание тонуса парасимпатического отдела нервной системы, а в пубертате чаще выявляется симпатикотония и пароксизмальное проявление вегетативных расстройств.

Касаясь патологии детского возраста, следует отметить, что изменение гомеостаза у детей изучали также в связи с наличием заболеваний пищеварительной системы. Преобладание тонуса парасимпатического отдела нервной системы расценивалось исследователями как неблагоприятный фактор, говорящий о снижении реактивности, о возможности затяжного течения гастроэнтерологического заболевания и недостаточно полного выздоровления. В детском возрасте нарушение гомеостаза нередко сопровождается нарушением сосудистого тонуса.

По данным Н.А.Белоконь (1987), от 25% до 75% детей страдают вегетососудистой дистонией. До последнего времени изучение у детей нарушений функций органов и систем, что, в общем, лежит в определении психосоматических расстройств, в нашей и других странах изучались на примере моносимптомных (моносистемных) неврозов. В предыдущей классификации — МКБ-9 эта группа расстройств выделялась в рубрике «нарушения физиологических функций психогенной этиологии». В эту рубрику входили энурез, тики, заикание, психогенная одышка, суд и т.п.

Детскими психиатрами и невропатологами много было сделано для изучения и лечения этих расстройств. В следующем номере мы продолжим разговор о психосоматике в детском возрасте.

**Антропов Юрий Фёдорович,**  
доктор медицинских наук, профессор кафедры детской психиатрии и психотерапии Российской медицинской академии последипломного образования (РМАПО), г. Москва.



Медиация —  
"медиация" проис-  
ходит от латинского  
"mediare" — посредни-  
чество. Медиация — это  
конфиденциальный перего-  
ворный процесс с участием  
нейтрального лица — медиатора,  
содействующего сторонам перегово-  
ров в принятии взаимовыгодного ре-  
шения по разрешению конфликта.

## ЧТО ТАКОЕ МЕДИАЦИЯ?

Нужна ли медиация в России?

Пояснительной записке к ФЗ от 27.07.2010 № 193-ФЗ сказано "Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)" в "целях создания правовых условий для развития в Российской Федерации альтернативных (неюрисдикционных) способов урегулирования споров при участии независимых лиц — медиаторов, осуществляющих свою деятельность в том числе профессионально, а также в целях снижения нагрузки на судебную систему Российской Федерации".

Конфликты, которые являются частью повседневной жизни и работы людей, стали все более сложными и многоаспектными, слишком явно отражаясь на качестве жизни, работе, в том числе производительности. Традиционная система судопроизводства, опираясь на правоприменимую практику, перестает справляться с огромным потоком споров, одновременно утрачивая возможность качественно вершить правосудие.

Фактически в настоящее время медиация находится на пути своего становления в России. Данный правовой институт воспринимается неоднозначно и создается ощущение, что вопрос пока больше, чем ответов. Сегодня часто можно встретить скептические высказывания о перспективах этого института, в основном опирающиеся

Одна из моих пациенток рассказывая об отношениях с мужем (брак более 20 лет), сказала: «Наши отношения не такие яркие, как прежде, я даже не знаю можно ли их назвать любовью, скорее — это привычка». Подобные рассуждения свойственны многим людям, длительно живущим в браке. И действительно, постоянная повторяемость изо дня в день становится привычкой, стихает острота чувств, свойственная началу отношений. Далее встают вопросы: «Как к этому относиться? Огорчаться, радоваться или не замечать того, что чувства постыли?»

Все относятся по разному в силу своего жизненного опыта, знаний, эмоционального состояния и понимания самой любви.

Некоторые думают, что любовь — это только сильные эмоции. и не важно, что могут преобладать отрицательные эмоции обиды, вины, ревности, гнева. Но зато после примирения, наступает чувство прощенности и прощения, а вместе с этим появляется чувство благодарности, принятия и любви. В такой паре, если острота отношений угасает, то появляется скука, которая толкает на поиск новых ярких эмоций, уже с другим человеком.

В других парах свежесть чувств, постепенно переходит в спокойные, доверительные отношения, которые не наезжают, а радуют.

Почему же такое прекрасное чувство как любовь проявляется по разному в разных семьях? Ответ можно найти, если посмотреть на любовь не как на разные виды любви, а как на разные стадии любви.

Сошлюсь на классификацию стадий любви предложенную профессором В.

на якобы неготовность нашего менталитета к мирному и одновременно самоответственному разрешению спорных ситуаций. Отчасти с этим можно согласиться: да, за годы советской власти нас приучили, что можно пожаловаться и передать спор на рассмотрение в райком, в профком, в суд и т.п. и снять с себя ответственность за принятие решения. Мы привыкли не договариваться, а спорить, часто забывая в пылу спора даже о своих

так и за их содержательной стороной. В медиации стороны сохраняют полную свободу волеизъявления. Кроме того, они сами выбирают медиатора, и это необязательно должен быть юрист.

Трудно переоценить роль этого метода в обеспечении справедливости и безопасности при разрешении конфликтов. Медиация дает цивилизованные и гуманные средства восстановления нарушенной способности граждан к мирному существованию. Вмешательство третьего независимого лица — медиатора — при конфликтах, которые уже не могут быть урегулированы собственными силами людей, — это шанс сохранения и семейного, и гражданского мира, сохранения и укрепления отношений, любви, дружбы или гражданского общества.

Медиация — это не новая дисциплина, а междисциплинарная деятельность. Ее применяют юристы — в гражданском и уголовном процессах; психологи, психотерапевты, социальные работники — при разводах, в разрешении семейных споров; педагоги — в практике урегулирования подростковых конфликтов, и социальном обучении; она используется в практике разрешения споров между предпринимателями, а также между гражданами и представителями разных ветвей власти: все мы — люди, все мы спорим.

Если вы отвечаете за оптимизацию своих собственных расходов, развитие и рост производительности а также расходов своего учреждения, организации, компании, то, сравнив затраты на судебное разбирательство и возможности, которые предоставляют разрешение разногласий и споров с помощью медиации, в подавляющем большинстве случаев вы предпочтете именно ее.

**Спицына Ольга Васильевна**  
Педагог-психолог,  
педагог доп. образования  
Консультативный член ППЛ  
Ст. Переяславская  
Краснодарский край



собственных интересах. Однако мир меняется, и от того, насколько восприимчивы мы к этим изменениям, будет зависеть уровень нашего социального интеллекта, профессиональной компетентности, а значит, и качество нашей жизни. И поэтому со временем медиация станет вполне привычной для россиян процедурой, прибегать к которой будет все большее число лиц.

Конечно, она не заменит собой судебное разрешение дел, однако в ряде ситуаций ее использование будет более предпочтительно, чем обращение в суд, т.е. медиация-альтернатива судебного разбирательства.

Особенностями и одновременно преимуществами медиации являются такие качества, как неформализованный, конфиденциальный процесс, в котором стороны участвуют на равных, сохраняя полный контроль как за самим процессом принятия решений,

В. Макаровым. Мне она очень нравится, так как многое объясняет в отношениях.

И так, 1-я стадия — это ожидание любви, или готовность человека к тому, чтобы влюбиться. Она говорит о том

также в своих старых представлениях о любви — что любовь это непременно страсть и бурные переживания. И спокойные, ровные отношения ошибочно принимают за рутину и обесценивают их, называя их «просто привычкой». И, когда я объяснила все



это моей пациентке, она улыбнулась и вздохнула с облегчением, с этого дня в ее отношениях с мужем началось потепление и сама она быстро пошла на поправку выходя из депрессии.

Однако, если любовь не перешла в стадию зрелых отношений, то застряв на стадии развития, она может сразу же перескочить в 5-ю стадию угасания любви, когда учащаются ссоры, накапливаются обиды и уже нет желания понять друг друга.

После этого наступает 6-я стадия завершения любви, когда кто-то один или оба партнера приходят к решению расстаться и расстаются.

Но это еще не конец любви, есть еще 7-я стадия — воспоминания о любви. На этой стадии можно тоже застрять на долгие годы, и продолжать страдать и корить себя за что либо, что можно было бы сделать по другому. А можно

## Пост-релиз

Та повседневная жизнь, которой мы живем, порой заставляет чувствовать всю серость проводимых будней. И тогда нужен всплеск, эмоции или хотя бы чтобы звезды светили чуточку ярче...

Выхватить людей из повседневной суеты и приобщить их к творчеству попытались организаторы пресс-конференции и мастер-класса звезды американской метал-сцены Джейсона Биттнера, которые проводились в связи с открытием нового магазина музыкальной сети «МузТорг» в Краснодаре. Это мероприятие проходило 28 сентября по адресу ул. Филатова, 47 и стало не просто очередным открытием магазина, а экскурсом в мир творчества и музыки.

Джейсон Биттнер, участник американской группы «Shadows Fall», появился у магазина на белоснежном автомобиле, предоставленном официальным транспортным партнером мероприятия Skoda АВТОПОРТ-КЛЮЧАВТО, а выходя, улыбался папарацци и доброжелательно говорил всем: «Hi!»

Реализовать этот полезный во всех отношениях проект взялась маркетинговая группа «Глобальное продвижение». Пресс-конференция началась с выступления директора розничной сети «МузТорг» Дмитрия Кузнецова, который рассказал, как важно предоставлять людям, которые занимаются творчеством, качественные инструменты и аппаратуру, чтобы ничего не могло помешать восприятию музыки. Также он обещал, что Джейсон Биттнер не последняя звезда, которая посетит Краснодар и проведет мастер-класс, так как это большой шаг навстречу фанатам и людям, занимающимся творчеством. Они могут наблюдать за игрой вживую, задавать вопросы, получить колossalный опыт в данной сфере и самое важное — поймать вдохновение и поверить в то, что добиться настоящих высот возможно!

Сам Джейсон с большим энтузиазмом и заворожительным профессионализмом отыграл на мастер-классе, делая перерывы для того, чтобы каждый из пришедших мог задать ему вопрос. Фанаты не отпускали его до самого вечера, ведь такой шанс появляется не каждый день, и не каждый день творческим, увлеченным людям дается возможность заразиться успехом и поверить, что возможно все.

оставить все хорошее в памяти, отпустить все плохое и идти вперед к новой любви. 7-я стадия важна, как консолидация опыта, не отработав ее человек не готов к новым отношениям. И даже вступив в очередной брак, он будет постоянно возвращаться к сравнению с прежними, выискивая в новых недостатки, убеждая себя в этом, и таким образом приводя их к разрушению. Не всегда человек может справиться сам с этими воспоминаниями и переключиться на новые, и тогда обращение к психотерапевту просто необходимо. Вообще, своевременное обращение к семейному психотерапевту помогает сберечь любовь, улучшить взаимодействие, повысить культуру отношений, сделать счастливее и укрепить здоровье всех членов семьи. Ведь не секрет, что «все болезни от нервов», а положительные эмоции повышают качество жизни и укрепляют здоровье.

Прочитав все выше описанные стадии любви, подумайте, а на какой стадии находятся ваши отношения, все ли вас устраивает или пора перейти в следующую стадию? Насколько вы готовы к зрелым отношениям? Очень важно, чтобы оба партнера стремились перейти в стадию зрелой любви, иначе ничего не получиться. Любовь — это огонь в очаге, который важно хранить и поддерживать обоюдно. А если один поддерживает, а второй тушит, то он, скорее всего, потухнет.

**Василец Татьяна Витальевна**,  
Врач-психотерапевт  
высшей категории  
Центр «Вдохновение»,  
г.Анапа

# Зрелая Любовь

что девушки, парень или взрослые мужчины, женщины находятся в прекрасном предвкушении новых отношений, и, подсознательно, в поиске объекта любви.

2-я стадия — возникновение любви. Это те самые прекрасные моменты восторга, «полета», особого подъема настроения: «Ах, я влюблена!!!», когда весь мир прекрасен.

3-я стадия — развитие любви, когда отношения развиваются, раскрывая возможности друг друга, становясь ближе или наоборот, понимая, что это не твой вариант.

4-я стадия — зрелая любовь, когда отношения устоялись, понимание друг друга идет с полуслова, с полу взгляда и привычный ритм жизни приносит ощущение постоянства, защищенности, стабильности и комфорта. Такие отношения делятся годами и супруги вместе доживают до глубокой старости, отмечив золотую свадьбу и следующие за ней.

Однако, далеко не всем супругам удастся перейти в своих отношениях в стадию зрелой любви. А многие пары перейдя в эту стадию, не понимают всей ценности этих отношений, так как ос-

Осенью этого года в национальной гостиной Общественно — Информационного центра проводилась дискуссия на тему «Повышение мотивации у школьников к учебе». Организатор дискуссии — комитет по молодежной политике Политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», вела дискуссию — председатель комитета Силенок И. К. — психолог, бизнес-тренер, мастер НЛП, действительный член, преподаватель и супервизор ОППЛ. Информация о мероприятии была размещена в октябрьском номере

## МОТИВАЦИЯ

З.Л. Ниже мы приведем выводы, сделанные в процессе дискуссии.

Были приведены статистические сводки по данным мотивации у школьников по России.

Также были названы факторы, влияющие на мотивацию школьников к учебе: самореализация, познавательный интерес, самоутверждение, материальные стимулы (денежное вознаграждение), социальные мотивы (ответственность, стремление принести пользу обществу), идентификация с кумиром.

Внутренние мотивы учения, были названы, как наиболее ценные: творческое развитие в предмете учения, действие вместе с другими и для других, познание нового, неизвестного.

Внешние мотивы, естественные и полезные в учебном процессе: понимание необходимости учения для жизни, процесс учения как возможность общения, похвала от значимых лиц.

Менее полезные внешние мотивы: учёба как вынужденный долг, процесс как привычное функционирование, учёба ради лидерства и престижных моментов, демонстративность, стремление оказаться в центре внимания.

Самые негативные внешние мотивы: учёба ради материального вознаграж-

дения (подарки, карманные деньги от родителей, родственников), учёба ради избегания неприятностей (ссор, наказаний, конфликтов) с родителями и педагогами.

Факторы, влияющие на повышение мотивации: беседа со взрослым (педагогом, тренером, родителем), прочитанная книга и её обсуждение, переживание вследствие конфликта с окружающими, просмотренный фильм и обсуждение его, разговор с другом, более привлекательные для детей формы уроков (диспуты, дискуссии, наглядность),

Позиция учителей заключается в желании повысить мотивацию у школьников к учебе. Одно из альтернативных решений данной задачи педагоги видят во внедрении в процесс обучения технических средств, увеличение числа наглядных материалов.

Родители, также озвучившие свои позиции, обозначили как ведущие такие факторы мотивации, как формирование в ребенке ответственного отношения к учебному процессу и самостоятельность. При этом необходимо направлять ребенка, помогать ему.

## У ШКОЛЬНИКОВ К ЧУБЕ

Основным методом общения с ребенком должен выступать диалог, при этом роль монолога родителей отводят на второй план. Еще одним фактором может выступать негативный социальный пример.

Педагоги поделились с участниками дискуссии своими наблюдениями, полученными из работы со школьниками. Они отметили большую пользу технических средств (компьютеров, интерактивных досок) в своей работе, благодаря которым расширяются возможности педагога в проведении нестандартных уроков, повышении наглядности преподносимого материала, что способствует повышению интереса у школьников к учебе.

Неоспоримым фактором, которому определили ведущую роль, является воздействие, оказываемое семьей на детей. В том числе, большое значение имеет положительный пример со стороны семьи и близкого окружения.

Кандидат психологических наук, тренер НЛП международной категории, психотерапевт Единых Европейского и Всемирного реестров психотерапевтов, действительный член, преподаватель и супервизор ОППЛ Силенок П.Ф. и эксперт, практикующий педагог-психолог

Анохина Л.Н. говорили об опасности недостаточного количества внимания и похвалы в адрес детей, итогами которого могут стать неверие в собственные силы, нежелание учиться, отказ от принятия на себя ответственности, пропуск определенных уроков, и, как итог, при возникновении определенных ситуативных сложностей, ребенку начинает казаться, что все события, происходящие с ним, абсолютно не зависят от него и он «опускает руки», отказываясь от какой-либо деятельности. Все эти симптомы объединяются в синдром «выученной беспомощности». С этим синдромом можно справиться с помощью «выученной успешности», иначе говоря, осознанием собственных успехов. Помочь этому осознанию могут ряд простых действий, таких как: анализ с ребенком его успехов, поддержка со стороны близких людей и педагогов. Так же к этому ряду можно добавить сегментирование сложных заданий, при этом хвалить ребенка за каждый хорошо выполненный элемент задания.

В заключении был сделан вывод о необходимости объединения усилий школы, семьи и ребенка для достижения максимального результата в работе по повышению мотивации к учебе.

Таким образом, дискуссия позволила родителям, преподавателям и самим школьникам обозначить наиболее актуальные и значимые аспекты, влияющие на уровень мотивации школьников к учебе. Это мероприятие позволило обозначить приоритетные направления в обучении и воспитании, а также выявить наиболее эффективные приемы работы с детьми школьного возраста.

А. Арсеньева  
Е. Коваль  
г. Краснодар

*Ваша судьба в ваших руках,  
меняйте себя,  
и вы измените окружающий мир.*

**Ф. Ларошфуко.**

По утверждению психологов, в каждом человеке присутствуют два независимых «Я». Первое «Я» живет, а второе как бы наблюдает за первым, оценивая его поступки, анализируя все происходящее, и дает рекомендации, как нужно поступать

для скорее смиряться с ограничением возможностей, нежели публично признают какой-либо непорядок или обратятся за помощью, в которой они нуждаются.

Отицание устанавливают границы, которые мы не можем перейти, оно очерчивает рамки свободы, которую мы не можем себе позволить. Если вы свое отицание не признаете, то оно никогда не закончится. Постепенно

длятся, независимо от того, положительные они или отрицательные.

Отицание собственного «Я» опасное явление. Оно распространяется со сверхъестественной быстротой. Оно уводит нас от того, что мы есть на самом деле, загоняет в рамки, не давая возможности оправдать надежды других и может превратить гармоничного человека в озлобленного. Эти отицания изначально складывают-

торого как правила уходят в прошлое, на своих коррекциях специалист кинезиолог, с помощью уникального набора инструментов, одним из которых является мышечный тест, помогает вам перейти от негативного мышления к позитивному. Суть позитивного мышления состоит в том, чтобы с одной стороны, укрепить позитивный образ собственного «Я» под воздействием удачных поступков и не дать

## Кинезиология против отицания своих возможностей

в тех или иных ситуациях. Так и получается, что одно «Я» постоянно анализирует и порой достаточно критически оценивает другое.

Разногласие первого и второго «Я», как правило, ведет к возникновению внутреннего конфликта личности. А что, если второе «Я» всегда «уверено» что ничего хорошего не получится, что нет возможности иметь в жизни все чего так хочется и не хватает. «У меня не может быть...», «Я не могу быть...», «Я не достоин, иметь...», «У меня не получится...». Знакомые утверждения, не так ли. Подобные отицания ведут к полному провалу и отчаянию, «дороге в никуда», или односторонней улице, которая заканчивается тупиком. Отицание не может исправить ситуацию. Фактически, отицание одной проблемы является прецедентом и способствует отицанию многих других проблем в дальнейшем. К тому же большинство лю-



отицание становится глубже и будет вести к разрушению. Возможно, урок будет повторяться 999 раз и лишь на 1000 раз к вам придет осознание. Поэтому очень важно признавать любые чувства, те, что в данный момент испытываете, не отицайте их нали-

ся бессознательно, под впечатлением прошлого опыта, успехов или не успехов; достижений и разочарований, а так же на основании отношения к нам других людей, особенно в детские годы. Ситуация кажется безвыходной? Но на самом деле это не совсем так.

На протяжении многих лет я занимаюсь кинезиологией. Это наука, которая является целостным методом, соединяющим воедино самые современные медицинские знания и тысячелетний опыт и познания. Она позволяет безболезненно путем проведения коррекций и рассеивания эмоционального стресса сделать самое главное, вернуть человеку выбор. Выбор это ваши возможности, то, что вы в состоянии сделать. Именно кинезиологические коррекции помогают существенно расширить сферу собственных возможностей.

При рассеивании стресса, корни ко-

ему разрушаться в случае неудач или каких либо срывов. Вы научитесь: реже критиковать себя; как можно меньше выражать неодобрение самому себе, уходить от излишних нравоучений в собственный адрес.

Если ваши представления о себе будут основаны на самоуважении, уверенности, спокойствии, вы чувствуете себя уверенно и тогда фразы: «У меня не может быть...», «Я не могу быть...», «Я не достоин, иметь...», «У меня не получится...». Перестанут иметь для вас значение. Помните что ваша судьба действительно находится в ваших руках, а если что то не получается вы всегда можете обратиться за помощью к специалисту — кинезиологу.

**Зинаида Зозуля**  
к.п.н., действительный член ППЛ  
психолог-кинезиолог  
г. Анапа

## МОТИВАЦИЯ ГЕНЕРАТИВНОСТИ И САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ

ристическим задачам — требует значительной подготовки (мировоззренческой зрелости, системного понимания и реальной компетентности в области использования законов бытия и саморганизации). Эта внутренняя (мыслительная) и поведенческая активность возможна для зрелой и творческой личности. Более того, такой вид самоорганизации — **генеративная самоорганизация** — только и возможен для самоактуализирующейся личности.

Генеративная работа личности над собой заключается в сознательном извлечении и практическом использовании ценностного содержания тестовых ситуаций, имеющих изначальный смысл тупика. Такое понимание трудных жизненных ситуаций как весьма ценных, и соответствующее к ним отношение — как вдохновляющим эв-

ализацией обнаруживающимся возможностями выхода из тупика и на соответствующих перспективах, «снимает тупиковую фиксацию». Человек тогда принимает вызов, который «бросает ему его личностная эволюция», если можно так выразиться. И, как личность, занимающая «позицию творца собственного счастья» — генеративную позицию — оказывается достойным этого вызова. Суть самоактуализации личности — **каждый раз оказывается достойным эволюционного вызова**. Это как раз про то, как быть вовремя в нужном месте в нужном состоянии.



10.11 —  
13.11. 2011 г.

семинар-тренинг

## НЛП

Базовый этап 1.2

Семинар ведет кандидат психологических наук, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра, сертифицированный мастер-тренер НЛП международной категории, региональный представитель европейской ассоциации НЛП-терапии (NLPt), действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, член совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, руководитель краснодарского центра психологии и бизнесконсультирования «Логос».

### Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

26 - 29.01.2011 г.

семинар-тренинг

## НЛП

Базовый этап 1.1

Семинар ведет кандидат психологических наук, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра, сертифицированный мастер-тренер НЛП международной категории, региональный представитель европейской ассоциации НЛП-терапии (NLPt), действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, член совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, руководитель краснодарского центра психологии и бизнесконсультирования «Логос».

### Петр Силенок

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

с 01 по 04.12 2011 г.

## Тренинг тренеров

Семинар ведет кандидат психологических наук, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра, сертифицированный мастер-тренер НЛП международной категории, региональный представитель европейской ассоциации НЛП-терапии (NLPt), действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, член совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, руководитель краснодарского центра психологии и бизнесконсультирования «Логос».

### Петр Силенок

## Внимание, изменилось расписание работы клубов!

Управление  
по делам молодежи  
г. Краснодар

Клуб молодой семьи «Ты и Я»  
Вт 18:00-21:00.  
Чт 15:00-18:00.  
Сб 13:00-16:00 (четные числа)  
Молодежный психологический  
клуб «Настроение»  
Ср 15:00-18:00.  
Чт 18:00-21:00.  
Сб 13:00-16:00 (нечетные числа)

## Мероприятия клуба молодой семьи «Ты и Я»

1 ноября - «Работа с конфликтами»,  
Бахтина Виктория, Коваль Екатерина, психологи  
8 ноября - Тренинг «Праздник поддержки»  
10 ноября - «Семья как команда»,  
Силенок Инна  
12 ноября - «Психология детства»  
15 ноября - «Семейные отношения»,  
Асанова Алена, психолог

## Мероприятия молодёжного психологического клуба «Настроение»

2 ноября - Программа личностного роста «Пойми себя»  
5 ноября - Мастерская «Сочиняем сказку»  
9 ноября - Диагностика познавательных процессов  
11 ноября - «Коучинг. Технология 100% достижения целей. Духовный выбор», Пышный Алексей, НЛП-мастер, сертифицированный коуч по системе «Духовный выбор», сертифицированный специалист по Эриксоновской терапии и гипнозу

Участие бесплатное.

**ВНИМАНИЕ!** Клубы работают по адресу:  
г. Краснодар ул. Северная, 271, литер Е.  
Справки по тел.: 8-918-318-63-74

Учредитель: Силенок П.Ф.

Издатель: ООО «Фирма «Логос».

Главный редактор: Силенок И.К.

Технический редактор: Дроздова Е.В.

с 03.11 — 06.11. 2011 г.

семинар-тренинг

## Кинезиология 8 часть Токи тела боль и понимание

с 08.12 — 11.12. 2011 г.

семинар-тренинг

## Кинезиология 4 часть

с 19.01 — 22.01. 2012 г.

семинар-тренинг

## Кинезиология 9 часть Детство, сексуальность, старение

Ведущая программы — к.п.н., действительный член ППЛ, преподаватель психологии, практический психолог, психолог — кинезиолог

Зинаида Зозуля

По окончании выдается сертификат государственного образца Скидки членам ППЛ

## ОБЩЕРОССИЙСКИЙ СОВЕТ ПО ПСИХОТЕРАПИИ И КОНСУЛЬТИРОВАНИЮ РФ

## ОБЩЕРОССИЙСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА

## КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

## ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА

## СОВЕТ ПО ПСИХОТЕРАПИИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОМУ КОНСУЛЬТИРОВАНИЮ

## КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕИ

## ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ И БИЗНЕСКОНСУЛЬТИРОВАНИЯ «ЛОГОС»

проводят

## II Съезд ПСИХОЛОГОВ-

## КОНСУЛЬТАНТОВ И ПСИХОТЕРАПЕВТОВ

## Краснодар 25-27 ноября 2011

Съезд открывает научно-практическую конференцию

«Роль психотерапии, практической и консультативной психологии в развитие личности современного человека».

Материалы конференции будут публиковаться в приложении к общероссийскому журналу «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, действительный 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.

На конференции будут работать секции НЛП и генеративной психологии и психотерапии, Кинезиологии, Арт-терапии, Санаторно-курортной психотерапии, Психологии спорта, Бизнес консультирования и коучинга, и другие. Участники уже заявили желание показать мастер-классы по кинезиологии, танцевальной терапии, ассоциативно-метафорическим картам, арт-терапии, символдраме и многие другие

В рамках Съезда также будут проведены конференция «Ресурсы конкурентоспособности спортсменов: теория и практика реализации», выставка современных психологических технологий и методик психологической и психотерапевтической работы, конкурс видеороликов презентующих психологические технологии и методики работы.

На Съезде будет организовано шесть круглых столов, в работе которых примут участие психологи, психотерапевты, студенты психологических факультетов, сотрудники Департаментов городской администрации и депутаты.

### ТЕМЫ КРУГЛЫХ СТОЛОВ:

- «Перспективы развития психотерапии и психологического консультирования»;
- «Профессиональное и личностное в работе психотерапевта и психолога-консультанта»;
- «Влияние занятий физкультурой, спортом и физической активности на формирование психической здоровой и гармонично развитой личности»;
- «Маркетинг психотерапии и психологических услуг»;
- «Применение современных технологий в работе с несовершеннолетними и их семьями в условиях специализированного учреждения»;
- «Мужчина и женщина в политике».

26 ноября 2011 года будет проводиться

## МОЛОДЕЖНЫЙ КОНКУРС ПСИХОЛОГОВ И ПСИХОТЕРАПЕВТОВ

## КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ И РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕИ

Конкурс проводится по двум номинациям и оценивается отдельно для:

1. Студентов. 2. Молодых ученых и специалистов (до 35 лет), завершивших обучение в ВУЗе по специальности не ранее 5 лет назад.

Номинации конкурса: 1. Конкурс научных исследований. 2. Конкурс на лучший мастер - класс.

Все участники конкурсов (по каждой из четырех номинаций) получают сертификаты. Победители каждого конкурса (I – III место) получают Дипломы и статуэтки, ценные подарки, а также участвуют бесплатно во всех мероприятиях Съезда. Победители каждого конкурса, занявшие I место, получают право бесплатного обучения на одном из семинаров, проводимых Центром психологии и бизнесконсультирования «Логос».

Для участия в конкурсе необходимо заполнить заявку на участие и прислать её на электронный адрес: logos\_centr@mail.ru или по факсу (861)-253-23-96 не позднее 15 ноября 2011 г. Бланк заявки прилагается.

Регистрация участников съезда проводится до 23.11.11 г. Для получения информации по регистрации звоните по телефону (861) 253-23-96.

Стоимость участия 3500р., студентам психологических факультетов 2500р.

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, 8-988-247-33-46, 8-918-439-06-67

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



## ВО ВСЕЬ «ЛОГОС»

### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ КОНСУЛЬТАЦИИ ПРОВОДИТ

кандидат психологических наук, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра, сертифицированный мастер-тренер НЛП международной категории, региональный представитель европейской ассоциации НЛП-терапии (NLPt), действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, член совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и республики Адыгея, руководитель краснодарского центра психологии и бизнесконсультирования «Логос».

### СИЛЕНOK ПЕTR ФЕДОРОВИЧ

Имеет базовое психологическое образование. Обучался у ведущих специалистов мировой психологии и психотерапии. Результат гарантирован опыт многолетней практики, подтвержден Международными Сертификатами. Предварительная запись по тел.: (861) 253-23-96, 918-439-06-68

## БАЗОВЫЙ КУРС ПО АРТ-ТЕРАПИИ с 16 по 18.12. 2011 г. Сказкотерапия

Возможности сказки. Эволюция сказочных сюжетов. Сказка как «дверь» в коллективное бессознательное, как указание к действию, как средство обхода «сопротивления».

Вариант создания клиентской сказки, ее диагностическое значение, пути интерпретации. Конструирование сказочных сюжетов в группе

### 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 танцевальному практике.

### Горбачева Татьяна

Стоимость 3900р.

с 09 по 11.12.2011 г.

семинар-тренинг

## Театр архетипов

### Системно-аналитический глубинный коучинг

1. Глубинный аналитический коучинг и самокоучинг. Техника проблемного поля. Персональный стиль. Технологии работы с тестовой базой

«Магия успеха» — выявление функциональных резервов и проблемных зон путем сопоставления конституционных, характерологических, поведенческих характеристик с ролевыми выборами.

2. Структура консультаций и коучинговых сессий с применением результатов тестирования.

3. Особенности «театрального» интервью в консультировании и системном коучинге.

4. Типы запросов. Специфика техники «дизайн сцен» в зависимости от типа клиентского запроса.