Золотая Лестница

ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ И БИЗНЕС КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ “ЛОГОС”

№ 04 (133)
среда 22 февраля 2012 г.

Психология успеха

СЛОВО РЕДАКТОРА

Инна Силенок
Главный редактор,
Директор Центра психологии и бизнес консультирования «Логос». Официальный представитель ЦС ППЛ в ЮФО РФ.
Вице-президент Совета по психотерапии и консультированию РФ

Дорогие наши защитники Отечества! Редакция газеты «Золотая Лестница» поздравляет вас с праздником! Февраль богат на события, связанные с воинской славой России. Это и Сталинградская битва и День освобождения Краснодара от Немецко-фашистских захватчиков и, конечно главный для всех мужчин февральский праздник. 23 февраля мы традиционно поздравляем всех мужчин и военнообязанных женщин с праздником. Женщины выбирают подарки своим любимым, школьницы одноклассникам и соседу по парте. Маленькие девочки поздравляют папу, дедушку, брата и какого-то одного мальчика, — того, которого очень хочется поздравить (и конечно того, который теперь точно поздравит с 8 марта). Такова традиция. Традиция первого шага со стороны женщины, — дарить избраннику право её защищать. Быть слабой, чтобы кто-то рядом почувствовал себя сильным, нужным, единственным, благородным, — таким, какими всегда были русские офицеры. Вспоминаются романтические песни из кинофильмов о гардемаринах, кавалергардах, офицерах. Хочется видеть наших мальчишек такими же, невзирая на смену времен и темп жизни. Наверное, для этого нам самим нужно стать «тургеневскими девушками» или «декабристками», посмотреть на наших дорогих мужчин влюбленными глазами и увидеть все то, что в них есть и обязательно проявляется в тестовых ситуациях. Только тестовые ситуации теперь другие, и мы вместо кринолинов все чаще в брюки облачаемся, чтобы с темпом нашей жизни справиться. И при всех этих новых атрибутах нашей совсем не романтичной жизни мы все также ждем своих любимых, верим им и в них, надеемся на лучшее и с радостью отмечаем у детей черты любимого, — а это вечно и незыблемо. С праздником всех нас!

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».

МАНИПУЛЯЦИЯ И ИНФАНТИЛЬНОСТЬ

Человек является сам творцом собственного счастья. Этот тезис понятен и у современного человека никакого возражения не вызывает. Психология и психотерапия новейшего времени много сделала для того, чтобы стала понятна роль самого субъекта и его ответственность за качество собственной жизни. Из психологии, объясняющей необходимость, обязательность и механизмы страдания (религиозная психология, психоанализ, трансперсональная психология С. Грофа, гештальттерапия и др.) психология в своей эволюции представлений о человеке пришла к описанию и воссозданию опыта совершенства. К психологическим направлениям, ориентирующимся на опыт «радости и свободы», любви, творчества и счастья следует относить гуманистическую психологию А. Маслоу, клиент центрированную психотерапию К. Роджерса, эриксоновский подход к бессознательному, классический и новый код НЛП....

Если человек не становится «творцом собственного счастья», то верх берут некоторые силы, неизбежно приводящие его к несчастью. В своей книге «Психология счастья: всё значительно проще» я прихожу к выводу о том, что ***«каждый из нас целиком несет ответственность за точность и полноту понимания происходящего с ним.*** Для этого необходимо научиться думать: оперативно «включать мышление» в трудных (проблемных), тестовых моментах. Тогда конструктивное преодоление трудностей превращается в отдельную самостоятельную творческую мыслительную задачу» — Силенок П.Ф. Психология счастья: всё значительно проще. — Ростов н/Д: Феникс, 2012, с.12.

Я утверждаю, что точность и полнота понимания происходящего является решающими факторами благополучия каждого человека. Ибо только полнота ориентировки в сложных ситуациях определяет адекватные стратегии поведения, позволяющие с этими ситуациями совладать. Полная ориентировка является не просто условием, — внутренним элементом таких стратегий. Я нахожу естественной связь для таких психологических явлений как «счастье» — «генеративная позиция личности» — «генеративное мышление» — «генеративное поведение человека».

Становиться творцом собственного счастья означает сформировать у себя генеративную позицию и навыки генеративного мышления. Труд далеко не простой и нелёгкий, но того очень даже стоит. Какую цену вы, уважаемый читатель готовы заплатить за собственное счастье? Уверен, что ответ будет — любую. Но «правильный ответ» — эта та ценна, которая стоит за ***усилиями приобретения потенциала генеративной позиции и навыков генеративного мышления.*** В остальном — «овчинка выделки не стоит». Ни меркантильно-потребительский интерес (приводящий в конечном итоге к явлению «старухи у разбитого корыта»), ни стремление поживиться на чужой счёт (ведущий к феномену «альфонса», «приживалки»), ни стремление выжать из жизни максимум удовольствия, денег, власти, ни какие либо другие позиции и стратегии проживания жизни кроме генеративной позиции и соответствующих способов генеративного мышления к счастью не приводят.

Однако, занимать генеративную позицию и использовать способность

продолжение на 5 стр.

Комитет по молодежной политике Политического Совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» совместно с редакцией газеты «Золотая Лестница» в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы объявляет конкурс на лучшее стихотворение, посвященное Краснодару в годы Великой Отечественной войны и его воинской славе.

Просим отправлять стихи в редакцию газеты.

Лучшие стихотворения будут опубликованы.

В марте месяце будут подведены итоги конкурса, и пройдет поэтический вечер с участием победителей конкурса стихов.

Стихотворения просим приносить в редакцию газеты по адресу Краснодар, ул. Кирова, 104 или по электронной почте logos_centr@mail.ru

Комитет по молодежной политике Политического Совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» совместно с редакцией газеты «Золотая Лестница» в рамках месячника оборонно-массовой и военно-патриотической работы объявляет конкурс на лучшую статью, посвященную славным страницам истории воинской славы города Краснодара, Краснодару в годы Великой отечественной войны.

Просим отправлять статьи в редакцию газеты.

Лучшие статьи будут опубликованы.

В мае месяце будут подведены итоги конкурса, и пройдет торжественное награждение победителей кубками и дипломами лауреатов.

Статьи просим приносить в редакцию газеты по адресу Краснодар, ул. Кирова, 104 или по электронной почте logos_centr@mail.ru

Может ли школьник стать президентом?

Что бы я сделал, если бы стал президентом России? Какую бы выбрал программу? Кто бы был в моей команде? На эти вопросы попытались ответить краснодарские школьники.

стр.7

«Изобилие» или «Как научиться быть богатым, а не бедным»

Почему же одни люди богатые, а другие бедные? Кто или что всему виной — государство, правительство, система, богатые?

стр.6

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ

Терапия материнской любовью

Индивидуальная программа является специфическим психотерапевтическим воздействием, в котором учитываются индивидуальные особенности ребенка, проявления его болезни и состояния.

стр.2

ПСИХОТЕРАПИЯ В ЭПОХУ ПОСТМОДЕРНИЗМА

Любая психотерапевтическая и психологическая помощь осуществляется в конкретной социальной среде и в конкретной ментальной обстановке. Переоценить влияние этой обстановки на формирование клиентской проблематики трудно, а недооценить легко.

стр.3

Семья. Свобода. Благодарность.

Почему некоторые люди с самого начала отношений «предчувствуют», что ничего хорошего из этого не выйдет? Что такое самосбывающиеся негативные прогнозы и откуда они появляются?

стр.4

ТАКАЯ СЛОЖНАЯ ПРОСТАЯ ЛЮБОВЬ???

В продолжение темы спорта в мире мужчин и женщин. Кем быть — спортсменами или тренерами, или же все таки супругами, людьми любящими, живущими в браке.

стр.5

ВНИМАНИЕ!
ГАЗЕТА
«ЗОЛОТАЯ ЛЕСТНИЦА»
объявляет подписку
на 1-ое полугодие 2012 года
начиная с марта месяца
стоимость — 84 руб.40коп.
Подписная цена
на месяц — 21руб.10коп.
Подписной индекс: 52156
Справки по телефонам:
(861) 253-23-96
(988) 247-33-46

Терапия материнской любовью

4.Индивидуальная программа

Индивидуальная программа является специфическим психотерапевтическим воздействием, в котором учитываются индивидуальные особенности ребенка, проявления его болезни и состояния. Индивидуальная программа направлена на решение конкретных задач. В нее вводится четвертый блок — «материнская суггестия», который является прямым суггестивным воздействием матери на ребенка. Передавая фразы этого блока ребенку, мать как бы освобождает его от всего трудного и больного и дает прямую установку на здоровье и исчезновение патологического состояния.

Индивидуальная программа строится на позитивных эмоциональных альтернативах:

Любишь — не любишь

Нравится — не нравится

Хочешь — не хочешь

Получаешь удовольствие — не получаешь удовольствие

Приятно — не приятно (противно)

Хорошо — плохо и т.п.

При этом следует придерживаться основного правила суггестии — не внушать прямого отрицания болезненных проявлений. В программе не должны использоваться слова: «исчезло», «прошло», «не будет». Пример неудачной фразы: «Ты перестаешь писать в постель». Мозг не способен воспринимать подобные установки. Поэтому слова и фразы внушения должны нести только позитивную информацию, вызывать то или иное положительное эмоциональное состояние или отношение.

Первые три блока индивидуальной программы создаются на основе блоков базовой программы, но в блоках индивидуальной программы уже учитываются конкретные особенности ребенка, его болезненные проявления, сведения биографии, а также ранее составленный матерью реестр жалоб.

Существует специфика работы по методу, если в семье двое или даже больше детей, и они спят в одной комнате. В этом случае базовая программа может передаваться одновременно для всех детей. Если же кто-либо из них нуждается в помощи метода (или же дети нуждаются в разных индивидуальных программах), то, произнося фразы индивидуальной программы, мама должна обращаться непосредственно к конкретному ребенку, прикасаясь рукой к его головке и уточняя, что данная информация предназначается только ему.

Составление индивидуальной программы и работа по ней — процесс важный и ответственный. В процессе работы в программу могут вноситься дополнения и изменения.

Варианты фраз второго, третьего и четвертого блоков индивидуальной программы при различных патологических состояниях приведены в приложении № 2 к настоящим методическим рекомендациям.

III. Метод как составная часть семейной психотерапии

В процессе работы с ребенком имеет значение и то, как складываются отношения между родителями. Для специалиста важно, чтобы у родителей был единый подход к проблемам ребенка. Чтобы они не переносили на него проблемы своих возможно непростых взаимоотношений. Даже при работе с полными семьями, где все хорошо, все благополучно, возможны какие-то трудности. Поэтому нередко даже с родителями в благополучных семьях приходится проводить индивидуальную и групповую работу.

Родители должны понять, что в жизни не бывает ничего совершенного. Нельзя требовать от своего спутника по жизни полного совершенства. В каждом человеке есть плюсы и минусы. Легче всего думать о минусах, однако надо любить своего партнера таким, какой он есть. Для этого во главу угла надо стремиться ставить позитивные черты его характера. Когда начинает разрушаться внутрисемейное поле, внутрисемейная обстановка, прежде всего, даже еще не понимая причин, от этого страдают дети.

Идеальную модель любви, в т.ч. и семейной, демонстрируют слова апостола Павла из послания к коринфянам: «Любовь долго терпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, Не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, Не радуется неправде, а сорадуется истине; Все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит, Любовь никогда не перестает ...» (Новый завет. 1-е послание к коринфянам, гл 13).

К сожалению, в реальной жизни люди не соблюдают эти правила и занимаются поиском лучших вариантов: расходятся, заводят другие семьи и т.д. Нужно помнить, что, когда на этом фоне создаются новые семейные отношения (речь идет не только о зарегистрированных браках), родители несут на себе комплекс вины. И этот комплекс постоянно где-то исподволь их точит, мешает созданию нормальных отношений в новых парах.

Для детей это всегда оборачивается очень большими трудностями. А ведь эмоциональное состояние родителей, и, прежде всего, матери имеет для ребенка

огромное значение. Если мама нервная, обозленная, разочарованная в жизни — плохо дело этого ребенка. Но не безнадежно. Что можно сделать в этой ситуации? С такой мамой надо дополнительно работать, проводить с ней индивидуальную и групповую психотерапию.

Ребенок, которому не хватает материнской любви и ласки, вырастает холодным, черствым, отчужденным человеком. Нужно учить маму любить ребенка таким, какой он есть. За его внешность, какой бы она не была, за его поведение, как бы он себя не вел. Не нужно в этой любви вспоминать о тех качества, которые хотелось бы видеть в ребенке, но которых пока еще нет. Это мешает любить. Если ребенка любят таким, какой он есть, он вырастет человеком, уверенным в своих силах, а значит, человеком счастливым. Он сумеет себя реализовать.

Если же родители не принимают ребенка таким, какой он есть, с его недостатками, он растет с постоянным ощущением того, что у него не все в порядке и вырастает человеком, не уверенным в своих силах, склонным к колебаниям настроения с субдепрессивным радикалом.

Характерно, что если у ребенка любящая мать, которая любит своего ребенка безусловной любовью, то такие дети растут здоровыми, успешными и счастливыми, т.е. «легкими». Если же мать не умеет или не хочет любить своего ребенка безусловно, эти дети растут «трудными», нередко больными.

Следующая таблица наглядно демонстрирует эту зависимость:

	«Легкие» младенцы	«Трудные» младенцы
Любящие матери	+	±
Нелюбящие матери	±	+

+ — указывают на подавляющее число детей

± — встречаются отдельные случаи

- у «легких» младенцев в подавляющем большинстве любящие матери; матери их любят безусловной любовью — и дети «легкие», благополучные.

- у «трудных» младенцев тоже могут быть любящие матери, но такое сочетание встречается сравнительно редко.

- у любящих матерей большинство младенцев «легкие», а у нелюбящих — почти всегда младенцы «трудные».

Врожденные качества маленького ребенка часто определяют то, каким он станет в будущем и, хотя социальные условия жизни также имеют очень большое значение для его формирования, родительская любовь может изменить как определенные врожденные черты темперамента ребенка в положительную сторону, так и снивелировать негативные социальные условия. Метод словесно-речевого и эмоционального воздействия матери на ребенка является прекрасным средством для достижения этой цели.

Всегда нужно помнить, что общение с ребенком процесс двусторонний. Родители многому учатся у ребенка, многое начинают понимать. Чтобы стать разумным, добрым человеком, ребенок должен чувствовать, что он любим. В каждом ребенке заложен свой идеал, определенная высшая духовность — Божественное начало. А вот кем он станет в дальнейшем, зависит от нас. Каждому ребенку необходимо, чтобы его ласкали, улыбались ему, играли с ним, любили его и были с ним нежны.

Свое дитя нужно любить. Эмоциональное общение для каждого ребенка более важно, чем витамины и калории. Если ребенка много и правильно любить, это учит его в дальнейшем любить других людей, правильно жить и наслаждаться жизнью, т.е. нести в себе необходимые эмоциональные качества. Примером позитивного отношения к детям является американский кодекс прав ребенка, который, по сути, является кодексом безусловной родительской любви. Положения, изложенные в этом кодексе, имеют принципиальное значение для работы по методу.

Обучая работе по методу и воспитывая родителей, специалист добивается пересмотра отношения родителей к ребенку в тех случаях, когда это необходимо, и учит их безусловной любви к своему ребенку. Ниже приведены выдержки из этого кодекса. К сожалению, в России подобного документа нет.

Кодекс безусловной родительской любви

Наши дети — обычные дети, и ничего сверхъестественного от них ждать не надо. Наши дети ведут себя так, как ведут себя все дети на свете.

В ребячьих выходках есть немало неприятного и даже противного.

Если родитель будет стараться, как следует выполнять свою роль родителя и любить детей, несмотря на их шалости, проделки, дети в ответ будут стараться взрослеть и быстро отказываться от своих плохих привычек. Если мы на их плохие действия будем отвечать только любовью, то дети будут стараться сами от них отделаться.

Если же родитель любит детей только, когда они его радуют поведением, послушанием, то такая любовь называется обусловленной. Дети не будут чувствовать, что это искренне, и их любят навсегда, и это сделает их неуверенными по жизни, понизит веру в себя, занизит их самооценку.

Если я люблю своих детей безусловной любовью, они будут себя уважать, чувствовать внутреннее умиротворение и равновесие, будут стараться сами контролировать свое поведение по мере своего взросления.

Если же я люблю, когда они выполняют мои требования и соответствуют моим ожиданиям, дети будут чувствовать свою неполноценность, будут тревожны, субдепрессивны, с низкой самооценкой. Это будет в дальнейшем постоянно мешать ребенку нормально развиваться физически и эмоционально.

Все будущее моих детей основано на фундаменте безусловной, безоговорочной любви, к которой я всеми силами должен стремиться. Дети исключительно чувствительны к тому, как настроены родители, особенно мать. Дети не только эмоционально сверхчувствительны, но они также сверхуязвимы. Любой ребенок постоянно всеми известными ему невербальными способами спрашивает своих родителей: «Вы меня любите?!». Ребенок задает этот эмоциональный вопрос, в основном, своим поведением или здоровьем, очень редко словами. И в жизни каждого ребенка ответ на этот сакраментальный вопрос абсолютен, является самым важным. От ответа на него зависит отношение ребенка к жизни и его дальнейшее развитие.

Если эмоциональный уровень ребенка снижен, возникает тревога, которая влияет на его поведение и порождает психосоматические и другие расстройства. При общении с мамой, разбирая состояние ее ребенка, его поведение и особенности характера, специалист должен все это ей разъяснить. Это очень важно.

У каждого ребенка есть своеобразный эмоциональный «резервуар», с определенными эмоциональными потребностями: любовь, понимание, забота. И то, как эти потребности удовлетворяются, и определяет, как ребенок себя чувствует. Доволен ли он, зол ли, подавлен или полон радости, активности, счастья. Чем полнее этот эмоциональный «резервуар», чем больше положительных эмоций испытывает ребенок, тем лучше его здоровье и поведение.

Если эмоциональный «резервуар» полон, можно ожидать, что ребенок будет развиваться наилучшим образом: физически, интеллектуально, в речевом и других планах, и он будет стараться изо всех сил соответствовать нашим устремлениям.

Помимо метода словесно-речевого и эмоционального воздействия матери на ребенка существуют и другие способы пополнения эмоционального «резервуара» ребенка, т.е. передачи ребенку родительской любви. Так родители должны как можно больше — с чувством безусловной любви — смотреть в глаза своим детям. Взгляд родителей должен быть открытым, естественным, доброжелательным. Всегда необходимо помнить, что строгий взгляд без любви в глаза маленького ребенка порождает у него страх перед родителями, делает его покорным и вялым. А дальше по мере взросления у таких детей развиваются новые негативные черты характера: страх сменяется гневом, обидой, агрессией и депрессивными формами настроения.

Также детей необходимо как можно больше ласкать, играть и возиться с ними. Это должна делать не только мама, но и отец, и все члены семьи. Еще одним принципиально важным способом пополнения эмоционального «резервуара» ребенка является речевое общение с ним, которое определяет его способность к коммуникации в дальнейшей жизни. Примером того, как недостаточное общение родителей с ребенком может сказаться на его здоровье, является такая речевая патология, как заикание.

Одной из главных сложностей заикающихся является то, что во время речи они не могут смотреть в глаза собеседнику. И, может быть, в том эмоциональном напряжении, которое приводит к возникновению заикания, в самых его истоках скрывается то, что ребенку не смотрели в глаза, не встречались с ним взглядом. Отсюда возникла его эмоциональная депривация.

Специалист должен объяснить родителям, что они никогда не должны эмоционально терзать своих детей, вымещать на них свое плохое настроение, свои негативные состояния. Для ребенка мучительней, когда родители избегают смотреть на него, чем, когда они его физически наказывают (что тоже недопустимо!).

Эмоциональный удар по ребенку куда страшнее именно, когда родители не общаются с ребенком, не смотрят на него. Это приводит к эмоциональному напряжению ребенка и впоследствии ко многим патологическим состояниям. Родителям нужно объяснять, что ребенок — это зеркало, которое отражает их любовь.

А как же дети-сироты и дети, чьи родители лишены родительских прав? Применение метода возможно и достаточно эффективно и для этих детей. Дети, оставшиеся без попечения родителей, часто продолжают их любить. Тоскуют и скучают по ним. Это связано с биологической стороной любви и теми моментами в жизни детей, когда на каких-то этапах своего развития они получали родительское тепло.

Поэтому очень важно, чтобы все сотрудники учреждений для детей, лишенных родительской опеки, и детей-сирот любили детей, стремились максимально отдавать детям свое тепло и заботу, в какой-то степени восполняя им отсутствие родных матерей, тем самым, создавая «коллективную маму».

Такая «коллективная мама» дает возможность этим обездоленным детям чувствовать себя любимыми. Окончательно ответ на возможности метода словесно-речевого и эмоционального воздействия «коллективной мамы» можно будет дать после сравнительного изучения детей, которые до детского дома жили в родной семье, и детей, попавших в детский дом сразу из родильного дома и практически никогда не имевших контакта со своими родными матерями. Это задачи для буду-

Драпкин Б.З.
детский психиатр
и психотерапевт,
удостоенный звания «Почетный
професссор психотерапии»

ПСИХОТЕРАПИЯ В ЭПОХУ ПОСТМОДЕРНИЗМА

Любая психотерапевтическая и психологическая помощь осуществляется в конкретной социальной среде и в конкретной ментальной обстановке. Переоценить влияние этой обстановки на формирование клиентской проблематики трудно, а недооценить легко.

Психотерапевты, консультанты, психоаналитики нередко сталкиваются с таким фоновым раздражением, недовольством окружающим миром. Переносная природа этого явления не составляет тайны, но всегда ли истоки его следует искать в реальных контактах клиента?

Какие пролонгированные травмы может наносить само меняющееся время?

Период с конца XX века по наши дни многие интеллектуалы во всём мире именуют постмодернизмом или постмодерном. Данная статья не претендует на сколько-нибудь полное описание феномена постмодернизма, на создание исчерпывающей дефиниции. Постмодернизм достаточно полно описан в трудах Ж.Ф. Лиотара, Ж. Бодрийяра, Р. Барта,

Ф. Гваттари, У. Эко, Ж. Делёза, Ж. Деррида, других авторов, практически все их тексты доступны читателям, в том числе, в сети, и менее всего хотелось бы делать банальный реферат. Но минимум пояснений всё же необходимы для того, чтобы отметить субъективные травмирующие моменты происходящих разноплановых явлений.

Постмодернизм — сформировавшаяся ко второй половине прошлого века парадигма, проявляющая себя в различных областях жизни, в науке, политике, но наиболее ярко в философии и искусстве. Собственно, именно в искусстве он был выделен как явление, а уж потом обнаружен в других областях. При этом назвать его господствующей парадигмой вряд ли можно, слишком велико сопротивление и слишком велико влияние старого доброго модернизма. Само определение нового термина несёт в себе ущербность: то, что осталось после модернизма. Но модернизм не исчез совсем, он просто недостаточно состоятелен в современном мире. И то, что существует сейчас, в эпоху, которую кто-то согласен считать постмодерном, не всё относится к «пост». Нет в этом определении конструктива, описывающего суть и определяющие признаки постмодерна. Не говоря уж о том, что саму эпоху модернизма одни исследователи отсчитывают непосредственно от эпохи Возрождения, а другие — с конца века XIX.

Именно на рубеже позапрошлого и прошлого веков произошла грандиозная смена парадигм. Классическая картезианско — ньютоновская картина мира сменяется квантово-релятивистской. «Заточенная» под внешний макромир цивилизованная мысль оказывается безоружной как в микромире, так и в мегамире. «Перевооружение» мысли вызывает лавину открытий и изобретений, стремительно меняющих действительность.

Плотное изучение «первобытных» сообществ обнаруживает в мышлении архаического человека «логику иномира.» Закономерно вспыхивает интерес к феномену бессознательного, порождающий психоанализ и аналитическую психологию. В искусстве происходят удивительные перемены. Живопись, избегая состязания с фотографией, порождает спектр новых школ и направлений, открывая свои необычайные возможности. В том числе и такие, которые возмущают ортодоксальных зрителей. Кино из аттракциона быстрыми темпами превращается в искусство. Театр так же делает колоссальный рывок: ткань его зрелища дешифруется и возникает режиссёрский театр. Бурное развитие поэзии хорошо иллюстрирует русский «Серебряный век». Проза так же не стоит на месте. Вспомним здесь только один роман, ставший притчей во языцех сразу после публикации и остающийся неприступным для большинства читателей по сей день Это «Улисс» Джеймса Джойса. Обратим внимания на характерный термин, полюбившийся критикам и вошедший в самый широкий обиход: «поток сознания». Он прямо указывает на то, что литература и вообще искусство, уже освоившее внешний мир, начинает всё настойчивей обращаться внутрь человека. Этим, кстати, объясняется те зашкаливающие аффекты страха, отвращения, гнева и ненависти, которые способно вызывать «новое» искусство.

Если снаружи человека есть прекрасные пейзажи, люди — тела и лица, грациозные животные, развесистые деревья и цветы — воспевай — не хочу, то внутри человека, пейзажи другого рода.» «О, довольно, Гамлет, /ты мне глаза направил прямо в душу, /и в ней я вижу столько чёрных пятен, /что их ничем не вывести. /[6] Освоение «пейзажей», «портретов» и «натюрмортов» внутренней реальности человека, соответственно требует новых навыков, новых выразительных средств, нового восприятия и мышления. Не удивительно, что в эстетике внутреннего мира популярными оказываются категории Безобразного, Ужасного и Низменного. Не будем забывать, это тоже эстетические категории. Но кому предъявлять претензии, что «внутренности» человека в основном перерабатываются именно этими «ферментами»? Прекрасное и Возвышенное отдыхают снаружи.

В расщепляющемся и насыщенном субъективностью мире обостряется проблема достоверности знаний.

Итак, на рубеже позапрошлого и прошлого веков человечество сунулось туда, где кончаются его природные естественные пределы возможности, ресурсы и где отказывают наработанные тысячелетиями познавательные (и выразительные, если речь об искусстве) инструменты.

Если пытаться выделить из всего многообразия философских учений того периода некоторый общий тренд, получим всё то же разочарование в разуме и рациональности.

В фокусе внимания ощущения, эмоции, восприятие, желание, воля, инстинкты, бессознательное, совесть. Не факты, но интерпретации. Не мысль, но говорение.

Модернизм оказывается половинчатым, незавершённым шагом, если пытаться натянуть на реальный процесс развития жёсткую сетку определений. Но можно сказать и так: явление, именуемое сегодня постмодернизмом — просто закономерный результат развития модернизма, в котором изначально существовали зачатки ныне созревших коллизий:

Наступление Хаос на Космос. Размывание центра, разрушение иерархий. Смена классического «системного» знания и образования «войлочным», в котором масса разнородных, не связанных меж собой элементов всё-таки образует плотную функциональную ткань. [6]

Постмодернистские идеи, взгляды вызывают отторжение у большого числа современников. Интересен феномен эмоционального отношения индивида к идее, концепции, парадигме. Понятно, что тут работает переносной механизм, и подобные шокирующие, отвращающие концепции репрезентируют для субъекта травматичные отношения с другими людьми. В характере переживаний постмодерна, как травмирующего фактора, при всех индивидуальных нюансах, обязательно присутствует нарциссический шок.

Не будем делать вид, что тяжёлый эмоциональный шлейф, сопровождающий ныне постмодернизм — нечто из ряда вон выходящее, никогда ранее не бывшее в истории. Вспомним научные открытия, вызвавшие бурное эмоциональное отторжение «культурного человечества» — Н. Коперник указал землянам, что их субстрат, оказывается, вовсе не центр мира, Как теперь жить бедным провинциалам?

Ч. Дарвин разъяснил Homo Sapiens sapiens кое-что нелестное о его предках и обиженки разных мастей второй век пытаются дезавуировать неудобное знание о своём происхождении. З. Фрейд убедительно показал, что человек вообще существо неразумное, самодовольная игрушка бессознательных сил. С этой травмой тоже второй век интеллектуалы пытаются справиться путём рационализации. Удаётся плохо.

Добавим сюда общее разочарование в культуре, когда выяснилось на практике, вопреки всем прекраснодушным фантазиям, что самая высокая культура не только не противостоит тоталитарному кошмару, но прекрасно его обслуживает. Вообще возможно ли найти такой благостный период, в который люди наслаждались единодушием и не существовало бы борьбы идей, мнений, вкусов, ценностей? В любом обществе, в том или ином виде, существуют поколенческие конфликты: «отцов и детей», как обозначила русская классика, «эдиповы», как обозначила классика древнегреческая.

Какие бы травмы ни будил аромат постмодернизма, менять местами причины и следствия, всё же, не стоит, тем более, что это как раз постмодернистский ход.

Постмодерн не насаждает хаос, а пытается связывать, упорядочивать его. Старые инструменты, повторимся, пришли в негодность. Так «иерархическое» знание, усвоенное отдельным человеком, независимо от объёма и глубины, не вполне справляется с обработкой стремительно меняющегося мира, поэтому всё большее распространение получает знание «сетевое». Ранее мы употребили понятие «войлочное», ассоциативно отсылающее к делёзовской «ризоме»[3], а сейчас намеренно используем определение ассоциирующееся с Интернетом. «Всемирная паутина» является едва ли не самым ярким и тотальным воплощением постмодерна..

Обратим внимание, что сам по себе Интернет-дискурс организуется именно на постмодернистских принципах: в нем размыты все смысловые структуры. Внешне Интернет может восприниматься как триумф интеллекта, рациональности, системы. Движение по Интернету алгоритмизировано, подчинено жёстким программам, он насыщен достаточно большими структурированными текстами. Но почти всё это — заимствованные извне продукты. Стоит обратиться к вещам (текстам)созданным внутри интернета, как их иррациональная , бессознательная природа бросается в глаза. Во всемирной сети царит деструкция, отмена иерархий, Википедия, воплощение самодеятельности, становится высшим авторитетом в якобы научных спорах. Фактически, в сети отменены критерии достоверности знания и сама Истина. Нечто, объявленное ею получит сколько угодно мутных, кольцующих друг друга ссылок, которые количеством и «взаимоподдержкой» убедят большинство в истинности любого абсурда.

Для постмодерна характерно обострение борьбы сетей и иерархий, но эта тема требует отдельного развития.

Рассмотрим теперь социо-демографический аспект постмодернизма. Для этого обратимся к теории Маргарет Мид о постфигуративных, префигуративных и конфигуративных сообществах.[5]

При всей своей научной многосторонности Маргарет Мид никогда не упоминала о постмодернизме, но фактически описала его антропологический аспект задолго до выделения самого явления и образования термина. Она выделила три типа культур, три способа межпоколенного взаимодействия и передачи информации.

1.В постфигуративной культуре новые поколения учатся у своих предков. Такое общество живёт в законсервированном статусе, более всего ценя неизменность. Оно ориентировано на прошлое. М. Мид профессионально имела дело с родо-племенными, архаичными сообществами, в которых постфигурация была единственным механизмом передачи культуры. В цивилизованных сообществах работали и работают и другие механизмы. Любые события — войны, перевороты, или даже угроза оных срывают с места и перемещают значительные массы людей, рвут традиционные неторопливые способы передачи культуры. Это могут быть и социально-позитивные процессы, типа поднятия целины, строительства БАМА, иные «стройки пятилеток». Экономический эффект подобных проектов здесь не важен. Массы молодых людей оказываются оторванными от того, что называют корнями — от семей, от старшего поколения вообще. Они вынуждены быстро создавать свою культуру, не субкультуру даже, а именно новую культуру. Качество её здесь комментировать не будем.

2. В конфигуративной культуре акцент обучения и детей и взрослых падает на сверстников, на людей равных по возрасту и опыту. Сибсы учат сибсов. Общество ориентируется на требования современности.И развитие его получает толчок в областях, в которых легче создать новые культурные механизмы. Там же, где без глубоких традиций не обойтись, возникают своеобразные лакуны. Помимо содержательной стороны культурного воспроизводства нарастает такая острота конфликта поколений, которой не знали традиционные общества.

Но и этого оказывается недостаточно в стремительно меняющемся мире. Сибсовый опыт тоже теряет свою значимость, более того, зачастую становится тормозом, ограничителем развития.

3.Формируется ориентированная на будущее префигуративная культура. В ней взрослые учатся также у детей.

У современных детей есть опыт, которого никогда не было у их родителей. И у современных родителей сегодня нет шансов увидеть повторения их опыта в жизни потомков.

“Ещё совсем недавно старшие могли говорить: “Послушай, я был молодым, а ты никогда не был старым” Но сегодня молодые могут им ответить: “Ты никогда не был молодым в мире, где молод я, и никогда им не будешь” [5стр.360]

Сегодняшним взрослым стоит учиться жить в непредсказуемом мире, в отсутствие предопределённости. А этому умению можно учиться как раз у детей. Они ведь будущее воспринимают именно так.

В прошлом веке мир перемешался основательно. Можно найти «островки стабильности», но их мало, и они не определяют развитие цивилизации.. Мировые, гражданские и, как их называют, национально-освободительные войны, революции, бурные волны миграций, развитие образования, глобализационные процессы перемешивали этносы и нации. Постоянно возникали и возникают сообщества молодых людей, оторванных от своих родительских семей. Не столь важно, собрались они целину поднимать, или сбились в этническую шайку в чужом европейском городе. Отдельная тема — Интернет-сообщества. Важно, что фигуративные механизмы, обеспечивающие традиционную передачу культуры основательно порушены. Традиционное, классическое, консервативное — в самом прекрасном смысле этого слова — теряет своё влияние.

Сибсы вырабатывают новые основы культуры. И потому что прервалась традиционная эстафета, и потому что бунтарский эдипов потенциал, проявляющийся в любом обществе, особо активизируется в отсутствие традиционного родительского тренда. Дети слишком спешат стать родителями.

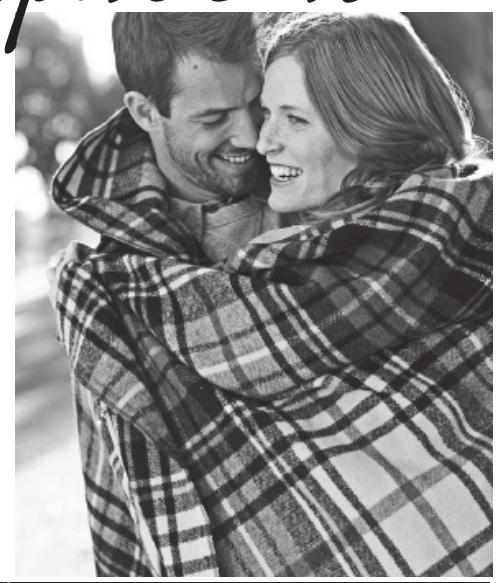
С развитием префигураций ситуация запутывается ещё сильнее. Дети учат родителей. Но это невозможно без разрушения традиционных иерархий, систем ценностей и шкал оценок. Более того, преобладание деструктивного пафоса над конструктивным вообще характерно для детей. Если в традиционном обществе «детские» подростковые, юношеские и прочие многочисленные субкультуры функционируют в своих возрастных, социальных, этнических и других ограниченных слоях-субстратах, то с активным развитием префигураций границы различных субкультур истончаются, рвутся и образуются удивительные смеси. Так например в России криминальная и тюремно-лагерная субкультуры просочились и в широкие слои и в элитарное искусство. Порно, скато, садо, некро и прочие субкультурные элементы создают тот характерный сладковато-гнилостный аромат, шокирующий и отвращающий многих современников.

Когда исчезают границы, мёртвые начинают ходить среди людей. Это очень напоминает конец света, но не является таковым, если самим не торопить события. И не рубить сук, на которых ездим. В грязи и беспорядке не вся суть постмодернизма, это лишь побочный эффект незавершённой генеральной уборки. По мысли Ж. Ф. Лиотара, Освенцим — закономерный итог претензий на единственную Истину. [4] Поэтому мыслящее человечество осторожно нащупывает другую дорогу. Но увы, в огромной недомыслящей части претендентов на Истину более, чем достаточно. То, что многие называют постмодернизмом, есть скверно, но работающий механизм, сопрягающий обломки пост, кон, и префигуративных фрагментов. Именно он сегодня противостоит хаосу, который, как это было всегда, наступает на человека отовсюду, в том числе — изнутри.

Мир, из которого вдруг ушла концептуальная ясность действительно напоминает многим людям семью, которую покинул Отец вместе со своим Законом. Это их семья. Такая вот всем понятная драма. Таков аффективный фон текущей эпохи: чувство утраты, преданности, гнев, обида, горечь, тоска. А может быть, он не уходил, а мы сами убили его? И съели. И мучаемся несварением.

Сергей Зубарев.
Специалист Европейской конфедерации психоаналитической психотерапии
Национальной федерации психоанализа

Семья. Свобода. Благодарность



Чего хочет от тебя муж?

А что он получает?

Чего хочет от тебя жена? ...?

И что вы будете с этим делать?

Сегодня мы поговорим о представлениях, установках и образах. О том, как образ воздействует на психику, и о том, что такое ловушка образа, точнее, как образ становится ловушкой. Почему некоторые люди с самого начала отношений «предчувствуют», что ничего хорошего из этого не выйдет? Что такое самосбывающиеся негативные прогнозы и откуда они появляются? «Те образы, картины, представления, которые возникают у нас в голове, во многом определяют всю нашу жизнь. Дело можно представить так, словно у человека внутри имеется автопилот или мощный компьютер. Те образы, которые возникают, — это курс для автопилота, программа для внутреннего компьютера. Если человек все время думает о том, какой он бедный, несчастный и больной, автопилот как бы смотрит: «Что там просит хозяин? Бедность, несчастья, болезнь. Курс зюйд-зюйд-вест. Поехали!» И приведет — безошибочно. Если же представлять себе счастье, успех, удачу — курс будет другой. И результат будет другой. Итак, образ — это основа регуляции внутренних состояний». (М.Р. Гинзбург, Е. Л. Яковлева. Эриксоновский гипноз: систематический курс. — М.: Московский психолоосоциальный институт, 2008. — С.7) Действительно, это очень важно понимать. Предположим, супруг или супруга имеет негативный образ-представление о том, во что обязательно превратится ее/его брак (эдакую навязчивую идею). Там и муж пьет, и дети неприкаянные, и т.д. и т.п. Такой образ становится ловушкой для человека, обычно он мало осознается, а иногда и вообще не признается человеком, что, правда, не мешает бессознательному стремиться к его реализации. В психике есть механизм: любой образ в сознании постоянно будет стремиться к самореализации через эмоции, движения, поступки, решения. Действительно, бессознательное человека можно сравнить с мощнейшим автопилотом борт-компьютера. Если курс (образ-представление) задан, то человек обязательно попадет именно туда, это лишь вопрос времени. Где-то он бессознательно свернет налево, где-то направо, где-то остановится вместо того, чтобы идти, где-то пойдет вместо того, чтобы остановиться — и итог налицо. А бывает так, что человек аж начинает приписывать себе способности ясновидца, например, говорит: я так и знал, что это должно было случиться, с самого начала чувствовал, что ничего хорошего из нашего брака не получится. Таким «ясновидцем» нужно стать «в плюс»: с самого начала чувствовал, что у нас все получится — детишки будут красивые, мы будем богатые, но... здоровые! Такое позитивное «ясновидение» точно также срабатывает, как и негативное. И этому есть одно простое объяснение — механизм идеодинамики.

Идеодинамика — это динамика самореализации представления, образа, когда психическое состояние начинает обуславливать окружающую реальность. То есть чего мы себе намечтаем, то и получим. Как говорится «получите, распишитесь». В семейных отношениях, где два человека объединяются в семейную систему, очень важно, чтобы позитивная идеодинамика была у обоих, чтобы оба супруга имели позитивные образы-представления о том, как будет развиваться и становиться все более эффективной и счастливой их семейная пара. Мы много говорили о семейной системе, о ее развитии и эффективности. Так что же такое развивающаяся и эффективная семейная система? Это система, в которой каждый элемент имеет свое уникальное качество, и при этом сама система в целом имеет такое уникальное качество, которого не имеет каждый элемент в отдельности и которое не складывается из качеств элементов как их сумма. То есть такая семейная система порождает что-то новое, ценное и важное. Конечно, это дети. Но не только. Это новые смыслы, новые качества, новые способности, новые цели — и новые возможности. Для этого очень важно, чтобы внутрисемейный образ был позитивным и устремленным в будущее. Это и есть самосбывающийся позитивный прогноз на будущее. А дальше каждый выбирает сам. И при этом нужно помнить, куда попадет человек с установкой, что жизнь есть страдание, и куда попадет человек с точно таким же потенциалом — и с установкой, что жизнь есть счастье.

Вот мы плавно и перешли к явлению установки. Немного забегая вперед, скажем, что внутрисемейная установка тоже должна быть позитивной, поддерживающей и с хорошо простроенным будущим. Итак, установка — это предрасположенность человека воспринимать что-то определенным образом и действовать тем или иным способом. (См. Узнадзе Д. Н. Психология установки. — СПб.: Питер, 2001. «Психология-классика»). Установка — это некий фундамент, пресуппозиция, основание, от которого отталкивается и запускается самосбывающийся прогноз. Если установка позитивная, самосбывающийся прогноз тоже будет позитивным. Если установка негативная, то «так ему и надо». Сила установки — вещь невероятная. Установка участвует в таких известных феноменах, как гипноз и самогипноз, эффект плацебо (когда человека лечит не лекарство, а вера в то, что это лекарство его исцелит). И даже в таких феноменах, как колдовство и шаманизм, сила установки играет свою огромную роль. Яркий пример этого — африканский гипноз. Например, в Замбии произошел интересный случай, когда колдун внушил группе своих последователей идею, что они — стадо обезьян. Люди в состоянии транса, абсолютно убежденные в том, что они бабуины, забрались на пальмы и были очень счастливы. Транс закончился — а многие из них в этот момент находились на деревьях. И тут выяснилось, что самостоятельно они с пальм слезть не могут, потому что не верят больше, что они обезьяны. Белым наблюдателям, снимавшим это на видео, пришлось вызывать местных пожарных, которые благополучно поснимали «пострадавших» с высоких деревьев при помощи пожарных лестниц. Встает вопрос: почему же белые люди не полезли на деревья, воображая себя обезьянами, а спокойно стояли рядом и снимали все это на видеокамеру? Вот она, сила установки. У белых людей была четкая установка, что африканская магия на них не действует. А у самих африканцев установка была прямо противоположная, передающаяся из поколения в поколение: колдун имеет абсолютную власть над человеком. Какая вам больше нравится — выбирайте сами.

И вот представьте себе семью, в которой у обоих супругов есть установка: я точно знаю, что моя семья счастливая, благополучная, и дальше будет продолжаться именно так. Я абсолютно уверен, что мы разберемся в любой ситуации и найдем нужное и позитивное решение. У жены такая установка, у мужа такая установка, у детей — у всей семьи такая установка. И пусть даже рядом кто-то лезет на деревья, воображая себя бабуином — такая семья будет оставаться стабильной, спокойной, позитивной и способной к развитию.

Продолжая важную тему установки нужно также сказать об исследованиях Г.Г. Граник, А.Н. Самсоновой, которые выделили 2 вида установки: гибкую и негибкую. Они провели очень интересный эксперимент. Участникам был предложен для прочтения фрагмент повести Г.Г. Маркеса «Полковнику никто не пишет». Из этого фрагмента неясно, где и когда происходит действие. Ученые исследовали, как в процессе прочтения формируется установка и как она влияет на дальнейшее восприятие произведения. Выяснилось, что тестируемые, у которых сформировалась жесткая установка (только один вариант сценария, например, что действие повести происходит в СССР в годы Великой Отечественной войны), столкнувшись с «действительностью», которая с их установкой не совпала (на самом-то деле события происходят в Латинской Америке и совсем в другое время), испытали глубокое разочарование, потеряли интерес к произведению и, как следствие, отрезали себе возможность приобщиться к этому шедевру мировой литературы. Тестируемые, у которых установка была гибкой (много вариантов, предположений насчет сюжета и отсутствие жесткого ожидания конкретных подробностей типа «должно быть только так, и никак иначе»), очень быстро сумели перестроиться, сохранили позитивное состояние и интерес к дальнейшему прочтению произведения. (См., например, http://elib.org.ua/psychology/ua_show_archives.php?subaction=showfull&id=1107176492&archive=1120045935&start_from=&ucat=27&) Отсюда очень точно видно, что происходит с семейными системами, у которых позитивная, эффективная и гибкая установка. Сталкиваясь с возможными жизненными преградами и трудностями, они легко перестраиваются, сохраняя позитивное состояние и ярчайший интерес к прочтению этого удивительного шедевра реальности, который называется «Семейная жизнь».

Мы уже затрагивали вопрос развития семейной системы. Любое развитие в природе — это не набор хаотичных разнонаправленных изменений, это направленный процесс, который с чего-то начинается — то есть от чего-то отталкивается, к чему-то стремится, определенным образом протекает и к чему-то приходит. Поэтому очень важно, чтобы развитие семейной системы отталкивалось от позитивной гибкой установки и имело позитивный образ-«курс» для самореализации. Как вы уже поняли, установка очень сильно обусловлена родовым сценарием, который, собственно говоря, и является системой установок, убеждений и образов. И поначалу даже кажется, что человек внутри родового сценария в большей безопасности и лучше защищен, чем человек вне этого сценария, что вроде бы уже тысячи людей прошли этой проторенной тропой и как-то прожили свою жизнь. Но так только кажется. Потому что на деле может оказаться, что этот сценарий, скорее всего, появился где-нибудь в 15-16 вв. и поэтому давно и безнадежно устарел. Напомним, что сейчас век двадцать первый, поэтому ситуация абсолютно изменилась, и оставаться в рамках родового сценария уже невозможно. Осознавший это человек начинает строить свой собственный сценарий, соответствующий его желаниям, стремлениям и ценностям. Старые, малоэффективные установки отправляются «в музей», приобретаются новые, более успешные и эффективные, соответствующие настоящему времени и индивидуальному смыслу их обладателя. Создание своего собственного сценария в семейной системе — это путь к свободе, самостоятельности и счастью.

(При написаннии статьи были использованы материалы тренинга НЛП 3.1, НЛП 2 «Техники», НЛП 7 «Ценности», ведущий — Петр Федорович Силенок)

Алексей Афанасьев
Мария Афанасьева
г. Краснодар

ДЕЛА МОЛОДЫХ

Комитет по молодежной политике Политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» совместно с Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лигой поздравили коллектив Краснодарской городской общественной организации ветеранов (Пенсионеров, Инвалидов) войны,труда,вооружённых сил и правоохранительных органов с наступающим «Днём Защитника Отечества».

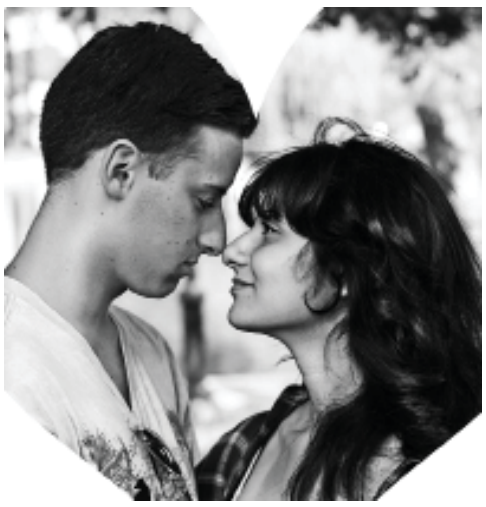
Активом комитета был подготовлен небольшой концерт в рамках которого прозвучали авторская песня «Боевые подруги» в исполнении Инны Силенок, а так же песня «Русское оружие» в исполнение И.К. Силенок, студента КУБГУ Марка Ювко, Ирины Филоновой и песня в исполнении Ювко Марка «Русское поле». Были прочитаны поздравительные стихи Дмитрием Плотниковым, а так же студенткой КуБГУ Александрой Решетиловой. Прозвучала «Жизнеутверждающая песня» в исполнении Студентки КУБГУ Редичкиной Алёны. Ведущая концерта Сальникова Дарья.

Весенняя профориентационная выставка учебных заведений города Краснодара «АБИТУРИЕНТ – 2012»

17 февраля во дворце спорта «ОЛИМП» прошла Весенняя профориентационная выставка учебных заведений города Краснодара «АБИТУРИЕНТ — 2012» организованная консалтинговой фирмой «Персонал Ресурс» при поддержке администрации муниципального образования город Краснодар. На выставки были представлены различные учебные заведения города, а также МКУ «Центр реализации молодежной политики» представило клубы по месту жительства, где активная молодежь может с пользой проводить свой досуг.

В рамках данной выставки психологи Центра психологии и бизнес консультирования «ЛОГОС» и Профессиональной психотерапевтической лиги РФ проводили профориентацию школьников. Молодые психологи Алисия Арсеньева, Екатерина Коваль, Юлия Беломестнова, Венера Сутягина, Алена Асанова, Оксана Горностаева, Варвара Рожкова, Анна Тюгина, Виктория Белова, Кристина Стельмак, Виолетта Шипулина с помощью дифференциально диагностического опросника Е.А. Климова помогли ученикам определиться с выбором профессии. Согласно классификации профессий, предложенной Е.А. Климовым существуют следующие типы профессий: человек — человек, человек — природа, человек — техника, человек — знаковая система и человек — художественный образ. Школьникам очень интересно было узнать, какой тип профессий им больше всего подходит, так как это позволило лучше понять себя, свои профессиональные склонности. Очень важно выбрать профессию, которая будет гармонично сочетаться с личностными качествами человека, с его способностями, склонностями, особенностями темперамента и характера. Ведь только при условии, что человек сделал правильный выбор профессии, свой выбор, обучение по данной специальности, а в дальнейшем и работа, будут приносить удовольствие от процесса и хорошие результаты, позволит реализовать себя и быть успешным в своей профессиональной области. Те выпускники и старшие школьники, которые пока не смогли определиться с будущей профессией смогут пройти тест Климова, опубликованный в следующем номере нашей газеты.

ТАКАЯ СЛОЖНАЯ ПРОСТАЯ ЛЮБОВЬ???



В продолжение темы спорта в мире мужчин и женщин. Кем быть — спортсменами или тренерами, или же все таки супругами, людьми любящими, живущими в браке. Наблюдая семейные пары, приходишь к выводу, что просто ЛЮБИТЬ — не совсем понятно как это, и видимо, многим совсем не просто... Люди спрашивают — что это такое: просто любить. Для людей слово простота, становится каким — то нелепым, пустым. Мне кажется, что люди много присоединили к этому слову, очень много домыслили, додумали.

Простота в словарях: простота — отсутствие сложности, отсутствие вычурности, прикрас. Естественность в поведении, обращении. Неприхотливость. Простодушие, наивность.

Простота в словаре русских синонимов — легкость, скромность; демократичность, безыскусственность, дюжинность, неприметность, естественность, святая простота, натуральность, элементарность, общедоступность, нетрудность, несложность, доступность, азбучность, невинность, непринужденность, свобода, безыскусность, контактность, непосредственность, примитивность, наивность, пустяковость, малопритязательность, раскованность, нехитрость, простота, неприхотливость, добродушность, простофиля, простоватость, простосердечие, простак, простодушие, строгость, добродушие, посильность, бесхитростность, глупость, простодушность, ординарность, обычность, непритязательность, невзыскательность, заурядность, обыкновенность, безболезненность, простосердечность, нескованность, незамысловатость, необременительность, незатейливость, недалекость, демократизм

В высказываниях мудрых людей простота — это почти синоним словам чистота, естественность, истинность.

«Простота. Вот качество, которое я желаю приобрести больше всех других». — Лев Толстой

«Необходимое условие и самый верный признак истины — это простота и ясность. Ложь всегда бывает сложна, вычурна и многословна. Все мысли, которые имеют огромные последствия, всегда просты. Величайшие истины — самые простые». — Лев Толстой.

«Часто истина так проста, что в неё не веришь. Господь создал мир таким, что всё простое в нём истинно, а всё сложное — ложно. У истины простая речь». — Григорий Сковорода.

«Ничто так, как простота, не содействует сближению людей». — Лев Толстой

«В характере, в манерах, в стиле, во всем самое прекрасное — это простота». — Генри Лонгфелло

«Сложнее всего постигается простота». — Леонид Сухоруков

«Простота, правда и естественность — вот три великих принципа прекрасного во всех произведениях искусства». — Кристоф Глюк.

«Настоящее искусство не нуждается в украшениях, как жена любящего мужа. Поддельное искусство, как проститутка, должно быть всегда изукрашено». — Лев Толстой.

«Людям всегда надобно много времени, чтобы понять, что во всём великом должно возвращаться к простому и естественному». — Франсуа Вольтер.

«Прочь кривляния с целью привлечь публику. Выполняйте ваш труд, как честные рабочие. Больше простоты, наивности!» — Огюст Роден.

«Природа, которая только и хороша, доступна всем и проста». — Блез Паскаль.

Ничего нет прекраснее истинного и настоящего, как в природе. Вы же не смотрите на цветок с позиции оценки его совпадения с вашим стилем, вкусом и претензией. Вы же не говорите ему: «Ой, ты немного не такой, как мне хотелось бы. Чего-то тебе не хватает». Нет, вы не будете отрывать лепестки, перекрашивать его, добавлять туда другие листья. Если он вам не нравится, вы просто отходите в сторону, или идете искать другой цветок. В природе, чаще всего, нас что-то либо не волнует и не притягивает, либо восхищает или вызывает удивление, может завораживать или пугать, но...Вы никогда не будете это переделывать. Вы просто позволяете этому быть. Но почему когда речь идет о супругах, детях, родителях, вы считаете, что имеете право вмешиваться, изменять?

Дайте возможность человеку в семье быть тем, кем он является и хочет быть. Все что вам хочется изменить в человеке, это ваша личная потребность, и только вам это делать над самим собой и самим с собой. Кто дал вам право менять, ломать и переделывать другого? Не вы автор и не скульптор этой фигуры, тела, разума. Вывод: либо просто примите так, как есть, либо идите мимо, дальше, и ищете того, кто вам больше нравится.

Что такое ЛЮБОВЬ? Любовь многолика и её мир неисчерпаем, потому что каждый человек любит по-своему. Любовь — это личное переживание, которое каждый может пережить только сам и для себя; вряд ли найдётся хоть кто-то, кто не имел или не имеет этого переживания хотя бы в малой степени. Любовь — это состояние, в котором человек способен почувствовать и пережить свою абсолютную незаменимость. В любви человек может почувствовать смысл своего существования для другого и смысл существования другого для себя. Наиболее ценное, что один человек может дать другому, — это дать себя, самое драгоценное, что имеет. Он даёт ему то, что есть в нём живого, он даёт ему свою радость, свой интерес, своё понимание, своё знание, свой юмор, свою печаль — все переживания и все проявления того, что есть в нём живого. Этим дарением своей жизни он обогащает другого человека, увеличивает его чувство жизнеспособности. В акте дарения что-то рождается, и оба вовлеченных в этот акт человека благодарны жизни за то, что она рождает для них обоих.

«В любви, как и в искусстве, не нужно говорить того, что было сказано другими: нужно говорить то, что чувствуешь; и тот, кто торопится говорить, когда ему еще нечего сказать, очень рискует никогда ничего не сказать.» — Ромен Роллан.

«Только любя, отдавая себя другому и проникая в него, я нахожу себя, я открываю себя, я открываю нас обоих, я открываю человека». Эрих Фромм.

«Любовь является высочайшей степенью осознания самого себя как личности и высочайшей степенью погруженности в другого». — Ролло Мэй.

«В служении делу или любви к другому человеку человек осуществляет себя сам», — подтверждает Виктор Франкл.

Любовь не бывает без уважения. Уважения к мыслям любимого, чувствам, его достоинству и авторитету. Уважения к интеллектуальным способностям человека и нравственным качествам. Уважения, доходящего до восхищения. Но для того чтобы уметь любить, нужно уметь любить, хотя бы себя, нужно уметь любить жизнь и, уж конечно, нужно уметь любить человечество, частью которого является любящий и частью которого является объект его любви.

Признайте себя частью природы, она совершенна, она мудра. Как все в ней неповторимо и уникально, все является чистым и естественным. И это есть вы и ваши близкие. Если я действительно люблю какого-то человека, я люблю всех людей, я люблю мир, я люблю жизнь. Если я могу сказать кому-то «я люблю тебя», я должен быть способен сказать «я люблю в тебе все», «я люблю благодаря тебе весь мир, я люблю в тебе самого себя».

Наталья Зиновьева
г. Новороссийск
НЛП-мастер

МАНИПУЛЯЦИЯ И ИНФАНТИЛЬНОСТЬ

продолжение, начало на 1стр.

к генеративному мышлению оказывается непросто для большинства людей. Принцип «экономии мышления» оказывает «медвежью услугу». Срабатывают соответствующие этому принципу установки:

-искать привычное в новых ситуациях (опираться на положительный в прошлом опыт);

-откладывание «на потом» или не доводить до конца;

-увлечённость второстепенным;

-игнорирование важных предложений (работы, любви, дружбы, приключений...);

-руководствоваться принципом «стерпится — слюбится»;

-руководствоваться принципом «бывает и хуже»;

-бояться чего-то не успеть;

-бояться, что не достанется чего-либо;

-бояться выглядеть ещё хуже, чем ты есть;

-бояться чего-либо или кого-либо лишиться;

-предаваться беспредметным фантазиям,

-лениться и раскаиваться по этому поводу;

-надеяться на что-либо без всякого на то расчёта;

-доказывать свою правоту везде и во всём или, наоборот, поступаться своими интересами;

-жить прошлым или будущим, но не «здесь и сейчас»;

-считать другого лучше или хуже себя;

-быть аскетом или, наоборот, быть «эпикурейцем»;

-....

Все вышеназванные и подобные им глубинные убеждения и соответствующие установки воспринимать, оценивать и понимать происходящее, «реализующие принцип экономии мышления» и гарантирующие заблуждение и страдания являются частными случаями «неверия в благодать» и соответственно, невнимания к знакам «радости и свободы» в настоящем. Про таких говорят, что они есть «оптимисты», и поэтому уж точно знают, что «жизнь трудная, зато короткая!». Дефицит реального оптимизма и золотой жизнерадостной воли жить счастливо блокирует генеративное мышление.

Неверующий в благодать и невнимательный к её свидетельствам (пессимист конченый) человек вынужден регрессировать (использовать инфантильные способы взаимоотношений с миром) и тем самым как взрослый человек — дегенерировать. Все описанные выше установки есть не просто примитивные и недостойные подлинной природе человека настройки и средства поведения. За них нужно платить. В детстве этим были озабочены родители, а такие установки появлялись как важное свидетельство личностной эволюции ребёнка в направлении последующей децентрации восприятия и мышления и персонального альтруизма. Но будучи взрослым и продолжая в то же время руководствоваться, по сути, детскими установками и программами поведения, человек расплачивается за это личностным развитием, что выражается в более или менее явном инфантилизме.

Если мы внимательно рассмотрим приведенные выше установки, то легко обнаружим в каждой из них имплицитную попытку приспособиться к имеющейся реальности. Эта реальность по-прежнему пугающе агрессивна, как и для маленького ребёнка. Только для взрослого теперь это означает необходимость ею манипулировать, чтобы приспособиться. ***«К жизни нужно приспосабливаться, то есть манипулировать обстоятельствами!»*** Это и есть центральный и далеко не всегда осознаваемый принцип дегенеративной личности.

В своей книге «Психология счастья: всё значительно проще» я рассматриваю манипуляцию как разновидность симптоматического поведения манипулятора (там же, с.54 —59). Я считаю эту идею принципиально важной: ***все формы манипуляции есть выражение инфантильной позиции взрослого человека, основанной на неверии в благодать своего бытия.*** И это не только действия по отношению к другим людям. Это установки и действия по отношению к самому себе, блокирующие возможность адекватно ориентироваться в тестовых ситуациях. Прибегая к дегенеративным решениям и соответствующему поведению, человек обнаруживает симптоматику инфантильной фиксации.

Стремясь адаптироваться к сложным условиям, инфантильная личность имеет только один вариант решения — низвести сложность условий тестовой ситуации до уровня инфантильного понимания и, соответственно, дискредитировать тем самый имеющийся в этой ситуации вызов. Получается своеобразный замкнутый круг, объясняющий, почему дегенеративная личность обречена на страдания: вызов, содержащийся в тестовой ситуации, — столь необходимый для личностного прогресса, — игнорируется дегенеративными установками человека, упрочивая тем его самым инфантильный статус. Не принимая вызов, человек не развивается, а деградирует. Самая важная потребность человека — мета потребность — потребность в развитии оказывается заблокированной.

Подводя итог размышлению о роли манипулятивных тенденции в адаптации человека к тестовым ситуациям, следует констатировать факт крайне неблагоприятного их влияния на развитие личности. В силу того, человек с такими «установками на жизнь» должен как-то адаптироваться к возникающим тестовым ситуациям, он вынужден теперь уже сам (а не его родители и другие «спонсоры») платить за такую «адаптацию» чрезмерно высокую цену — собственное счастье. Ведь счастье — это состояние, которое как раз и выражает момент развития. ***Счастье есть модус генеративной личности и это есть привилегия для счастливых людей: качественно и творчески думать в трудные моменты жизни.***

СТИХИ

ЗАЩИТНИКАМ ОТЕЧЕСТВА

С азартом играют в солдатиков дети,
А взрослые про офицеров поют —
Ведь нету священнее долга на свете,
Чем грудью стоять за Отчизну свою.

И чтили завет наши предки и деды,
Отпор всею мощью давая врагу.
И в страшных боях добывали победы —
У воинов русских нет слов "не смогу".

Они и сегодня готовы исполнить
Свой долг офицерский не ради наград.
А если случится — сумеют напомнить
Любому, кто сунется, про Сталинград.

И пусть строит планы опять вражья сила —
Найдутся здесь соколы на вороньё.
Во веки веков славься наша Россия!
И трижды будь славен защитник её!

С уважением,
Александр Бывшев,
Орловская область, пос.Кромы.

«Изобилие»

или «Как научиться быть богатым, а не бедным»

Вопрос о материальном и финансовом благополучии был и остается одним из самых актуальных. Сегодня проблемы с недостатком информации на эту тему нет. Практически в любом источнике можно прочесть о том, как те или иные люди добились определенных успехов и стали финансово независимыми. Они охотно делятся своими рецептами для достижения Изобилия, издавая огромным тиражом книги, красуясь на страницах дорогих журналов и интернета. В основном это опыт зарубежных людей — «счастливчиков жизни». Так, по версии всемирно известного журнала Forbes (Форбс), который ежегодно публикует рейтинг миллиардеров со всего мира, самым богатым человеком является мексиканский телекоммуникационный магнат Карлос Слим Элу. Его состояние по подсчётам Форбс составляет $74 млрд. На втором месте находится основатель Microsoft Билл Гейтс, его состояние сейчас оценивается в $56 млрд. Третье место занимает американский инвестор Уоррен Баффет — $50 млрд.

Долгое время мы ничего не знали о том, есть ли среди россиян богатые люди. Сегодня самым богатым человеком России считается — Владимир Лисин, который обосновался во втором десятке Forbes — на 14 месте с $24 миллиардами. На 29 месте владелец Северстали Алексей Мордашов, на 32 месте — Михаил Прохоров, а Роман Абрамович — $13 млрд. на 53 месте.

По версии журнала Forbes, в мире насчитывается 1,011 миллиардеров. Все они имеют свой рецепт Изобилия, и каким бы путем они не шли к своему денежному благополучию, эти люди его достигли и по праву считаются самыми богатыми. Эти люди держат под полным контролем всю мировую экономику, начиная от энергии и стали, заканчивая модой и телекоммуникациями.

Мы можем сколько угодно осуждать их, ненавидеть, завидовать, обвинять — но! Они оставались, и будут оставаться самыми богатыми людьми на планете.

Почему же одни люди богатые, а другие бедные? Кто или что всему виной — государство, правительство, система, богатые? И если одни богатые и у них есть все, тогда другие уже по определению должны быть бедными. Так ли это? Почему ваш сосед богатый и преуспевающий, а вы нет? Почему у одних все получается, и деньги сами текут к ним рекой, а другим приходится всего добиваться тяжелым трудом и часто оставаться ни с чем? Что это за такое Изобилие и откуда оно берется? И если Изобилие существует, то оно наверняка не бесконечно и на всех его точно не хватит... Или хватит?!

Может быть, все дело в нас самих? В наших комплексах, страхах, неуверенности в себе, неумении и нежелании справляться с проблемами? Может быть, за время великого социализма мы и наши предки разучились БЫТЬ ХОЗЯЕВАМИ, разучились трудиться и БЫТЬ ПРОФЕССИОНАЛАМИ в своём деле, разучились БРАТЬ НА СЕБЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ? Может быть, мы так привыкли к нищете, к тому, что за нас кто-то решает и знает как нам лучше, что по-другому и не мыслим свою жизнь и, подчас, пугаемся тех шансов стать благополучными и жить в Изобилии, которые предоставляет нам жизнь? Как сильно впиталось в наше сознание рабское мышление? Известная фраза «Вот барин приедет, он нас и рассудит!» надолго вжилась в психику русского народа. В советское время, в роли барина, который все знает и рассудит, выступала партия. За нас решали, что делать и как жить. Но сейчас, когда мы живем в эпоху капитализма, многие все еще продолжают верить и ждать того самого некого барина, который за них решит, как им жить и что дальше делать.

Как можно стать успешным и богатым, если ничего для этого не предпринимать? Многие люди каждый день ходят на нелюбимую работу, и получают низкую зарплату, ругают свое руководство и жалуются на то, что судьба к ним несправедлива. Они ведь так мечтают о хорошей работе, высоком заработке и так хотят быть богатыми! Но, жизнь жестока и кому-то все, а им лично — ничего. И тут срабатывает стереотипная установка бедного человека, что «Стать богатым — это не реально!» А что они сами для этого сделали? Ну, хоть что-нибудь? Что в их голове, какие мысли? Можно ли стать богатым, имея в голове «бедные» мысли? Эти люди живут в бедности не потому, что жизнь не справедлива и у них нет наследства от богатого умершего родственника заграницей, а потому, что в их мозгу мысли бедного человека! Они сами не позволяют себе быть в Изобилии! Это проявляется во всем и в первую очередь в отношении к самому себе. Проведите эксперимент — пойдите в самый дорогой автосалон и выберите самую дорогую машину. Расспросите об этой машине все у менеджера, сядьте в салон, посидите в нем, ощутите всю прелесть ее кресел, руля, панели управления. А если у вас есть права, то пройдите на ней тест-драйв, и потом с легкостью покиньте салон, сославшись на то, что вам нужно еще подумать над тем, подходит ли вам форма ее фар! Вы можете выбрать дорогой салон мебели или одежды, это не главное, главное это то, готовы ли вы принять мысль о том, что вы богатый человек, который может позволить себе очень дорогую вещь!

Хорошие продавцы — хорошие психологи. Они сразу считают с вас информацию — можете ли вы или нет! Вспомните известный фильм «Красотка», как вела себя героиня в салоне одежды, имея кредитную карту с очень большой суммой денег на счету. Какую информацию считали с нее продавцы — богатый или бедный человек? Конечно же, бедный!

И дело не в том, как вы одеты и обуты, дело в том, как вы себя сами позиционируете, кто в вашем сознании — богатый или бедный человек. Можете ли вы себе позволить или нет?!

Или другой пример, монолог Елены Степаненко, в котором женщина шла отдавать долг в 300 рублей, не имея в кошельке больше ничего. Что она чувствовала в тот момент — тяжесть, долг, бедность, сомнения.... И как ей захотелось, проходя мимо витрин дорогого бутика торгующего шикарными шубами, быть «обласканной» этими дорогими мехами. Если помните, она позволила себе «быть» способной купить самую дорогую шубку и продавцы считали с нее именно эту информацию. Она позволила себе «быть» богатой, пусть на небольшое время, «быть» счастливой и обласканной. А потом, с легкостью пошла отдавать долг — последние 300 рублей!

Все дело в нашем мышлении. Если вы будите все время мыслить как бедный человек — вы останетесь бедным. И не только в плане финансов. Изобилие подразумевает под собой очень многое: радость жизни, здоровье, досуг (развлечения, отдых, путешествия, увлечения). Это также и общение с теми, кто настроен на благополучие и радость, а не ноет и жалуется на жизнь, правительство, судьбу.

Что же для этого нужно? Мне бы хотелось дать несколько советов, с чего можно начать свой путь к ИЗОБИЛИЮ. Итак!

Начните мыслить позитивно! Вначале это очень тяжело делать, потому как вы привыкли к негативным мыслям, они с легкостью приходят в вашу голову. Также, этому будут способствовать и окружающие вас люди, СМИ, события. Старайтесь отфильтровывать поступающую к вам информацию. Реже смотрите новости — они в 99% несут негативную информацию (пожары, автокатастрофы, убийства, грабежи, криминальные разборки и т.д.). Больше слушайте и смотрите о богатых и успешных людях. Старайтесь общаться с успешными людьми, быть в их окружении.

Следите за своей речью! Исключите из своего словаря отрицательную частицу «не» и все, что с ней связано по отношению к себе. Например, «У меня нет денег!», «Я не могу себе это позволить (купить, сделать)». Помните, что в этом случае вы лишаете себя возможности иметь деньги или вещь. Старайтесь обыгрывать сказанное, например, если вы уже произнесли негативную фразу «У меня нет денег...», то добавьте «...в данную минуту. Деньги в пути!». Понаблюдайте, какие пословицы и поговорки существуют в вашем окружении и у вас лично по отношению к деньгам. Запишите их на бумаге и закончите фразу: «Деньги — это....Пишите столько фраз, сколько получится. Например, «Деньги — зло!», «Деньги портят людей!», «Деньги — корень всех бед!» или «Деньги к деньгам!» и т.д. Запишите свои высказывания.

Научитесь говорить за обеденным столом только о позитивном, например, об ИЗОБИЛИИ! Как легко оно приходит в вашу жизнь, на что вы намереваетесь потратить денежки, какие еще возможны источники поступления денег в вашу жизнь и т.д. Помните, вы не просто съедаете пищу, вы съедаете те мысли и слова, которые в данный момент вы воспроизводите. Следите за тем, чем вас «кормят» окружающие. Другими словами, что говорят, рассказывают вам или в присутствии вас, когда вы трапезничаете. Такие наблюдения очень интересны. Вы можете заметить, что многие люди, сами того не осознавая, стараются рассказать о каком-то негативном событии именно тогда, когда происходит прием пищи. Это могут быть новости о кражах, убийстве, болезнях, это могут быть просто, жалобы на кого-то из вашего окружения и т.д. Причем, если вы скажете о том, что не хотите слушать негатив, когда едите, на вас, скорее всего, обидятся. И это факт. Люди привыкли делиться негативом, это как вирус гриппа — если заразился сам — зарази другого!

Благодарите Вселенную, когда к вам приходят деньги, просите ее о деньгах. Научитесь легко отдавать деньги и тогда они легко к вам вернуться. Какое прекрасное слово «БЛАГОДАРИТЬ»! Дарить благо и получать благо — одинаково приятно!

Перестаньте ругать богатых! В нашей стране очень модно обвинять во всех бедах кого-то. Ну, кто у нас может быть виноват в том, что вы мало зарабатываете работая на низкооплачиваемой бесперспективной работе? Конечно же: руководство, правительство, богатые! Вы же не виноваты, что вы всего лишь РАБотник! Когда вы ругаете богатых, называя их разными словами (такими как: воры, мошенники, кровопийцы, эксплуататоры и т.д.), ваше подсознание делает определение «Богатые — плохие! Я не хочу быть плохим!» А значит и богатым! Вы сами себе делаете установку быть бедным. Вы же не хотите быть в числе мошенников и кровопийц?

Деньги — это энергия! Уважительно относитесь к ней и тогда она будет всегда присутствовать в вашей жизни в Изобилии. Понять, ваше отношение к деньгам можно потому, как вы их храните и где. Если у вас деньги смяты, распиханы по карманам, и вы на данный момент не можете сказать, сколько сейчас с вами денег, тогда о каком уважении может идти речь?! Речь не идёт о культе и поклонению деньгам, речь идет о самом факте принятия или непринятия денег в своей жизни. Многие люди, часто перестают иметь кошелек после некоторых неприятных событий имевших место быть в их жизни, например, кражи кошелька. И теперь они боятся повторения кражи, и потому предпочитают, держат деньги где угодно, но только не в кошельке. Страх, "быть обокраденным" в очередной раз, напрочь засел в их мозгу. И теперь вероятность, что если они снова начнут пользоваться кошельком и его у них украдут, крайне высока. Все дело в том, что эти люди уже настроены на то, что это с ними обязательно произойдет. То есть, они подсознательно готовы, чтобы их обокрали.

Научитесь отпускать деньги! Это касается и кражи вашего кошелька и не возвращенных долгов. Быть должным и быть дающим в долг одинаково плохо. Потому что и в том и в другом случае, вы держите энергию денег в долгу. Когда вы даете в долг — вы рискуете не получить свои деньги обратно, когда берете — не вернуть. И это плохо. Вы тратите на «долг» свою энергию, рождаете негативные мысли и сомнения. Попробуйте мысленно искренне простить долг, подарить эти деньги тому, кто отказался их возвращать. Вселенная не терпит пустоты, она обязательно вернет их вам не из этого, так из других источников. Если же вы должны, тогда чаще произносите аффирмацию «Я легко, вовремя и с удовольствием возвращаю долг (погашаю кредит, выплачиваю ипотеку и т.д.)! У меня всегда есть нужная для этого сумма!» И деньги обязательно найдутся. Не сомневайтесь!

Деньги должны иметь цель, то есть быть «ЦЕЛЕВЫМИ». Например, на строительство дома, на оплату обучения, на развитие бизнеса, на покупку машины и т.д. Деньги не могут находиться в застое, просто лежать. Они должны быть для чего-то! Всегда должно быть уточнение, для чего они собираются. Это очень важно, потому как собирать на машину можно в разных случаях — не только на покупку, но и на ремонт после аварии. Напишите на конверте (коробке), где хранятся ваши деньги фразу «НА .....» на что вы собираете денежки.

Перестаньте употреблять слово «работа» по отношению к своему роду деятельности. «РАБота» — раб, робот — безликий, лишенный свободы, марионетка. Нельзя заниматься любимой работой, как-то не логично! Раб не может любить свою работу. Можно заниматься любимым делом легко и с удовольствием. Есть люди, которые много работают, у них много денег и они умеют их копить. Но эти люди не получают от денег удовольствия, так как часто не могут позволить себе ими распоряжаться. Это несчастные люди. В русских народных сказках есть замечательный персонаж — Кощей Бессмертный! Вспомните, как он чах над своим златом.

Деньги должны нести благо. От них нужно получать удовольствие и иметь возможность ими распоряжаться. Можно припомнить такие случаи, когда умирали старые люди от голода в полной нищете на матраце набитом деньгами. Они питались отбросами, тащили с помойки всякий хлам, а деньги, которые имели, копили и не могли позволить себе потратить даже рубль.

Можно давать много советов, но главным всегда остается один — просто, **Начните!** Делайте хоть что-нибудь! Действуйте! Вспомните известную поговорку « Под лежачий камень вода не течет!» Будьте текущей водой, а вода, как вы знаете, всегда найдет способ, чтобы обойти камень!

В кинезиологии существует великолепная Программа по Изобилию. Она позволяет понять, что же мешает стать благополучным и процветающим человеком во всех сферах жизни. С помощью кинезиологических техник раскрывает черты личности и глубинные убеждения, которые мешают эффективно трудиться и иметь хороший доход. Эта программа позволяет увидеть, что нового надо развить в себе, чтобы чувствовать себя уверенно и благополучно в современном мире.

Я желаю вам процветания, мудрости и успехов!

Походилова Н.Е.
психолог-кинезиолог,
консультативный член ППЛ

Может ли школьник стать президентом?

Что бы я сделал, если бы стал президентом России? Какую бы выбрал программу? Кто бы был в моей команде? На эти вопросы попытались ответить краснодарские школьники.

7 февраля в Краснодарском местном отделении партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» прошла деловая политическая игра среди школьников «Если бы я был президентом» в рамках проекта Партии «ЕДИНАЯ РОССИЯ» «Кадровый резерв: профессиональная команда страны».

Игра «Если бы я был президентом» важна для осознания себя как личности и проявления своих лидерских качеств. Поставив себя на роль руководителей, на роль людей, от чьих действий зависит судьба всей страны, позволили ребятам не только узнать о политике государства «изнутри», но и открыть в себе качества, ориентированные на реализацию своего личностного потенциала, которые в дальнейшем помогу при выборе профессий. Ведь для каждого человека важно осознать свои лидерские качества, профессиональные и творческие ориентации и адекватно понимать, чего же он на самом деле хочет достичь в жизни. Игра важна и для того, чтобы профессиональное самоопределение не оказалось ошибочным, а его итоги были продуктивными.

Разнообразие ориентаций личности в области социального и профессионального взаимодействия позволяет легче преодолевать негативные ситуации, более активно действовать в изменяющейся среде. Именно поэтому важным и основным этапом игры стало распределение ролей внутри команды. На протяжении одной недели, три команды из учащихся школ города Краснодара, представляющие три избирательных округа муниципального образования, готовили свою политическую программу. Ребята должны были проявить себя как сплоченная команда, каждый член которой занимается разработкой программы, в рамках выбранной им должности. Ребята смогли проявить себя в роли кандидата на роль президента, человека который представлял свою программу и возглавлял штаб. Доверенным лицом кандидата являлся его помощник — тот человек, который мог ориентироваться во всех вопросах программы и поддерживать кандидата. Не один кандидат на роль президента не обошелся и без людей, которые формировали его имидж и отвечали за политическую и идеологическую составляющую команды — имиджмейкера и идеолога. Суметь написать поистине верную, логичную и умеющую затронуть сердце каждого избирателя речь мог только талантливый и хорошо подготовленный спичрайтер. Однако есть люди, которые всегда остаются невидимыми для избирателей, но их работа значима и заметна — это специалисты по агитационно-пропагандистским материалам. Именно они работали над всей визуальной частью программы и агитацией, привлекали лидеров общественного мнения к своей программе. От того насколько правильно были распределены роли в команде, и от того насколько ответственно каждый участник подошел к поставленной им цели зависел успех всей команды и победа выбранного кандидата. Ведь если у тебя за плечами не только богатый опыт и плодотворная работа, но и надежная команда, на которую всегда можно положиться, которая всегда добросовестно, ответственно и вовремя выполняет свою работу, только тогда ты сможешь достичь успеха и проявить себя как настоящий лидер. В подготовке к деловой политической игре ребятам помогали участники Школы политического имиджа при КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Екатерина Коваль, Екатерина Кондаурова, Марина Нецветаева, Ольга Андреева, Сергей Леусенко, а также Павел Кирилленко и Татьяна Баязитова.

Все команды в этот день представляли разные идеологические площадки: социально-консервативный клуб, либерально-консервативный и государственно-патриотический. То насколько программа кандидата соответствуют его идеологической площадке, насколько уверенно его команда презентовала свою идеологическую платформу и насколько важной и актуальной для страны стала программа кандидата в этот день оценивали избиратели — учащиеся школ города Краснодара, сотрудники исполнительного комитета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» и эксперты: первый заместитель председателя городской думы г. Краснодара, руководитель общественной приемной КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», член Политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Тимофеев В. В.; заместитель секретаря Местного политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», депутат городской думы города Краснодара Ольховая А. В.; член политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», депутат городской думы г. Краснодара Барабанщикова Г. К.; член политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», депутат городской думы г.Краснодара Марянян В. А.; член политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», начальник Управления по делам молодежи администрации Муниципального образования г. Краснодар Килин С. В.; заместитель директора департамента образования администрации муниципального образования г. Краснодар Попова Л.А. Председателем счетной комиссии стал заместитель Секретаря Политического совета, руководитель исполнительного комитета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Недилько В. Д. Игру вела заместитель руководителя исполнительного комитета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Глущенко Г. В.

Еще до начала напряженной и интересной игры участники провели агитационно-пропагандистскую работу. Каждая школа пыталась привлечь внимание к своему избирателю, выкрикивая веселые речевки, раздавая красочные листовки и размахивая разноцветными шарами. Войдя в зал регистрации, каждый избиратель мог увидеть яркие плакаты, наглядно представляющие основные этапы политики будущих президентов.

Первым этапом игры было представление кандидатом и его команды своей идеологической платформы. Кандидат на роль президента Денис Торгашов и его команда лицея№48 представили свою программу в рамках либерально-консервативного клуба. ««ЕДИНЫЙ НАРОД» — Выбери новое счастливое будущее!» — таково название команды и ее девиз, дающие яркую характеристику политики данного кандидата. Во время презентации ребята выделили основные этапы своей политики, которые приведут к экономическому развитию, а значит и к процветанию всей страны: развитие среднего и малого бизнеса; развитие экономических связей со странами СНГ, а также возрождение производственных мощностей. «Команда из 48 лицея с большим энтузиазмом приступила к участию в игре «Если бы я был президентом». Ребята ответственно подошли к выполнению всех необходимых заданий, проявили поразительную самостоятельность, инициативность, креативность, и осведомленность в политической жизни нашей страны. Особо хочется отметить кандидата в президенты Дениса Торгашова. Его единогласно выдвинули в кандидаты на пост президента все одноклассники, их выбор поддержал классный руководитель и директор школы. Он пользуется авторитетом и уважением среди школьников, к его мнению прислушиваются все члены команды и, главное, они верят в него. Денис проявил себя как настоящий лидер, он взял на себя ответственность за процесс подготовки к предстоящей игре, решал все спорные вопросы, выступал в качестве координатора и организатора собраний с командой», — говорит одна из координаторов команды «ЕДИНЫЙ НАРОД», участница школы политического имиджа, психолог, член Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической лиги Екатерина Коваль.

Кандидатом на роль президента от 78 школы стала Вышинская Анна. Представляя социально-консервативный клуб, Анна вместе со своей командой «ЧелоВек» показала видеоролик, где обозначила основные направления своей политики: Развитие системы здравоохранения и образования, Устойчивое развитие села, а также поддержка социально незащищенных слоев населения.

Представителями государственно-патриотического клуба стали учащиеся школы№53. Кандидат на роль президента Свидина Анжелика и ее команда «Отечество» ярко и красочно презентовали свою идеологическую площадку. Каждый участник команды рассказал о том, что для него означает Отечество и патриотизм. Ребята показали видео со встречи кандидата на пост президента со своими избирателями, где были обозначены основные этапы будущей политики страны. Развитие военно-промышленного комплекса, укрепление суверенитета России, формирование сильного правового государства — вот основные черты политики команды «Отечество».

После презентации идеологических платформ каждая команда-участник могла задать вопрос оппонентам. Именно в этот момент стала чувствоваться напряженная игра и возрастающий азарт противников. Каждая команда пыталась задать неординарный вопрос, требующий множества пояснений. Во время ответов на нелегкие вопросы противников, команды показывали свою осведомленность в политике выбранного ими клуба. За каждую из команд также выступили лидеры общественного мнения

Третья и самая напряженная часть игры — дебаты кандидатов на роль президента. Каждый лидер здесь презентовал свою программу и отвечал на вопросы оппонентов. Желание сделать будущее своей страны лучше, небо над головами светлее, а лица людей счастливее, позволило кандидатам разработать новые направления и стратегии как внутренней, так и внешней политики. Умение грамотно презентовать свою программу, держать себя на публике, контролировать эмоции, грамотно говорить и уметь привлечь к своей речи слушателей — эти навыки во время дебатов продемонстрировали лидеры трех идеологических площадок.

Голосование за лучшего кандидата на пост президента получилось напряженным. во время голосования болельщики поддерживали своих лидеров, аплодируя и выкрикивая веселые кричалки. По вкусу избирателям пришлась программа Дениса Торгашова, представлявшего лицей№48, именно он стал президентом по результатам выборов, набрав 54 голоса. Настоящая борьба разразилась за второе место. Его разделили Свидина Анжелика и Вышинская Анна, набрав по 53 голоса.

Подобные игры позволяют молодежи развить свои лидерские качества, выработать стратегию достижения выбранной цели, найти единомышленников и создать надежную команду. Не смотря на то, что это была игра — в зале царила атмосфера истинных выборов — нелегких и напряженных. Тех выборов, которые воспитывают настоящих патриотов, политических деятелей, людей, кому не безразлично будущее своего города, своего края, а значит и всей страны. И кто знает, может быть через несколько лет имена именно этих школьников мы услышим уже в большой политике!

Екатерина Кондаурова

«Кубаночке» 25 лет

10 февраля окружной женской общественной организации Западного округа города Краснодара «Кубаночка» исполнилось 25 лет.

«Кубаночка» уже четверть века занимается благотворительной деятельностью, помогая социально незащищенным слоям населения. Деятели этой организации ведут серьезную работу не только среди жителей Западного округа г. Краснодара, но и вносят огромный вклад в патриотическое воспитание молодого поколения.

Поздравить организацию в этот день пришли ее активные деятели и почетные гости, среди которых глава администрации Западного Внутригородского округа г. Краснодар Лебедев Н. В.; начальник отдела по работе с общественными объединениями и политическими партиями управления по связям с общественностью, делам казачества и военнослужащих администрации муниципального образования город Краснодар Острожная О. В.; председатель комитета по молодежной политике политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», Вице-президент Совета по психотерапии и консультированию РФ, председатель совета по психотерапии и консультированию Краснодарского края и Республики Адыгея, действительный член ППЛ Силенок И. К.; Заместитель руководителя исполнительного комитета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» Глущенко Г. В.; декан факультета журналистики Кубанского государственного университета, заведующая кафедрой печати и рекламы, доктор филологических наук, профессор, Заслуженный журналист Кубани Кравченко Н. П..

В ходе конференции были подведены итоги общественной работы организации и награждены активные деятели. Участники конференции единогласно избрали председателем «Кубаночки» ее бесменного руководителя Петрову В.Б.

Комитет по молодежной политике Политического совета КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ» подготовил в этот день для именинников концертную программу. Окунуть всех гостей в атмосферу своей молодости, навеять былые воспоминания, чувства и эмоции позволила песня «Боевые подруги» в исполнении Инны Силенок. Солнечный испанский танец именинникам подарили студентки Кубанского государственного университета Наталья Филатова и Корелия Тальчук. Студент Академии Маркетинга и Социально-Информационных Технологий Вааг Оганесян порадовал всех зажигательным кавказским танцем. Ярким завершением вечера стало исполнение авторской песни «Краснодар — любимый город» Инной Силенок.

25 лет — это только начало для плодотворного труда тех людей, чье отношение к работе является образцом честности, достойного исполнения профессионального долга, добропорядочности и ответственности.

Екатерина Кондаурова

Золотая лестница 8

Центр всестороннего развития личности

«Инсайт»

г. Новороссийск

24-27 февраля 2012г.
начало двухлетней программы по

Эриксоновскому гипнозу

1 часть 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

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

---

16 — 19.03.2012 г.
семинар-тренинг

НЛП
Базовый этап 1.1
Стоимость 4900р.

06— 09.04.2012 г.
семинар-тренинг

НЛП
Базовый этап 1.2
Стоимость 4900р.

19 — 12.03. 2012 г.
семинар-тренинг

НЛП
Мастерский курс 4 часть
Мастерское состояние

Семинары 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

Стоимость 4900р.

23.04 — 29.04. 2012 г.
семинар-тренинг

НЛП
2 ступень.Техники

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

Во весь «Логос»

с 15 по 18.03. 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология «Материальное и финансовое благополучие»

с 24.03 — 25.03. 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология 3 часть Под Кодом

24-25 марта 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология 5 часть. Громче слов

26 марта 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология «Изобилие»

14-15 апреля 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология 4 часть. Психосоматика

с 19 — 22.04. 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология 10 часть

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

Зинаида Зозуля

По окончании выдается сертификат государственного образца Скидки членам ППЛ

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».

СИЛЕНОК ПЕТР ФЕДОРОВИЧ

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

Результат гарантирован опытом многолетней практики, подтвержден Международными Сертификатами

Предварительная запись по тел.:
(861) 253-23-96, 918-439-06-68

с 30.03 по 01.04.2012г.
семинар-тренинг
Театр архетипов 3 часть

ведет к.м.н., доцент, вице-президент ППЛ РФ г. Москва

Ирина Чеглова
Скидки членам ППЛ

с 25 по 26 февраля 2012 г.
состоится семинар-тренинг
Супер-память

Руководитель семинара–автор методики по развитию феноменальной памяти, старший научный сотрудник лаборатории психофизиологии Института физиологии Сибирского отделения Российской академии медицинских наук

Вячеслав Плюснин

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

Управление по делам молодежи г. Краснодар

ЦЕНТР РЕАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ

Расписание работы клубов:

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»

Февраль
28 февраля — Сказкотерапия для взрослых. Брус Иван, мастер-практик НЛП, сертифицированный специалист Эриксоновского Гипноза

Март
6 марта — «Мужчина и женщина. Гендерная психология»
7 марта — Праздник, посвященный международному женскому дню
10 марта —«Праздник поддержки»
13 марта - «Межличностные отношения»
15 марта - «Семейные отношения»
20 марта - Сказкотерапия для взрослых. Брус Иван, мастер-практик НЛП, сертифицированный специалист Эриксоновского Гипноза
24 марта - Психология любви

Мероприятия молодёжного психологического клуба «Настроение»

Февраль
25 февраля — Интеллектуальная игра «Мафия»

Март
3 марта — Арт-терапия
7 марта — Праздник, посвященный международному женскому дню
14 марта — Диагностика познавательных процессов
12 марта — «Коучинг. Технология 100% достижения целей. Духовный выбор», Пышный Алексей, НЛП-мастер, сертифицированный коуч по системе «Духовный выбор», сертифицированный специалист по Эриксоновской терапии и гипнозу
17 марта - Семинар-тренинг «Познай себя»

Участие бесплатное.

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

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА РФ
ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ И БИЗНЕСКОНСУЛЬТИРОВАНИЯ «ЛОГОС»
проводят

IV ПРИЧЕРНОМОРСКИЙ ДЕКАДНИК ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ И ПСИХОТЕРАПИИ « ВОЗВРАЩЕНИЕ В ПИОНЕРСКОЕ ПРОШЛОЕ»

Анапа **с 02 по 10 мая 2012г.**

Программа декадника формируется под руководством **Макарова В. В.** (Москва) — д.м.н., профессора, действительного члена и президента ППЛ РФ, Председателя Совета по психотерапии и консультированию РФ, вице-президента Всемирного Совета по психотерапии, Психотерапевта единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, и единого Всемирного реестра.

На декаднике Вас ждут:
•десятки секций и практических занятий с профессиональными преподавателями, которые соединяют в себе огромный опыт, необычные школы;
•ночные марафоны и медитации на берегу моря;
•ролевая игра — марафон «Наше пионерское детство». Это эксклюзивный интенсивный психологический тренинг — марафон с глубинным погружением;
•множество всевозможных занятий и интересов;
•а также посиделки у костра, речевки: «Кто шагает дружно в ряд? ППЛовский отряд!» и т.п., и песни до рассвета!

Это прекрасная возможность ощутить себя молодым, талантливым, сильным и счастливым!

Декадник открывает научно-практическая конференция

Материалы конференции будут публиковаться в приложении к общероссийскому журналу «Психотерапия». Статьи и тезисы докладов необходимо выслать до 31 марта 2012 г. на эл.адрес logos_centr@mail.ru.

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

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

Желающим принять участие в декаднике, необходимо зарегистрироваться до 24.04.2012г.

Стоимость участия: : с 02 по 10.05. — 8900р., студентам — 5340р., детям от 6 до 14 лет — 4300р., стоимость проживания и питания оплачивается отдельно

Скидки: наблюдательным членам ППЛ — 10%, консультативным членам ППЛ — 15%, действительным членам ППЛ — 20%, семейным парам 10%, постоянным клиентам центра «Логос» — 10%, до 01.03 — скидка 10%, до 01.04 — скидка 5%

Скидки суммируются. Суммарная скидка до 40%

Стоимость проживания и питания 800р. в сутки.

Вы можете принять участие в одной конференции, стоимость участия 2300 руб.

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

25-26 февраля 2012 г.

У-ВЭЙ (по-русски)

Современный научный метод основанный на нейрофизиологическом переосмыслении наследия Козьмы Пруткова, Лао Цзы и Карлоса Кастанеды.

Чистая победа над лень и трудоголизмом одновременно.

Семинар ведут
Психолог, НЛП-Мастер, визионер —
Олег Колмычок
врач, педагог, психоэколог—
Николай Олейников

31.03-01.04.2012г.
семинар-тренинг

СИМОРОН

Семинар ведет психолог, тренинг-менеджер, Мастер Рейки, консультант по Фэн-шуй, тренер по Симорону. (г. Краснодар)

Маргарита Чен

Работа с препятствиями, постановка цели и ее достижение, открытие в себе творческого начала. Методика Симорона сочетается с любой другой психологической системой.

Стоимость 2900р.

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

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

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