Золотая Лестница

ЦЕНТР ПСИХОЛОГИИ И БИЗНЕС КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ «ЛОГОС»

№ 08 (137)
среда 25 апреля 2012 г.

Психология успеха

Работа психологов в общественных приемных

18 апреля, в Санкт-Петербурге в общественной приемной Председателя Партии «Единая Россия» В.В. Путина и Общероссийского Народного Фронта (Конногвардейский бульвар, д. 4, подъезд 3) прошло заседание круглого стола на тему "Развитие доступной психологической помощи для людей, оказавшихся в кризисной ситуации: роль общественных организаций".

Круглый стол работал под председательством руководителя приёмной, депутата Законодательного собрания Санкт-Петербурга Киселёвой Е. Ю.. В работе круглого стола приняли участие: доктор медицинских наук, профессор, действительный член и президент ППЛ РФ, вице-президент Всемирного Совета по психотерапии, Психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы и единого Всемирного реестра В. В. Макаров, д.м.н. Председатель Общероссийского Совета по психотерапии и консультированию, Ректор Восточно-Европейского института психоанализа, президент Европейской конфедерации психоаналитических психотерапий М. М. Решетников, к. п. н., Президент Русского психоаналитического общества, психоаналитик, вице-президент Совета по психотерапии и консультированию РФ А. Н. Харитонов, действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, официальный представитель ЦС ППЛ в ЮФО РФ, вице-президент Совета по психотерапии и консультированию РФ, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, председатель комитета по молодежной политике Политического Совета краснодарского местного отделения партии «Единая Россия» И. К. Силенок, члены Совета по психотерапии и консультированию РФ, руководители общественных организаций, психологи, психотерапевты, представители СМИ.

Вела круглый стол заместитель руководителя Общественной приемной В.В. Путина, региональный представитель ППЛ в Санкт-Петербурге и действительный член ППЛ Л. Т. Чепенко.

В процессе дискуссии обсуждались вопросы взаимодействия общественных организаций, политических партий и специалистов — психологов и психотерапевтов, говорилось о профессионализме в работе специалистов — психологов и психотерапевтов, о востребованности психологической помощи в различных регионах.

Представители Санкт-Петербурга, Москвы и Краснодара обменялись опытом работы психологов в общественных приемных партии «Единая Россия». В. В. Макаров говорил об опыте работы психологов — членов ОППЛ в различных субъектах федерации, о необходимости расширять эту практику, о необходимости принятия закона о психотерапии на федеральном уровне.

В Санкт-Петербурге психологи ведут прием в общественных приемных партии «Единая Россия» с 2008 года, в 2011 году в рамках предвыборной работы психологи проводили семинары для агитаторов.

И. К. Силенок рассказала о множестве направлений работы психологов в общественных приемных в Краснодаре, таких как:

психологический прием, осуществляемый в трех формах

тренинги для агитаторов в период предвыборных кампаний

организация и проведение мероприятий совместно с исполнительным комитетом КМО ВПП «ЕДИНАЯ РОССИЯ», в рамках которых проводятся тренинги

организация и проведение мероприятий на участках депутатов

организация социологических опросов психологической тематики на улицах

работа с ветеранами, инвалидами, детьми с ограниченными возможностями

диагностика и консультирование семейных пар и детей в парках и скверах на участках депутатов, приуроченная к праздникам

школа политического имиджа молодого политика

проект управления процессом ранней профессионализации

организация круглых столов на тему здорового образа жизни

организация вечеринок для некурящих с тренингами в ночных клубах

организация круглых столов на тему усовершенствования работы общественных приемных

организация семинаров для помощников депутатов

организация уличных дискуссий для повышения общественно-политической активности молодежи

Было отмечено, что сотрудничество психологов с политическими партиями и общественными организациями способствует популяризации профессии психолога и психотерапевта, улучшению эмоционального климата не только в самих приемных, но и можно говорить, что в целом в городе, так как работа ведется массированно с участием большого количества граждан и носит систематический характер.

Е. Ю. Киселева высоко оценили работу краснодарских психологов, их творческий подход и общественную активность.

В рамках дискуссии состоялось подписание соглашения о сотрудничестве между региональной Общественной приемной Путина и общественной организацией «Общероссийская Профессиональная психотерапевтическая Лига». Завершилась работа круглого стола общим фотографированием и чаепитием.

АУТЕНТИЧНОСТЬ И ГЕНЕРАТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

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».

Актуальность постановки вопроса об аутентичности человека в контексте психотерапевтического процесса является более чем очевидной. Аутентичность — есть подлинность или естественность и в этом смысле — истинность человека. Вслед за Карлом Роджерсом, — основателем гуманистической традиции в психологии и в психотерапии, — мы считаем аутентичность человека фундаментальной основой его индивидуальности и смысловым базисом его самоактуализации. По сути самоактуализация — это и есть некий жизненный эволюционный процесс «развёртывания» индивидуальности каждого человека в соответствии с требованиями его аутентичности и в направлении собственно аутентичных форм и характеристик. Абрахам Маслоу охарактеризовал таких людей как самоактуализирующиеся личности.

Что есть современная психотерапия как не ***профессиональная деятельность по переориентации*** функционирования человека с фрагментарных, фиксированных и болезненных форм жизни на целостные и тем самым для него естественные — аутентичные формы? Именно в этом переориентировании форм активности человека — с болезненных на аутентичные — и состоит миссия любого вида психотерапии!

продолжение на 5 стр.

Эффективные симоронские техники

Каждая симоронская техника, каждый ритуал для того, кто его проводит — уникален, это только личный опыт, основанный на опыте и подсказках других.

стр.7

Индивидуальная психотерапия

Поговорим о нынешнем отношении к психотерапии. Сегодня многие стали осознавать необходимость в обращении к психотерапевту в сложных жизненных ситуациях.

стр.6

СЕГОДНЯ В НОМЕРЕ

О супервизоре ППЛ

Существуют качественные отличия в требованиях к подготовке тренера и преподавателя от требований к подготовке супервизора.

стр.2

Семья. Свобода. Благодарность

Помните этот сказочный сюжет? Жестокий дракон похищает прекрасную принцессу, отважный принц вступает с ним в схватку, побеждает и по праву берет принцессу в жены.

стр.3

Страницы памяти

Война ворвалась в жизни русских людей внезапно. Неся за собой горе, смерти и боль она стучалась в каждый двор, в каждый дом. Но только благодаря силе духа русского человека, огромному чувству любви к своей Родине, своей Отчизне мы одержали победу

стр.4,5

Образ успешного человека

В решении проблем очень важно понимание. У денег нет души, но бывает впечатление, что это не так. Каждый человек, который хочет получить приличные деньги, должен выполнить этот процесс!

стр.6

ВНИМАНИЕ!
ГАЗЕТА
«ЗОЛОТАЯ ЛЕСТНИЦА»
объявляет подписку
на 1-ое полугодие 2012 года
начиная с мая месяца
стоимость — 42 руб.20коп.
Подписная цена
на месяц — 21руб.10коп.
Подписной индекс: 52156
Справки по телефонам:
(861) 253-23-96
(988) 247-33-46

О супервизоре ППЛ

Значение супервизии велико на всех этапах профессионального развития специалиста и всего профессионального сообщества.

Существуют качественные отличия в требованиях к подготовке тренера и преподавателя от требований к подготовке супервизора.

Согласно требованиям Европейской ассоциации психотерапии утверждено решение о разделении статусов супервизора, преподавателя и личного терапевта. При получении Сертификата психотерапевта, включенного в единый реестр.

Профессиональны психотерапевтов Европы, одно и то же лицо не может выступать в качестве преподавателя, супервизора или личного терапевта для одного кандидата.

12 съездом ППЛ было принято **«Положение о супервизоре ППЛ»**, институализирующее супервизию в Профессиональной психотерапевтической лиге. Этим положением вводятся новые критерии для присвоения специалисту статуса супервизора.

Профессиональная психотерапевтическая лига продолжает программу подготовки профессиональных супервизоров и развития профессиональной супервизии в сообществе психологов и психотерапевтов

Немного о супервизии:

Супервизия — одна из неотъемлемых основ развития любого профессионала психолога, она необходима специалисту как «воздух».

Основная цель супервизии — помочь консультанту осознать свои затруднения в работе с клиентом, получив компетентную обратную связь от профессионального сообщества психологов.

В процессе прохождения супервизий вы имеете возможность научиться:

лучше понимать своих клиентов, посредством исследования групповой динамики в безопасном пространстве;

осознавать собственные чувства по отношению к клиентам и свои реакции на них. Супервизия дает возможности эмоционального выражения чувств по отношению к клиенту, что способствует снятию напряжения и повышает уровень осознанности;

путем анализа, происходящего между терапевтом и клиентом в процессе терапии и происходящего между супервизором и супервизируемым разбираться в тонких оттенках терапевтических отношений;

оценить степень эффективности использования собственных терапевтических интервенций, насколько они применяются своевременно, в подходящем месте и подходящим образом, какое влияние оказывают на терапевтические отношения и продвижение клиента к намеченным целям. Самое главное, Супервизия дает возможность понять, чьи проблемы я решаю: моего реального клиента или свои собственные.

Супервизия предоставляет шанс подняться и оглядеться; шанс отказаться от легкого пути обвинения других — клиентов, коллег, «общества» и даже самого себя; она может дать нам шанс начать поиск новых возможностей, открыть знания, рождающиеся из самых трудных ситуаций, и получить поддержку. Именно поэтому супервизия необходима специалисту помогающей профессии как «воздух».

Благодаря супервизии, специалист может ощутить поддержку со стороны профессионального сообщества, которое сталкивается с теми же трудностями. А понимание того, что «Я не один», способствует профилактике синдрома эмоционального выгорания.

Таким образом, тревога и переживания перед супервизией трансформируются в колоссальный ресурс для участника супервизируемого процесса. А это, в свою очередь, способствует снижению напряжения в работе, и как следствие, делает терапевтический процесс глубже, интереснее, эффективнее.

СЕЙЧАС вы имеет возможность получить профессиональное образование в области супервизирования у ведущих специалистов в этой области.

Программа «Супервизор»

К УЧАСТИЮ В ОБУЧАЮЩЕЙ

ПРОГРАММЕ ПРИГЛАШАЮТСЯ:

Практикующие специалисты: психологи, психотерапевты, врачи, социальные педагоги, бизнес — тренеры, заинтересованные в повышении своего профессионального уровня и личной эффективности

Программа «Супервизор» состоит из 36 часов теории, 36 часов практики.

Ведущие программы:

Лях Игорь Вячеславович — член центрального совета ППЛ, психотерапевт единого реестра психотерапевтов Европы (ЕАП), председатель комитета по супервизии ППЛ, Действительный супервизор ППЛ, официальный представитель ЦС ППЛ в Западной Сибири, руководитель Новосибирского регионального отделения ППЛ. Новосибирск, Россия

Жуков Александр Сергеевич — действительный член ППЛ, сертифицированный супервизор ППЛ, психотерапевт единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы (ЕАП), обучающий терапевт по методу символдрама, доцент МОКПО Новосибирск, Россия

Документы об участии: Свидетельство о повышении квалификации по психотерапии от ППЛ России. **Набранные часы входят в специальную программу подготовки Супервизоров практики ППЛ**, а также в программу обучения на Европейский Сертификат Психотерапевта, Всемирный сертификат психотерапевта и Национальный Сертификат Консультанта.

Содержание вводного семинара программы «Супервизор»

Роль супервизии в практике специалиста

Основные цели и задачи супервизионного процесса

Введение в супервизию

Этические основы супервизии

Базовые психологические механизмы консультирования и супервизирования

Основные механизмы группового супервизионного процесса

Техники группового супервизионного процесса

Роли ведущего в групповом супервизионном процессе

Динамические процессы в супервизионной группе

Система защиты супервизируемого в групповом супервизионном процессе

Практическая часть. Участие в супервизии. Анализ динамики процесса.

Документы об участии

Свидетельство о повышении квалификации по психотерапии от ППЛ России. **Набранные часы входят в специальную программу подготовки Супервизоров практики ППЛ**, а также в программу обучения на Европейский Сертификат Психотерапевта, Всемирный сертификат психотерапевта и Национальный Сертификат Консультанта.

Положение о супервизоре ППЛ

«УТВЕРЖДЕНО»
12 Съездом
Профессиональной
психотерапевтической Лиги
7 октября 2010 года
Поправки в порядок присвоения
статуса Супервизора ППЛ
Приняты Решением
Центрального Совета
Профессиональной
психотерапевтической Лиги
30 марта 2011 года

ПОЛОЖЕНИЕ О СУПЕРВИЗОРЕ ППЛ

Общие положения:

Настоящее положение определяет статус Супервизора Лиги, порядок его приобретения и утраты.

Присвоение Члену ППЛ в установленном порядке статуса супервизора является профессиональной аккредитацией и означает признание Профессиональной психотерапевтической Лигой:

А. способности обладателя статуса (по своим моральным, психологическим, профессиональным, этическим качествам) вести деятельность в сфере супервизии практики;

Б. моральной ответственности Спервизора перед обществом и мировым профессиональным сообществом за действия обладателя статуса в профессиональной сфере и в сфере публичной деятельности, связанной с самопрезентацией в качестве эксперта по проблемам психотерапии;

В. права обладателя статуса фиксировать часы супервизии, проведенной в рамках подготовки специалиста к аккредитации и сертификации консультанта в ППЛ и международных организация, в которых ППЛ представляет интересы сертифицируемого специалиста.

Настоящее положение вводит и регулирует договорные отношения между специалистом, супервизором и Лигой (как гарантом качества проводимой супервизии).

Настоящим положением вводятся статусы супервизоров:

Супервизор практики, аккредитованный ППЛ

Супервизор практики, сертифицированный ППЛ

Действительный супервизор ППЛ.

Супервизор, аккредитованный ППЛ

Описание статуса:

Супервизор, аккредитованный ППЛ, имеет право проводить (и документально подтверждать часы) индивидуальную и групповую супервизию в своей модальности, а также участвовать в работе полимодальной супервизионной группы.

Статус Супервизора, аккредитованного ППЛ, предполагает возможность проведения супервизии индивидуального консультирования или психотерапии, терапии или консультирования в группе, а также навыков курсантов в процессе обучения и профессионального тренинга.

Статус Супервизора, аккредитованного ППЛ, не предполагает возможности проведения и фиксации часов супервизии вне модальности супервизора (для претендентов, получающих статус по конкретной модальности)

Минимальные требования к кандидату для получения статуса "Супервизор практики, аккредитованный ППЛ":

Уровень профессиональной подготовки не менее: 650 часов теории и навыков; 100 личной терапии; 200 часов супервизии личной практики.

Согласие соблюдать Этический кодекс Супервизора.

Навыки проведения супервизии.

Порядок присвоения статуса Супервизора, аккредитованного ППЛ:

Статус присваивается Комитетом по супервизии ППЛ.

Документы, предоставляемые специалистом, претендующим на получение статуса Супервизора, аккредитованного ППЛ:

- Заявка.
- Таблица учета часов подготовки (подтверждается копиями документов),
- Протокол проведенной супервизии (индивидуальной или групповой) или заключение члена Комитета, присутствовавшего при проведении супервизии претендентом.
- Рекомендация руководителя модальности или супервизора в модальности (для претендентов, получающих статус по конкретной модальности).

При положительном решении Комитета по супервизии о присвоении статуса, супервизор подписывает:

- Этический кодекс ППЛ
- Этический кодекс супервизора
- Договор с ППЛ

Супервизору выдается Свидетельство «Супервизора, аккредитованного ППЛ в модальности...» утвержденного образца.

Данные специалиста вносятся в реестр Супервизоров ППЛ и публикуются на официальном сайте ППЛ, пребывание в реестре оплачивается Супервизором.

Статус присваивается на срок до 2 лет, после чего проводится процедура реаккредитации, либо сертификации, в противном случает статус утрачивается.

Процедура реаккредитации проводится с учетом часов супервизии, проведенных «Супервизором, аккредитованным ППЛ». Учет часов супервизии, осуществляется на основании договоров между специалистом и супервизором, зарегистрированных ППЛ.

Супервизор, сертифицированный ППЛ

Описание статуса:

Супервизор, сертифицированный ППЛ, имеет право проводить (и документально подтверждать часы) индивидуальную и групповую супервизию в своей модальности, а также в модальностях, которые признают настоящий статус; участвовать, проводить и организовывать полимодальные супервизионные группы.

Статус Супервизора, сертифицированный ППЛ, предполагает возможность проведения супервизии индивидуального консультирования или психотерапии, терапии или консультирования в группе, навыков курсантов в процессе обучения и профессионального тренинга, а также проведение супервизии для Супервизоров, аккредитованных ППЛ.

Минимальные требования к кандидату для получения статуса "Супервизор практики, сертифицированный ППЛ":

Уровень профессиональной подготовки не менее: 750 часов теории и навыков; 100 личной терапии; 250 часов супервизии личной практики, 5 лет стажа профессиональной деятельности,

72 часа специальной программы подготовки Супервизоров ППЛ,

Опыт проведения супервизии, подтвержденный наличием договоров о проведении профессиональной супервизии со специалистами,

Кандидат на получение статуса должен представить заключение о возможности присвоения статуса, составленное Действительным супервизором. Заключение составляется по итогам специальной программы подготовки Супервизоров ППЛ.

Порядок присвоения статуса Супервизора, сертифицированного ППЛ:

Статус присваивается Комитетом по супервизии ППЛ.

Документы, предоставляемые специалистом, претендующим на получение статуса Супервизора, сертифицированным ППЛ:

- Заявка,
- Таблица учета часов подготовки (подтверждается копиями документов),
- Договоры со специалистами (минимум 1 договор в течение года),
- Заключение члена Комитета об успешном окончании программы подготовки «Супервизор» (подтверждается накопительным свидетельством ППЛ)

При положительном решении Комитета по супервизии о присвоении статуса, супервизор подписывает:

- Этический кодекс ППЛ
- Этический кодекс супервизора
- Договор с ППЛ

Супервизору выдается Свидетельство «Супервизора, сертифицированного ППЛ» утвержденного образца

Данные специалиста вносятся в реестр Супервизоров ППЛ и публикуются на официальном сайте ППЛ, пребывание в реестре оплачивается Супервизором.

Статус присваивается на срок до 5 лет, после чего проводится процедура ресертификации, в противном случает статус утрачивается. Ежегодно проводится с учет часов супервизии, проведенных "Супервизором, сертифицированным ППЛ». Учет часов супервизии, осуществляется на основании договоров между специалистом и супервизором, зарегистрированных ППЛ.

Действительный супервизор ППЛ

Описание статуса:

Данная ступень супервизорства является должностью ППЛ.

Действительный супервизор ППЛ имеет право:

проводить супервизии индивидуального консультирования или психотерапии, терапии или консультирования в группе, навыков курсантов в процессе обучения и профессионального тренинга,

проводить супервизии для Супервизоров, аккредитованных и сертифицированных ППЛ,

разрабатывать и проводить программы подготовки Супервизоров.

Действительный супервизор ППЛ обязан:

Работать в Комитете по супервизии ППЛ.

Осуществлять контроль над работой и обучением супервизоров в рамках профессионального сообщества.

Создавать возможности для развития супевизии в модальностях и школах профессионального сообщества. Популяризировать супервизионную работу путем участия в мероприятиях, взаимодействия со СМИ. Участвовать в работе этических комитетов и комиссий Лиги.

Требования к должности:

На должность назначаются профессионалы, признанные профессиональным сообществом.

Уровень профессиональной подготовки не менее: 850 часов теории и навыков; 300 личной терапии; 300 часов супервизии личной практики, 5 лет стажа профессиональной деятельности и 72 часа специальной программы подготовки Супервизоров ППЛ.

Назначение на должность Действительного супервизора проводит Комитет по супервизии ППЛ по представлению 2х Действительных супервизоров ППЛ путем заключения договора.

Документом, удостоверяющим назначение на должность «Действительного супервизора ППЛ», является свидетельство установленного образца и срочный договор.

Договор с Действительным супервизором ППЛ заключается на срок до 5 лет с возможностью продления.

Семья. Свобода. Благодарность

Бывает, что принцессу не спасти...

Помните этот сказочный сюжет? Жестокий дракон похищает прекрасную принцессу, отважный принц вступает с ним в схватку, побеждает и по праву берет принцессу в жены. А потом — «жили они долго и счастливо». Однако в жизни так бывает, увы, не всегда. По разным причинам. Случается, что принцессу спасти так и не удается, и фаза «долго и счастливо» так и не наступает, точнее, наступает одно только «долго». И дело тут не в принце, который может хоть на гуляш дракона разделать, и не в драконе, который может поднять белый флаг, позорно бежать с поля боя или просто окочуриться от старости... А может вообще никакого дракона-то и нету. Потому что если принцесса решила, что ее ни-за-что-никогда-не-спасти, то ее действительно не спасти. И, что бы ни случилось, она будет вечно плакать в ночи. И давайте сегодня поговорим о «неспасенных принцессах», о том, как живется им и их близким и что вообще с этим делать.

Для начала имеет смысл рассмотреть проблему в корне, то есть в детстве. То есть это и не проблема даже, а так... Особенность формирования личности. Что за особенность? А вот представьте себе ребенка, который растет в условиях эмоциональной депривации. Проще говоря, родители обращаются с ним прохладно и, так сказать, по делу. Ты руки перед едой мыл? Молодец, садись за стол. Вытри щеку, ты испачкался. Иди почисти зубы. Пасту бери детскую, она справа. Все, уроки сделал? Портфель собрал? Марш спать.

А ребенок — это не предмет мебели и не цветок в горшочке, он, как и каждый человек, хочет чувствовать себя принадлежным, любимым, важным. Чувствовать себя чьим-то. Точнее — в первую очередь маминым и папиным. Ведь это самые важные для него люди на свете! И он использует все доступные ему способы — фактически, какие найдет — чтобы получить от них любовь. (Мы уже писали о том, как любовь иногда подменяется вниманием еще в самом раннем детстве). И вот, скажем, ребенок в такой обстановке подмечает, что стоит ему заболеть или оказаться в трудной ситуации, как количество уделяемого ему внимания возрастает в геометрической прогрессии. Мама и папа спешат на помощь. Опа! Тут тебе и чаю вкусного принесут, и книжку почитают... И то, что тело болеет, телу тяжело, теряет значение перед тем фактом, что ему дают почувствовать себя любимым. А потом малыш выздоравливает... И про него как будто снова забывают до следующего раза. Снова общение по делу... А представьте, что ему еще и говорят время от времени: как же надоело проверять твои уроки, когда ты уже перестанешь ошибки делать?! сколько мне еще стирать твои носки? ладно, ты же не вечно будешь маленьким, мне же не всю жизнь придется следить, чтобы ты был чистым! К каким выводам в такой ситуации может прийти малыш? Да-да. К таким, что если он вырастет, станет здоровым, самостоятельным и успешным, то лишится и той малой толики тепла и заботы, которая у него есть. Вообще станет никому не нужен. Захочет ли он этого? Не факт.

И вот ребенок вырастает и становится взрослым — это, по крайней мере, неизбежно. В процессе жизни у него завязываются самые разные отношения, в том числе близкие, появляются друзья, потом семья. И все бы прекрасно, жить бы и жить счастливо, если бы не мешало давно сформированная модель поведения, что если у него все будет хорошо, он останется один-одинешенек: ведь близкие сразу поймут, что он стал взрослым и самостоятельным, сам в состоянии о себе позаботиться и быть счастливым, а как только поймут — бросят его и отправятся заниматься своими делами.

В общем, «принцесса» (не важно, какого пола) смекает, что если ее спасут, то все, конец. В сознании такой «принцессы» «жили долго и счастливо» подменяется «бросили и пошли дальше». Ей представляется, что она важна и нужна только пока продолжается спасение рядового... Ой, то есть нет, это же из другой оперы. Итак, спасение принцессы: Миссия невыполнима.

И такой человек, женщина или мужчина, начинает в отношениях — значимых для него отношениях! — вести себя так, словно ему ничего не помогает. Ничто не может сделать его счастливым до конца. Он все время показывает партнеру, хотя бы чуть-чуть, что он не доволен, что ему по-прежнему плохо, что его еще спасать и спасать, что квест еще не пройден, конца и края не видать!

«Дорогой, у нас гречка заканчивается», — говорит жена мужу с таким видом, будто ей уже ничто на свете не поможет. «Я несчастлива! — транслирует она. — Спаси меня!» Но муж подспудно догадывается, что когда он купит гречку, закончатся какие-нибудь другие продукты питания — в широком смысле — и этот процесс бесконечен.

«Как тебе праздник? Понравился?» — спрашивает у мужа жена, организовавшая вечеринку ко дню его рождения. «Да, хороший», — соглашается муж, а в глазах — печаль.

«Как отдохнула?» — спрашивают родители, отправлявшие дочку в престижный лагерь. «Нормально, только там все такие снобы, что всю смену поговорить не с кем было, — вздыхает она. — А так хорошо».

«Знаете, мы в прошлый раз так хорошо поработали, но со вчерашнего дня мне опять плохо», — сообщает психологу пришедший на очередную встречу клиент.

Иллюстраций в жизни полным-полно. Рассмотрев их, можно понять, что есть в мире много людей, которые как будто не хотят быть счастливыми и довольными до конца, не хотят упрямо и, можно сказать, целенаправленно. И что бы другой человек такому персонажу ни дал, после общения у него остается ощущение того, что он ему все-таки чего-то не додал.

И тут важно понять, как ведет себя партнер, на которого направлена такая стратегия. Поначалу, ввязавшись в историю со «спасением принцессы», он истово исполняет возложенную на него миссию (правда, не понятно, кем возложенную и для чего), потому что он тоже читал в детстве сказки и тоже знает, что если принцессу спасти, наступит благоденствие и счастье во веки вечные. Ясное дело, человеку хочется быть счастливым, и чтобы близкий его человек тоже был счастлив. Он же не знает, что «принцесса» ему попалась особенная! Однако по прошествии некоторого времени начинает задумываться: а что же это процесс так затянулся? Вот вроде бы «счастье было так возможно, так близко...» — и тут как будто какие-то шестеренки соскакивают, механизм заедает и вместо того, чтобы перейти в следующую, качественно другую фазу, предлагает ему очередной виток все того же, выражаясь языком компьютерных игр, квеста по спасению принцессы. Какие возможны варианты развития событий? Конечно, их, как обычно, великое множество, однако самых вероятных два. Если вынужденный «спаситель» не склонен посвятить свою жизнь спасению неспасаемых, то он, скорее всего, просто прекратит отношения с «принцессой» или переведет их на максимально большую дистанцию. Однако если он с детства привык «защищать маму», то скорее всего, он продолжит спасение, однако тут все не радужно не для него одного. Потому что какие чувства может испытывать человек к другому, если тот вечно чем-то недоволен, вечно чуть-чуть несчастен, вечно немного протормаживает процесс. Ведь такая «принцесса» не в состоянии сказать: «Слушай, спасибо тебе огромное, ты мне так помог, столько дал всего хорошего, теперь со мной все в порядке, может, займемся каждый своим делом, будем рядом, поддержим друг друга в случае чего, я тебе с радостью помогу, чем смогу». Нет, для неспасенной принцессы «спасибо, ты мне помог, со мной все хорошо» означает конец отношениям. А ведь любви-то хочется! И дружбы, и поддержки, и признания, и всего-всего. А получается, что он тому человеку, от которого хочет получить эти чувства и к которому сам такие чувства испытывает, вставляет палки в колеса. Потому что что ощущает человек, когда видит, что все его усилия, вся помощь и поддержка, которые он оказывает другому человеку, проходят втуне? Правильно. Ничего хорошего. Досаду, злость, разочарование. Чувствует желание отгородиться от того, кто своей вечной неудовлетворенностью тянет из него жилы. А почему, собственно, одному должно быть плохо оттого, что его другой любит? Конечно, плохо не собственно от любви, а от личных особенностей «второго».

Вот, скажем, у психолога консультируется клиент из разряда «принцесс». И то ему не помогает, и это, и пятое, и десятое, точнее, изменения на лицо, но вот чтобы до конца человек был доволен и честно признал масштаб своих изменений — этого ни-ни. И понятно, что он, может быть, хочет таким образом продолжить отношения, подольше растянуть консультирование, он готов даже платить и платить деньги — однако этим он оказывает медвежью услугу значимому специалисту, потому что постоянно демонстрирует ему неудачи. Он прямо-таки не позволяет специалисту почувствовать себя успешным, состоявшимся, могущественным, в конце концов. А кому понравится глядеть день за днем на того, с кем у него «ничего не получилось»? или получилось, но не до конца? Иметь рядом наглядное подтверждение собственной беспомощности и некомпетентности? Постоянно теряться в догадках: это я бездарность — или с человеком что-то не так? А никому не захочется. И не важно, где этот «кто-то» его подстерегает: на работе ли, дома ли или в компании друзей.

Кстати говоря, такие вот «принцессы» вообще склонны создавать зависимые отношения. То есть они не только чувствуют себя зависимыми от партнера, но и стараются его сделать зависимым от себя. Бывает, они пытаются стать в чем-то уникальными и незаменимыми для своего партнера: в финансовом плане, в отношениях с детьми (типа «бросишь меня — детей больше не увидишь»), в моральной сфере («если ты меня бросишь, я пропаду, помру, а ты потом до конца жизни будешь чувствовать себя виноватым»)) А часто в ход идет и первое, и второе, и третье, и много чего еще...

Мы уже писали о том, как люди подрезают друг другу крылья. Отметим, что подобное «неспасение» — такой же способ вставить близкому человеку палки в колеса. И точно также этот путь ведет к разрушению отношений — мы имеем в виду их истинную сущность, ту, что основывается на взаимной теплоте и доверии. Потому что если один человек не дает другому почувствовать свою победу, или почувствовать ее в полную силу, не дает перейти к следующему этапу жизни, не дает, фактически, заниматься с полной отдачей своими собственными, важными именно для него делами — значит, он идет по пути к несчастью, несчастью в первую очередь своему собственному, которое, однако, заденет и его близкого. И если человек предлагает своему партнеру игру «спаси меня», ему имеет смысл осознать, что даже самую распрекрасную принцессу не будут спасать вечно. Очень скоро она потеряет весь флер своей привлекательности и из желанной цели станет тяжкой обузой, от которой хочется поскорее избавиться. А разве не от этого он бежал изо всех сил?

Так что же делать, если в семье — или в дружбе, или в других партнерских отношениях — сложилась такая ситуация? Есть такое понятие — благодарность. Благодарность искренняя. От самого сердца. Благодарность прочувствованная и высказанная. И если близкий человек помог, оказал поддержку, очень важно это признать, прежде всего перед самим собой, и потом — перед ним, признать открыто и честно, и поблагодарить. А как же это выразить? Вероятнее всего, когда человек, которому важно, чтобы с его близким все было в порядке, брался в чем-то ему помогать, он видел где-то внутри себя, что тот будет искренне рад и счастлив после того, как трудность будет преодолена. Да и разве есть причины хандрить и быть недовольным, когда она и вправду преодолена?! Нет их. Просто нет, и все. Потому что преодоленная трудность — это победа, а победу нужно праздновать, чтобы с новыми силами пойти дальше. Поэтому очень важно, осознав свою победу, не искать подвоха, пятен на солнце, несовершенств мира — а искренне порадоваться ей, от души, вместе с кем, кто помог к этой победе прийти. Для развития отношений, для ощущения благополучия в семье очень важно, чтобы каждый партнер, глядя на другого, испытывал не гнев-досаду-бессилие-обиду-жалость, а ярчайшие позитивные эмоции: гордость, радость, восхищение, счастье. Чтобы партнер перестал быть для другого вечным напоминанием собственной несостоятельности, неспособности помочь, что-то там решить, что-то изменить — а стал своеобразным символом, ключом, «якорем» самых яркий, самых теплых, самых позитивных ощущений: радости бытия, ощущения своего могущества, торжества побед свершившихся и предвосхищения побед будущих. И тогда, конечно, таким людям захочется остаться вместе и вместе идти этим блистательным путем победителей.

И в завершение хочется сказать очень важную и очень простую вещь, сформулированную давным-давно. Спасение утопающих — дело рук самих утопающих! А если перефразировать ее, то: Спасение неспасаемых — дело рук самих неспасаемых!!!

Алексей Афанасьев
Мария Афанасьева
г. Краснодар

Статья на конкурс подготовлена по материалам исследования воинской славы г. Краснодара

Страницы памяти

«Вночь с 21 на 22 июня 1941 года я дежурил в типографии. К этому времени из газеты «Комсомолец» перешел в газету «Большевик», где работал литературным сотрудником отдела «Партийная жизнь». И вот, когда из ротации длинной лентой поплыли пахнущие типографской краской первые номера еще сугубо мирной газеты, я облегченно вздохнул:

Ну, вот и все! Теперь можно домой, отдыхать!

Позвонил последний раз редактору и, попрощавшись с печатниками, покинул ротационный цех. Когда вышел на Красноармейскую, уже было утро. Начинался тихий, безветренный теплый день 22 июня. Подошел к квартире. Сон как рукой сняло. Спать не хотелось. Жена предложила:

Если не будешь отдыхать, пойдем на рынок, сегодня воскресенье, будет большой привоз продуктов...

Согласился. Тем более, что рынок был рядом, за углом, по Красноармейской, всего один квартал.

А рынок уже бурлил. Народ непрерывно подходил с сумками и «авоськами». Столы, образовавшие посередине круг, ломились от овощей, фруктов, битой птицы. Как сейчас помню, жена купила утку, а я не утерпел, соблазнился жирной кубанской ряженкой с румяной пенкой. С удовольствием опорожнил крынку... После этого, еще долго ходили от одного лотка к другому. Жена набрала в сумку крупной темно-красной вишни и других фруктов и ягод на компот... И вдруг, из большого черного репродуктора, укрепленного на столбе, прозвучало сообщение о какой-то важной передаче.

Давай подождем, говорю жене, — о чем может быть это «важное сообщение»? О займе? Так он уже выпущен... Наверное что-то другое...

Не мог я в тот миг предположить то ужасное, которое через несколько минут услышал из громадного черного ящика. А народ уже окружил столб с репродуктором, приготовясь слушать.

Москва передала выступление главы Правительства. Стало известно самое страшное о вероломном нападении фашистской Германии на Советский Союз, бомбежке ряда крупных городов, первых жертвах и разрушениях...

Присутствовавшие были буквально ошеломлены таким тяжелейшим сообщением.

Война! Пришла в наш дом война!

Только и слышны были эти слова. Посуровели лица. Как бы ни было тяжело известие о нападении фашистских захватчиков, оно не вызвало паники у советских людей. Они не впали в уныние...С первого дня войны и до ее успешного завершения в народе царила неиссякаемая вера в Победу Красной Армии.

Прослушав правительственное сообщение, не заходя на квартиру, я побежал в редакцию. Она находилась на улице Красноармейской, №19. Очень быстро собрались сотрудники. Редактор Иван Иосифович Юдин уже был в кабинете. Без предисловий сказал:

С этого дня вы все считаетесь мобилизованными для выполнения боевых заданий военного времени. Будем готовить номер, первый, военный. Всем немедленно разойтись по предприятиям и учреждениям. По указанию крайкома партии всюду будут проводиться митинги, собрания, запись в истребительные отряды. Срочно дайте в номер информацию...

Таким мне запомнится самый первый день войны...

А потом — повестка из горвоенкомата, и я вместе с заведующими отделами редакции В.А.Мотовиловым и С.А.Казниным сменил перо на винтовку, ушел в действующую Красную армию бить ненавистного врага...» — вспоминает В.А.Дмитриев, подполковник в отставке, житель города Краснодара.

Война ворвалась в жизни русских людей внезапно. Неся за собой горе, смерти и боль она стучалась в каждый двор, в каждый дом. Но только благодаря силе духа русского человека, огромному чувству любви к своей Родине, своей Отчизне мы одержали победу. Одержали победу не только над врагом, но и над всем злом, что существовало на земле. Старики, женщины, дети — все встали на защиту самого дорогого что у них было, на защиту своей Родины, на защиту своего народа. Сколько слез было пролито в те годы, сколько крови пролито, сколько бессонных ночей матери ждали своих сыновей, сколько похоронок приходило в каждый двор — и все это ради того, чтобы небо над нашими головами было светлым, взгляды людей счастливыми, а дети никогда не знали это страшное слово «война».

Каждый город стоял до конца. Горели заводы, улицы превращались в руины, все места, которые когда-то были так дороги сердцу , исчезали прямо на глазах. Но народ стоял, стоял до последнего. Каждый защищал свой двор, свой дом, свой город.

Боевые действия проходили и в нашем городе Краснодаре. 28 июня 1942года немецкое командование начало стратегическое наступление на южном крыле восточного фронта, целью которого было захватить Кавказ и Сталинград. Прорвав оборону брянского и правого фланга юго-западного фронтов советских войск, армии противника стремительно продвигались на юг. И вот уже 28 июля завязываются бои в северной части Кущевского района. Начало эвакуации Краснодарского края намечалось на 29 июля. Эвакуация промышленных предприятий и населения, ликвидация важных промышленных и административных объектов города Краснодара происходила в то время, когда части Красной Армии вели оборонительные бои за столицу Кубани.

В тот день, когда войска противника вступили на территорию Краснодарского края, были объединены части Северо-Кавказского и южного фронтов в один Северо-Кавказский фронт под командованием маршала С.М.Буденного. Для усиления обороны Краснодара Ставка Верховного Главнокомандования приказала снять с Таманского полуострова 32-ю гвардейскую стрелковую дивизию полковника М.В.Тихонова и перебросить ее для обороны Краснодарского обвода. 31 июля 1942 года был рассмотрен вопрос об организации обороны г.Краснодара. В принятом постановлении намечалось в трехдневный срок создать Краснодарскую дивизию народного ополчения и занять ею линию обороны по Краснодарскому обводу, проводить там же военное обучение и приступить к сооружению баррикад в городе. Оборона Краснодара возлагалась на плечи генерал-майора Александра Ивановича Рыжова.

В боях за Краснодар участвовали 339-я стрелковая дивизия, 349-я стрелковая дивизия и 30-я Иркутская ордена Ленина, трижды Краснознаменная, ордена Трудового Красного знамени, имени Верховного Совета РСФСР дивизия полковника Б.Н.Аршинцева.

1 августа Военный совет Северо-Кавказского фронта принимает постановление о всеобщей мобилизации в Краснодарском крае.

Наряду со взрослыми мужчинами повестки получили и вчерашние школьники. В считанные дни на Кубани мобилизовали 103 тысячи человек.

На оборону Краснодара было направлено 19 тысяч человек, из них 13761 — семнадцати-восемнадцатилетние.

2 августа воинские части 56-й армии получили боевой приказ: к утру 3 августа занять оборону по Краснодарскому оборонительному обводу, доукомплектоваться, прочно укрепиться на рубеже обороны, «понять почетную роль защиты города Краснодара... Всеми усилиями, мужеством разбить врага на подступах к городу».

На следующий день командарм 56-й армии А.И. Рыжов принимает срочные меры по усилению обороны и приказом объявляет Краснодарский обвод основным войсковым рубежом.

В этот же день командиром переправы в Пашковской назначается командир 4-й технической роты 16-го отдельного инженерного батальона лейтенант Р.К. Танчер. Рота саперов получила задание: регулирование движения и подготовка к уничтожению переправы.

И вот 7 августа к переднему краю обороны 30-й стрелковой дивизии подошли разведывательные подразделения противника. Боевое охранение вступило с ними в бой. Было подбито 2 бронемашины, 2 танкетки, 2 мотоцикла.

Командующий 56-й армии подписал приказ «Об организации обороны города Краснодара». Ставилась задача: к утру 8 августа 1942 года привести в готовность непосредственную оборону г. Краснодара. Возглавить ее, было поручено начальнику гарнизона полковнику Викторову. Ему в подчинение передавались два батальона фронтовых курсов младших лейтенантов.

В тот же день бюро крайкома ВКП(б) приняло постановление «О мерах по укреплению обороны г. Краснодара». Намечалось мобилизовать все население города на строительство рубежей и баррикад, а это было не менее 20 тыс. человек, а также планировалось для обороны города привлечь истребительный батальон.

Дивизии продолжали, как могли пополняться личным составом и вооружением. Большую тревогу вызывало отсутствие боеприпасов. 1169-й стрелковый полк в ночь на 8 августа не имел ни одного патрона. Винтовки поступали без ремней.

Новое пополнение принимало присягу.

августа немцы активизировали свои действия по всей линии фронта. Боевые охранения вступили в бой, появились первые убитые и раненые.

В 17 часов 30 автомашин с пехотой, свыше 20 танков, свыше 100 мотоциклов противника прорвались через боевые порядки 339-й стрелковой дивизии, и вышли к северо-западной окраине Краснодара.

августа на рассвете немецкие войска приступили к штурму Краснодара. Город встречал врага взрывами и пожарами. 15-й специальный взвод 56-й армии и сотрудники краевого управления НКВД осуществляли мероприятии по выводу из строя важнейших народнохозяйственных предприятий и административных зданий. В полдень были взорваны железнодорожные мосты через Кубань. Это послужило сигналом для уничтожения самого важного и ценного объекта — нефтеперегонного завода. Клубы дыма окутали город.

10 августа во второй половине дня противник вышел на северо-восточную окраину города и силами 9-й, 73-й пехотных, 1-й горно-стрелковой дивизий нанес удар в юго-восточном направлении, стремясь овладеть Пашковской переправой и тем самым отрезать наши части в Краснодаре (переправа через Кубань в районе Краснодара была взорвана).

Страшные бои в этот день завязались в районе Пашковской переправы. Накануне, ночью, к Пашковской со стороны Старо-Корсунской форсированным маршем подошел 308-й гренадерский полк 198-й пехотной дивизии под командованием полковника Шульца. Ему был дан приказ пробиться через станицу и захватить понтонный мост. Подготовка к наступлению была закончена к полудню.

Бой начался в полдень. Врагу удалось ворваться на окраины станицы Пашковской.

На рассвете следующего дня бой разгорелся с новой силой. Отражая яростные атаки врага, бойцы переходили в контратаки. К 7 часам утра до двух батальонов пехоты и 15 танков с бронемашинами противника вышли на юго-восточную окраину Пашковской, в район кирпичного завода. «Что могли сделать против танков пацаны, вооруженные винтовками!» — вспоминал участник этих событий Г.К. Казаджиев».

Однако, в 9 час. 25 мин. наши саперы, получив приказ, произвели взрыв и поджог моста. Первыми взрывами были уничтожены обе береговые опоры. Часть зарядов не удалось поджечь. Немцы вели минометный и сильный фланкирующий автоматно-пулеметный огонь вдоль моста, пытаясь захватить переправу. К часу ночи 12 августа остатки моста были уничтожены.

11 августа, в 14.30 большая группировка врага — до двух полков пехоты, поддержанная танками бронемашинами, вновь перешла в наступление. А 9 августа 1942 года в город Краснодар стали входить передовые части немецких войск. Для жителей Краснодара наступил самый страшный период войны — годы оккупации.

Утром 9 августа на 414-й день войны войска вермахта вошли в Краснодар. Берлинское радио вещало на весь мир: «На восточном фронте за последние 24 часа произошли события, которые окажут влияние на исход войны. Германские войска захватили Краснодар и Майкоп, потери этих двух крупнейших промышленных городов окажут огромное влияние на военное положение».

Коварный и жестокий враг, вторгнувшись в Краснодар, хотел поработить его жителей, но краснодарцы не пали духом, они оказывали сопротивление. Очевидец этих событий Буренко Елена Ивановна, которая жила в Краснодаре во время оккупации, вспоминала: «Сорок первый, был тяжелым годом, работать приходилось много и тяжело. А когда в 1942г. на Кубань пришли немцы, стало совсем невыносимо: на нашей кубанской земле они чувствовали себя как хозяева, не зря же они так стремились к югу страны!».

За два дня — 21 и 22 августа 1942 года — гитлеровцы истребили почти всех евреев, проживавших в городе. Уцелели всего единицы.

23 августа 1942 года было уничтожено 320 больных, находившихся на излечении в краевой психлечебнице. Враг не щадил никого — ни старика, ни младенца.

С августа 1942 года в городе Краснодаре появились длинные серые машины о назначении которых многие долгое время не знали. Это были крытые 5-7-тонные грузовики с дизель-мотором, отработанные газы которого поступали внутрь герметического кузова. По несколько раз в неделю, а с января 1943 года по 2-3 раза в день «душегубки» до отказа набивались заключенными из подвалов гестапо и направлялись в район завода измерительных приборов.

В «душегубках» уничтожали не только людей арестованных по обвинениям, но и граждан схваченных во время массовых облав на базарах и не имевших с собой учетной карточки с отметкой биржи труда о работе или болезни. Всего за

продолжение на 5 стр.

Страницы памяти

продолжение, начало на 4 стр.

период оккупации таким способом было уничтожено около семи тысяч человек, среди них — женщины, старики и дети.

9 октября 1942 года фашисты погрузили в машины 214 детей, эвакуированных в город Ейск из Симферопольского детского дома, вывезли их за город, побросали в ямы и закопали живыми. Дети были в возрасте от 4 до 7 лет.

Последним злодеянием фашистов в городе был поджог здания гестапо, где заживо сгорело до трехсот человек. Огромной ценой досталась нашему народу победа над фашизмом.

На август-сентябрь 1942года пришлось становление партизанского движения на Кубани. Тактика кубанских партизан отличалась большим разнообразием. Они использовали засады, налеты, диверсии на коммуникациях, систематически осуществляли разведывательную и пропагандистскую деятельность. Самым известным эпизодом в истории партизанского движения Кубани стал подвиг братьев Игнатовых. (В их честь в г.Краснодаре названа улица) 10 октября 1942 года группа бойцов Сталинского партизанского отряда города Краснодара совместно с партизанами Северского района провели операцию на линии Северская-Афипская. Партизаны пустили под откос вражеский эшелон и на грунтовой дороге подорвали две автомашины с фашистами. При минировании железнодорожного полотна самодельными минами геройски погибли молодые партизаны братья Евгений и Геннадий Игнатовы.

Годы оккупации самые страшные и тяжелые годы в жизни кубанского народа. Однако, люди не пали духом, а смогли защитить свой город, свой край. И вот зимой 1943 года, наша армия перешла от стратегической обороны в стратегическое наступление, изгоняя захватчиков со своей территории.

По данным из боевых донесений 40-й отдельной мотострелковой бригады части бригады к 13.30 11 февраля освободили станицу Пашковскую, а к 19.00 передовые отряды выбили противника из трамвайного депо поселка Калинина. В дальнейшем, произведя разведку боем, бригада силами батальона автоматчиков и 3-го батальона овладела железнодорожной станцией Краснодар. Командир бригады, оставив батальон автоматчиков для удержания железнодорожной станции и участка железной дороги на Новороссийск, решил с ходу ворваться в город. Третий батальон группами по 15-20 человек, создавая шум и панику, к 13.00 12 февраля очистил от немцев главные улицы города — Пролетарскую и Красную. К 14.00 бригада заняла оборону на юго-западной окраине Краснодара.

Части 31-й стрелковой дивизии к 24.00 11 февраля овладели Краснодаром, а в 03.00 12 февраля очистили центральную часть города от отдельных разрозненных подразделений немцев, прикрывавших отход своих частей на Елизаветинскую и Марьянскую.

Наступавшая на правом фланге 46-й армии 9-я горнострелковая дивизия (командир — полковник М.В. Евстигнеев) шесть суток вела тяжелые бои за станицу Воронежскую и трое суток — у хутора 1-я речка Кочеты. Сломив сопротивление противника, и преследуя его, части дивизии вышли к поселку Калинино и к исходу 11 февраля овладели им, чем способствовали скорейшему освобождению Краснодара. Соединением были взяты трофеи: 250 вражеских автомашин, 25 мотоциклов, несколько железнодорожных составов и складов с военным имуществом и боеприпасами.

До наступления темноты артиллерия армии крушила укрепления врага, расчищая путь стрелковым частям. А в это время передовой отряд генерал-майора Цепляева под руководством опытного проводника — сапера старшего сержанта Федькина по шею в ледяной воде пробирался вдоль правого берега Кубани на южную окраину Краснодара. Здесь он соединился с 10-й стрелковой бригадой, переданной в 46-ю армию из 18-й армии.

Эта бригада, которой командовал подполковник Ивановский, под покровом темноты переправлялась на подручных средствах через Кубань и вышла во фланг оборонявшихся в Краснодаре гитлеровцев.

С окончанием артподготовки все изготовившиеся к атаке части 46-й армии нанесли одновременный удар по обороне противника.

Однако, несмотря на натиск наших войск, гитлеровцы продолжали сопротивление. Конец сопротивлению гитлеровцев положил удачный маневр 40-й и 10-й стрелковых бригад, обеспечивший выход наших войск на южную и юго-восточную окраину Краснодара и обходной маневр 9-й горно-стрелковой дивизии, создавшей угрозу окружения с северо-запада. Это принесло панику в ряды врагов. Бросая оружие и боевую технику, они начали поспешный отход из Краснодара. 9-я горно-стрелковая дивизия вышла на западную окраину поселка Калинино, 31-я стрелковая дивизия, овладев центром города, вышла на западную окраину Краснодара, а южные и юго-западные районы его были очищены от гитлеровцев подразделениями 40-й и 10-й отдельных стрелковых бригад.

К утру 12 февраля город был занят советскими войсками, но еще в течение всего дня очищались от фашистов западная и центральная части города, немцы были выбиты также из аулов Козет и Тахтамукай.

Благодаря силе духа народа, огромной любви к своей Родине, к своей Отчизне Краснодар был освобожден.

Пройдите сейчас по улицам города. Постойте у фонтана в центре южной столицы, насладитесь звонким пением птиц, шелестом листвы... Вглядитесь в лица людей, которые нас окружают — все это самое близкое и дорогое. И именно за это сражались наши отцы и деды. Именно за это они отдавали свою жизнь, проливали свою кровь. И вечная память будет жить в наших сердцах. И каждый год мы будем возлагать цветы у вечного огня, нести вахту памяти. Мы будем знать. Помнить. И чтить.

Екатерина Кондаурова

АУТЕНТИЧНОСТЬ И ГЕНЕРАТИВНОЕ МЫШЛЕНИЕ

продолжение, начало на 1 стр.

Смысл психотерапии — не в самой терапии, а в актуализации аутентичных состояний вместо состояний фиксированных и в силу этого болезненных.

Предлагаемая парадигма обозначает важный этап собственного развития психотерапии как вида профессиональной деятельности. Суть этого этапа — в осознанном стремлении специалистов строить свои профессиональные взаимоотношения с клиентом на основе критериев аутентичности как принципиальных ценностных опор для него. Это означает и повышение требований к современному психотерапевту, который должен организовывать терапевтический процесс с учетом безусловной приоритетности критериев аутентичности клиента. Требований понимания «сути проблемы», а также связанных с ними профессиональных свойств эмпатийности, безусловного принятия, «поддержки» и пр. оказывается явно недостаточно для него в свете данной парадигмы.

Мне представляется весьма своевременной и актуальной постановка вопроса относительно феноменологии, функционирования и, соответственно, эмпирических характеристик аутентичности. ***Проще сказать, как мы знаем о том, что имеем дело с аутентичными формами? Чем аутентичные состояния человека отличаются от его фиксированных состояний?*** Ответы на эти вопросы позволят нам заложить систему реальных ориентиров профессиональной терапевтической работы специалиста любого метода. Любой модальности.

Изучая состояния людей, открытых в сторону решения проблемы, ориентированных на поиск новых, ещё не апробированных способов мышления и поведения, явно бросается в глаза одна очень важная особенность. А именно: ***человек в ситуации выхода из тупика*** не исполняет никакую роль, не пользуется готовыми шаблонами, не опирается на убеждения относительно реальности и собственной идентичности. Он как бы ***попадает в ситуацию незнания и в состояние незнания.*** При этом он — как играющий ребёнок — не испытывает никакой растерянности или сомнения, а, наоборот, воодушевлён некой интуитивно открывающейся для него возможностью новой перспективы.

Само по себе это состояние открывает способность к генеративному расширению, актуализирует генеративное мышление. Условно можно назвать такое состояние «прединсайтным». «Прединсайтное» состояние каждый раз возникает во всех тех случаях, когда человек спонтанно или целенаправленно теряет фиксацию и тем самым невольно или вольно позволяет мышлению и фантазии следовать за некими интенциями. Если обратить внимание на играющих и увлечённых игрой маленьких детей, то мы обнаружим эти самые необусловленные социальными нормами и требованиями соответствия этим нормам креативные формы поведения. Детская способность к необусловленному и тем самым ***креативному квазиролевому поведению***, на мой взгляд, и есть непосредственное выражение его аутентичности.

В ***состоянии креативного незнания*** взрослый субъект также как и ребёнок свободен от условностей и априорных самоопределений и убеждений и движим интенциями бессознательного. Эти интенции бессознательного выражаются в интуиции, догадках, гипотезах и мыслительных экспериментах относительно возможностей и перспектив выхода из тупика и обретения искомого желаемого результата и ценностного состояния. Иначе говоря, ***характеристики и свойства нового качества открываются нам в прединсайтном варианте как проявление нашей аутентичности.***

Этот вывод, основанный на эмпирических наблюдениях процесса выхода субъекта из тупиковых ситуаций, дорогого стоит. **Во-первых,** он показывает бесплодность попыток многих философов, психологов, антропологов прошлого и современности обнаружить институциональные формы нашей аутентичности. «Глубинное Я», «Self», «энтос», «самость», «душа», «дух» и другие родственные категории апеллируют к ***функционально-динамическим смысловым явлениям.***

Во-вторых, эти явления представляют собой системы критериев, конгруэнтных каждый момент жизни человека его «эволюционному проекту». ***Эмпирически мы знаем появление «эволюционного проекта» — то есть аутентичности — в сигналах конгруэнтности.*** Во многих случаях отклонения от этого проекта или соответствия ему мы воспринимаем эти сигналы — сигналы неконгруэнтности и сигналы конгруэнтности. Чувствительность человека к этим сигналам, которые ***более точно следовало бы назвать сигналами аутентичности,*** составляет основу развития его индивидуальности в соответствии с «эволюционным проектом».

В третьих, вместо бессмысленного «глубинного закапывания» в область архетипов и интерпретации как способа дополнительной мифологизации психологических проблем в попытках найти «зерно истины страдания», ***важно переориентировать современную психологию и психотерапию на актуализацию и поддержку аутентичных форм.*** Методологически несостоятельными в рамках предлагаемой парадигмы оказываются катартические методы и методы эмоционально-стрессовой терапии. В этом классе модальностей психотерапии особое место занимают всевозможные методы арттерапии, терапии творческим самовыражением (М.Е. Бурно), эриксоновская гипнотерапия, генеративное нейролингвистическое программирование. Привлекательными для такого подхода становятся некоторые восточные (ци гун, йога) и эзотерические практики (типа симорон).

Особое место в системе психотерапевтических практик, ориентированных на актуализацию аутентичных форм занимают методы, направленные на генеративное мышление. Генеративное мышление как раз в наиболее полной мере отвечает требованиям — интенциям аутентичности нашей индивидуальности. Генеративное мышление представляет собой систему мыслительных заданий-экспериментов, открывающих для субъекта полноту понимания и осознавания вызова и возможности тестовых ситуаций. Принимая вызов тестовых ситуаций и осознавая необходимость и возможности таких ситуаций, субъект в процессе генеративного мышления «опредмечивает в опыте» интенции своей аутентичности.

Итак, ***уроки, которые мы берём посредством совладания с трудностями тестовых ситуаций, на самом деле есть каждый раз реализованные в опыте интенции-требования «эволюционного проекта».*** Это и есть непрерывный процесс жизни. К. Г. Юнг назвал это процессом индивидуации, а А.Маслоу — процессом самоактуализации. Несмотря на принципиальную разницу этих позиций, очевидно одно важное сходство: и первая, и вторая концепция предполагает «эволюционный проект», по которому осуществляется и индивидуация, и самоактуализация путём генеративного расширения «узких мест» в непрерывном событийном жизненном потоке.

А вот вопрос — чей это проект? — опять же методологически несостоятелен. Ведь по мере приближения человека в опыте своего жизненного познания к осуществлению этого проекта его роль в качестве собственно субъекта по вполне понятным причинам становится минимальной и в конечном итоге сводится «на нет». Наверное, в этом-то и состоит мудрость — стать и быть полностью конгруэнтным своему «эволюционному проекту».

ДЕЛА МОЛОДЫХ

С 9 по 13 апреля 2012 г. в МГУ имени М.В. Ломоносова проходила Международная научная конференция студентов, аспирантов и молодых учёных «Ломоносов». География участников конференции очень обширная — от Петропавловска-Камчатского на востоке страны до Калининграда на западе, ближнее и дальнее зарубежье.

Основная цель конференции — развитие творческой активности студентов, аспирантов и молодых ученых, привлечение их к решению актуальных задач современной науки, сохранение и развитие единого научно-образовательного пространства стран СНГ, установление контактов между будущими коллегами. Работа конференции проходила по 32 секциям, отражающим основные направления современной фундаментальной и прикладной науки.

В конференции принял участие студент третьего курса геологического факультета КубГУ, член партии «Единая Россия» А.Н. Шепель и его соавтор А.Р. Сергеев. В процессе работы секции «Геология» они представили доклад «Электрическая анизотропия флишевых толщ Черноморского побережья Краснодарского края на примере п. Агой», подготовленный по материалам учебной геофизической практики под руководством профессора В.В. Стогния. В докладе обосновывается новое для Краснодарского края направление геофизических исследований — круговое электрическое профилирование, эффективное для решения многих видов геологических задач, в том числе такой важной и сложной, как картирование флишевых толщ. А.Н. Шепель и А.Р. Сергеев награждены грамотой за лучший доклад на конференции.

Содержательные и красочные доклады, продемонстрированные на конференции представителями ведущих научных центров России и зарубежья, создали необыкновенную обстановку, ауру научных исследований, привлекающую многих специалистов. Международная конференция «Ломоносов» способствует творчеству молодых исследователей.

На фотографии студент геологического факультета КубГУ А.Н. Шепель и ректор МГУ имени М.В. Ломоносова, академик РАН В.А. Садовничий.

Образ успешного человека

(продолжение, начало в № 7 за 2012г.)

1. У меня ясные цели в жизни — Я не знаю, чего хочу.
2. Я пользуюсь любой представленной мне возможностью — Я очень часто упускаю предоставленные мне возможности.
3. Каждую полезную идею я превращаю в действие — Я не решаюсь на действия.
4. Я беру инициативу в свои руки — Я не могу начать дело.
5. Я настаиваю на своих правах — Я не могу бороться за свои права.
6. Я настаиваю на реализации своих целей — Я очень часто воздерживаюсь от претворения своих целей.
7. Я легко делаю деньги — Мне трудно делать деньги.
8. Я заслуживаю лучшего — Я должен довольствоваться минимумом.

Применяя изобилие, вы можете интегрировать все эти представления и тем самым создать внутри себя образ успешного человека. Вы должны делать это следующим образом. Берете первую пару полярностей и говорите: «У меня ясные цели в жизни — Я не знаю, чего хочу». Вы должны найти любую ситуацию, когда у вас была ясная цель. Далее должны выбрать короткое мгновение из этой ситуации, так называемый пиковый момент, который длится 1-2 секунды. Затем применить метод ГП-3 к этим двум полярностям, пока они не будут интегрированы. Спустя некоторое время вы должны будите интегрировать другую пару полярностей: «Я пользуюсь любой представленной мне возможностью — Я очень часто упускаю предоставленные мне возможности». Продолжайте работу в естественном темпе, без спешки, занося в дневник свои мысли о Процессинге, пока не будут интегрированы все восемь пар полярностей. Вы можете добавить к ним другие пары полярностей, из которых, по вашему мнению, состоит эта маска.

В силу возможности этого принципа повторю его еще раз. Необходимо создавать в себе положительные образы, состоящие из желаемых способностей и характеристик. Они автоматически обусловят появление положительной деятельности, и вы без особых усилий получите хорошие результаты. Поистине, некоторые люди достигают их и без хороших образов. Получают их на короткое время и за счет неимоверных усилий. Чтобы противостоять ситуациям, сложившимся за пределами возможностей их масок, они принимают успокоительные средства, пьют вино, курят в моменты напряжения, борются с высоким давлением. Этого можно избежать. Здесь могут помочь положительные образы, и не беспокоиться о результатах.

После создания положительных образов, являющихся прочной базой для достижения глубоких изменений в жизни, следует пользоваться кинезиологией- интеграции следующего перечня пар полярностей. И вот тогда, без всяких проблем, образуется поток материальных средств, в первую очередь, денег.

1. Успех в деньгах — Неудача в деньгах.
2. Отдавать деньги — Получать деньги (материальные блага).
3. Просить деньги — Предлагать деньги
4. Выиграть — Проиграть.
5. Наживать деньги — Тратить деньги.
6. Наживать деньги — Экономить деньги.
7. Получать деньги — Терять деньги.
8. Иметь деньги — Не иметь деньги.
9. Приятные ощущения, когда имеешь деньги — Неприятные ощущения, когда не имеешь деньги.
10. Приятные ощущения, когда имеешь деньги — Ощущение вины, когда не имеешь деньги.
11. Проматывание денег — Скаредность
12. Неприятные чувства, когда денег нет — Приятные чувства, когда деньги есть.
13. Ощущение силы при наличии денег — Ощущение бессилия при отсутствии денег.
14. Деньги — Любовь.
15. Деньги — Духовность.

Все пары полярностей очень важны. Когда, снимая весь заряд между деньгами и любовью, мы добиваемся их интеграции, деньги становятся такой же привлекательной силой, как и любовь, и возникают такие же сильные и возвышенные чувства. Многие люди, испытывают проблему с деньгами, потому что обременены глубоким убеждением, что невозможно быть духовным и в то же время иметь деньги, и что необходимо напрячься, чтобы добыть деньги. Если они, по стечению обстоятельств, оказываются в финансово благополучном положении, чувство вины захлестывает их. В качестве идеала, они выбирают людей, которые, по их твердому убеждению, глубоко духовны и не обращают особого внимания на материальный достаток.

В решении проблем очень важно понимание. У денег нет души, но бывает впечатление, что это не так. Каждый человек, который хочет получить приличные деньги, должен выполнить этот процесс! Если вы знаете, как выполнить, то следует проникнуть глубоко в отношения с деньгами. Если эти отношения являются отрицательными, то следует применить изобилия и снять весь существующий заряд с этих отношений. Затем человек должен обработать все соответствующие позиции, то есть позиции, на которых скопился негативный заряд. А в окружении могут быть люди, например, родственники, близкие, друзья, которые способствуют скоплению заряда на отношении человека к деньгам. Как относятся родственники человека к способностям последнего зарабатывать деньги? А может, брат считает, что человек не заслуживает лучшей жизни? Сопротивляются ли его друзья той мысли, что у их друга постоянно увеличиваются доходы? Относится ли кто-либо из окружения с завистью к его способностям делать деньги? Все надо прочищать.

Последней, крайне важной, является позиция самих денег. В этом процессе человек должен отождествлять себя с деньгами как с сознательным существом. Затем он, с точки зрения денег, оглядывается на свое старое «Я», чтобы увидеть и прочувствовать то, что деньги думают и ощущают в отношении него. Каково отношение денег к этому человеку? Чувствуют ли деньги, что человек не заслуживает их? Любят ли деньги этого человека или ненавидят его? Отвергают ли деньги его? Может быть, деньги хотят наказать его, потому

что этот человек часто говорит о ненужности денег? Если имеется какая-либо отрицательная реакция с точки зрения денег? Если имеется какая-либо отрицательная реакция с точки зрения денег (что означает наличие заряда), то следует провести Коррекцию.

Может быть, спустя некоторое время вы обнаружите другие полярности внутри себя, которые надо будет интегрировать. Некоторые полярности, которые вы первоначально записывали, будут без заряда, и их не надо будет обрабатывать. Каков же результат этих процессов? Опыт многих людей учит, что деньги не становятся для них проблемой! Это не значит, что вы автоматически становитесь богатыми, как и то, что вы превращаетесь в отшельника, полностью равнодушного к деньгам. Это значит только то, что я утверждал — деньги больше не будут для вас проблемой! Деньги будут приходить — и уходить, как вдох и выдох. В повседневной жизни они придут, когда вы будете нуждаться в них, и с другой стороны (помните другую полярность!) это означает, что вы будите ощущать сильную потребность помочь кому-то деньгами, когда они у вас появятся.

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

Индивидуальная психотерапия

Поговорим о нынешнем отношении к психотерапии. Сегодня многие стали осознавать необходимость в обращении к психотерапевту в сложных жизненных ситуациях. Однако, часто бывает, что прежде чем придти к психотерапевту, надо как следует настрадаться, пожить в своих переживаниях, а вот когда уже нет сил терпеть душевную боль, просто приходится спешить к психотерапевту.

Почему же так происходит? Причины могут быть разные: кому-то некогда заняться собой, кто-то надеется, что справиться сам или «само пройдет», а кто-то просто не знает на сколько все проблемы легко решаемы, особенно на ранних этапах.

Душевная боль и даже затяжной душевный дискомфорт — это сигнал: пора понять, что в моей жизни не так? Иногда удается разобраться самому или с помощью близких людей. Тогда все налаживается, и вы вновь получаете удовольствие от жизни. А если разобраться не удается, то каждый день окрашивается в серые цвета недовольства собой или окружающими. Как с этим жить? Плохо, неуютно. И непонятно, почему все так валится на меня? Сразу куча неприятностей!

Что делать в этом случае? Можно читать умные книжки и пытаться применить знания на себе, а можно просто прийти к специалисту и все решить за короткое время. Каждый делает свой выбор.

Книги, конечно, помогают, особенно в позитивном настрое на жизнь. Но конкретную проблему отношений или собственных страхов решить бывает просто невозможно.

«Почему?» — спросите вы. Да потому что, пытаясь разобраться в затянувшихся неприятностях, вы находитесь *внутри ситуации*, и сохраняете привычный взгляд на неё. Специалист же смотрит на ситуацию *снаружи*, то есть объективно. Опытный психолог или психотерапевт сразу же выстраивает в голове план работы в каждом конкретном случае. Это и называется *индивидуальным подходом*.

В решении простых проблем или какой-либо одной проблемы бывает достаточно одной консультации, а чтобы справиться со сложными, необходимо пройти курс психотерапии, длительность которой определяется скоростью положительной динамики. Чем поверхностнее проблема, тем быстрее она решается и наоборот. Многое зависит и от индивидуальных особенностей обратившегося человека.

Своевременное обращение к психотерапевту можно сравнить со своевременным обращением к стоматологу. В нашей культуре стало уже привычным следить за здоровым состоянием зубов, и это правильно. Небольшой кариес лечится легко и безболезненно, запущенные зубы (особенно после бессонной ночи) требуют от врача и пациента больших усилий, больше терпения и больше времени. Так и в психотерапии: пришла молодая женщина с проблемой взаимоотношений со свекровью (часто встречающаяся проблема непонимания в молодых семьях) и быстро решила эту проблему за одно занятие с психотерапевтом, увидев ее под другим углом и поняв как надо правильно строить отношения с матерью мужа, чтобы все были довольны. И в данной семье уже не будут копиться обиды друг на друга, и невестке совсем не трудно, понимая свекровь, лишний раз улыбнуться ей и сказать доброе слово.

Сложнее устраняются *застарелые страхи* и *панические атаки*, так как в этом случае приступы страха возникают по типу патологического условного рефлекса, который следует в процессе психотерапии не просто «стереть», а и заменить на нормальную спокойно-устойчивую реакцию организма, разобраться в причинах возникновения страха и устранить их. А для этого требуется длительная работа, в ходе которой надо достичь хороший результат, а затем закрепить его.

Чаще достаточно одного курса психотерапии в 10 сеансов, но в сложных случаях требуется больше. Аналогичный подход требуется и при психосоматических заболеваниях, когда врачи поликлиники не находят патологии, а пациент страдает. В этом случае обычно говорят: «Это у вас на нервной почве». Остается только подлечить нервную систему, а для этого следует обратиться к психотерапевту. Потому что коррекцией психоэмоциональной сферы занимается именно *психотерапевт*.

Межличностными проблемами занимаются психотерапевты и *психологи*. Семейные проблемы легче решаются на ранних стадиях конфликта. В «предразводном» состоянии наладить семейные отношения очень сложно, а иногда просто невозможно. В этом случае уже следует подумать, как восстановить себя после развода и начать жить по другому.

В любом из случаев затяжного стресса лучше своевременно обратиться к специалисту и устранить все, что с ним связано, чтобы не копить груз переживаний и не носить его дольше, чем он того заслуживает.

Трудности нас закаляют, но застревать в них не следует. Тогда жизнь становиться ярче, интереснее и плодотворнее. Время, которое раньше тратилось на переживания или болезни, находит другое, более полезное применение.

Удачи вам в реализации себя, а специалисты всегда готовы помочь сделать вашу жизнь и жизнь ваших близких счастливее.

Василец Татьяна
психотерапевт высшей категории,
действительный член ППЛ,
сертифицированный коуч.

Эффективные симоронские техники

Как уже известно, нет точных рецептов с указанием конкретных единиц измерений и действий. **Каждая симоронская техника, каждый ритуал** для того, кто его проводит — **уникален**, это только личный опыт, основанный на опыте и подсказках других.

Предложенные техники дополняются или видоизменяются, в зависимости оттого, что «мурчит», т. е. что вы считаете нужным сделать, и как в вашем понимании это правильно надо делать. Все легко и просто, а главное полная свобода и никаких навязанных мнений.

Любые проводимые ритуалы, лучше всего делать в **компании таких же симористов**, как и ты — для усиления эффекта, потому, что все действия тут — шутки, хорошее настроение и отрыв по полной. Сейчас следует отметить, что почти все ритуалы сопровождаются симоронскими танцами, кто-то может посчитать их какими-то ***шаманскими, кто-то безумными,*** но очень действенными, так как помогают поймать это состояние «парения». Действуйте, практикуйте, улыбайтесь, веселитесь — вот основа основ.

1) «НЕЯКАНИЕ» Например, передо мной холодильник. Озвучиваю для наглядности свои мысли:- Белый, глянцевый — не я... Высотой в два метра — не я... Гудит равномерно — не я... Внутри килограммы разных продуктов — не я... Шнур тянется к розетке — не я... Не старайтесь в обязательном порядке высмотреть всё, что отличает вас от данного объекта, — желательно лишь дойти до момента опустошенности, достаточности, когда просто уже не хочется говорить...

2) Симоронский танец — в движениях, главное, не останавливаться и не повторяться. Движения должны быть непредсказуемыми — за ним стоит работа мозга. Этой работе нужно отдавать энергию и время. Если сможешь при всей толпе выйти станцевать и спеть, значит ты на крыльях полета. Нужно

двигать шеей, глаза должны смотреть вперед, двигать всеми частями тела. В танце важно — смена ритмов, беспрерывность движения, творчество. Если человек в прорыве, то нужен спокойный и плавный танец, если он в отступлении — то танцевать нужно резко и интенсивно. В одном танце должны быть и плавность и резкость. Еще нужно делать движения на вестибулярный аппарат, т.е. находиться в балансировании, специально терять равновесие. В день 30 минут танца и этого достаточно, чтобы быть в норме и не идти в прорыв.

3) Техника «Самообгон». Самообгоны строятся на постановке цели. Часто возникает желание пропустить опасный период и начать жить с комфортного времени. Можно свалиться в «Дай...». «Когда моя кошка выздоровеет, она будет пахнуть и мурлыкать» — это неправильно. Классический самообгон — когда моя кошка выздоровеет, она родит котят от американского астронавта и котята будут продаваться на аукционе Сотбис по цене 1000 долларов за штуку и т.д. Самообгон проговаривать вслух, если это не очень к месту, то можно прикрыться платком, шарфом, салфеткой. Самообгон нельзя выучить и повторить, для каждого состояния нужно придумать что-то новое.

4) Благодарение — благодарим Ванечку (препятствие) за предупреждение о том, что я могу болеть долго и мое место займет другой сотрудник, мне придется искать новое место работы, ходить по собеседованиям и предлагать услуги разным компаниям, за это я дарю Ванечке спокойствие и умиротворенность и подарок — вагон сладостей и игрушек, перевязанный алой лентой.

5) Практика «Переименования»

Возникла какая-то сложная или нежелательная ситуация? Вместо того чтоб сидеть и расстраиваться (жалеть, обвинять, неумело бороться с безысходностью и т. д.), надо отпустить ситуацию и взглянуть на все под другим, неимоверным углом. Сказать самому себе:

«Все, я — не я, Я теперь — например, лягушка с жемчужным ожерельем, прыгающая на площади».

Почему лягушка? Это в данном конкретном случае — лягушка, первое, что пришло мне на ум в моей ситуации.

Правильно будет не пытаться выдумать, ища какие-то тайные смыслы, а «примерять на себя» те первые, может и слегка безумные образы, лезущие в голову, именно они будут правильным решением. И дальше уже со стороны этого существа или предмета, взглянуть на ситуацию. Теперь вы — просто зритель, который не сильно переживает в сложившихся условиях. И именно в этом случае, ваш мозг, который просто анализирует, подскажет правильное решение.

6) «Якательные» переводы

Опять таки, что-то не получается или что-то надо «позарез». **Опиши на листе бумаги** (все мы знаем, что написанное имеет большую силу) ситуацию, которая тебе не нравится, мешает, мучает, не дает уснуть по ночам.

Каждый, конечно же, сразу понял, о какой конкретно его ситуации идет речь. Но писать надо, заменяя всех участников местоимением «Я».

Прочти, что получилось. Во-первых, как минимум это был повод улыбнуться, а значит показать этой ужасной ситуации, что **она не такая уж и ужасная.** Кроме того, читая такое однобокое описание, понимаешь, что весь мир крутится вокруг тебя, ты — причина и следствие любого происходящего действия. Следовательно, только в твоих силах все исправить или повернуть в ту сторону, которая тебе больше улыбается. Чтоб еще отойти от ситуации можно переименоваться по вышеописанной практике, и **все сложится в твою пользу.**

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

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.

Декадник открывает научно-практическая конференция **«Системные факторы развития психотерапии, практической и консультативной психологии на Юге России».**

Тренеры декадника

1.Макаров В.В. (Москва).
лекция: «Сценарии персонального будущего»
утренняя практика «Океан»
тренинг: «Счастье»
«Пространство любви»

2.Доморацкий В.А. (Минск, Белоруссия)

д. м. н., заведующий кафедрой общей и клинической психологии БГУ, профессор кафедры психиатрии и медицинской психологии Белорусского государственного медицинского университета, врач-психотерапевт, сексолог, психиатр высшей категории. Руководитель модальности «Эриксоновская психотерапия и эриксоновский гипноз» в Профессиональной Психотерапевтической Лиге. Официальный преподаватель и супервизор практики международного класса ППЛ. Сертифицированный специалист в области эриксоновского гипноза, семейной и супружеской терапии. Автор и соавтор 6 книг по актуальным вопросам психотерапии, психиатрии и сексологии.

тренинг: «Базовые навыки ДПДГ (Десенсибилизация и переработка движениями глаз)»
«Психотерапия женской аноргазмии и других сексуальных проблем у мужчин и женщин»

3.Рихард К. Бламауер (Германия)

Основатель Международного института психоорганического анализа в Германии, психоаналитик психоорганической практики, Вице-президент Европейской Ассоциации психоорганического анализа.

лекция: «Что такое психоорганический анализ? Презентация метода и школы»

4.Силенок Петр Федорович(Краснодар)

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

тренинг: «Провокативная психотерапия» «Генеративня психотерапия — демонстрация»

5.Чеглова Ирина Алексеевна (Москва)

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

лекция: «Управленческие роли. Модель Ицхака Адизеса»
тренинг: «Театр архетипов»
«Зеркало Венеры: дело и деньги, чувства и отношения в жизни женщины»

6.Зозуля Зинаида Викторовна (Анапа)

к.п.н., действительный член ППЛ, преподаватель психологии, практический психолог, психолог-кинезиолог.

«Кинезиология. Единый мозг»-1-ая ступень

7.Чобану Ирина Константиновна (Москва)

Врач-психотерапевт, к.м.н., психотерапевт Единого Европейского реестра и Всемирного реестра профессиональных психотерапевтов, действительный член Профессиональной Психотерапевтической Лиги, преподаватель и супервизор международного класса.

мастер-класс: «Возможности психотерапевтической кинезиологии в работе с аутоагрессией»

8.Силенок Инна Казимировна (Краснодар)

психолог, бизнес тренер, мастер НЛП, Председатель Совета по психотерапии и консультирования Краснодарского края и республики Адыгея, официальный представитель ЦС ППЛ по ЮФО РФ, директор центра «Логос»

Тренинг: «Использование техник НЛП в переговорах»
«Генеративный подход в работе с родителями»

9.Лях Игорь Вячеславович (Новосибирск)

врач — психотерапевт, действительный член ППЛ, психотерапевт единого реестра психотерапевтов Европы (ЕАП), Действительный супервизор ППЛ, официальный представитель ЦС ППЛ в Западной Сибири, руководитель Новосибирского регионального отделения ППЛ, заведующий психотерапевтическим отделением Клиники «Инсайт».

Супервизионная группа

10.Шмаков Вадим Михайлович (Челябинск)

психолог, психотерапевт Единого реестра профессиональных психотерапевтов Европы, действительный член ППЛ, сертифицированный консультант национальной аккредитации, официальный преподаватель и супервизор практики ППЛ

«Телесные метафоры в психотерапии»
«Мультимодальня супервизионная группа»
«Медитации на каждый день»
ночной марофон «Тибетские сказки»
ночной марофон «Медитативные и огненные практики»

11.Ащеулова Оксана Ивановна (Москва)

психоорганический аналитик (Европ. Сертификат), сертифицированный официальный преподаватель и супервизор практики Международного класса ППЛ, руководитель модальности — психоорганический анализ. Руководитель и преподаватель студии восточного танца и танцедвигательной терапии HASSELL, судья 2-ой категории ОРТО

мастерская-тренинг: «Восток-тело тонкое или Путешествие в телесное зазеркалье »

12.Кошанская Анжелика Геннадьевна (Майкоп)

к.п.н., доцент кафедры психологии АГУ, действительный член ППЛ, член Совета по Психотерапии и психологическому консультированию Краснодарского Края и Р.Адыгея.

13.Шавернева Юлия Юрьевна (Майкоп)

к. п.н., доцент кафедры психологии АГУ, автор более 25 научных статей, действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги, практикующий семейный консультант .

«Искусство самоподачи и самопрезентации»

14.Бакалдин Сергей Витальевич (Краснодар)

к.п.н., психолог-психоаналитик, член Европейской Конфедерации Психоаналитической Психотерапии — Национальной Федерации Психоанализа Россия, действительный член ППЛ, специалист Гильдии Психотерапии и Тренингов г. Санкт-Петербург, член Совета по Психотерапии и Консультированию Краснодарского края и республике Адыгея; практикующий специалист в области индивидуальной и групповой психоаналитически ориентированной работы.

мастер-класс: «Личность в зеркале сновидений. Введение в групповую структурированную работу по интерпретации сновидений»

15.Васютин Александр Михайлович. (Москва)

врач-психотерапевт, действительный член Профессиональной психотерапевтической лиги, тренер и супервизор ППЛ, автор 35 книг, в том числе книги «Психохирургия или психотехники нового поколения».

лекция: «Психосоматика - золушка современной психотерапии»
тренинг: «Стань разумным, эгоистом!»
мастер-класс: «Психохирургия или психотехники нового поколения. Мультимодальный авторский метод лечения психосоматических расстройств». Второй курс: «Машина времени» — способ коррекции бессознательного через работу с событиями жизни и с целью изменить будущее»

16. Гусарова Е.Н (Краснодар)

кандидат педагогических наук, доцент, заместитель заведующего кафедрой педагогики и психологии Краснодарского государственного университета культуры и искусств, практикующий психолог, действительный член Профессиональной Психотерапевтической Лиги. Проводит семинары, тренинги и индивидуальное консультирование по различным аспектам педагогики и психологии с 1997 г.

тренинг: «Эффективное общение с «трудными» клиентами»
мастер-класс: «Социально-психологическая адаптивность с применением арт-терапии»

17. Колинько Валерий (Москва)

Директор метода Сильва в России, Член Европейского Союза Психотерапевтов, врач, психолог, психотерапевт.

мастер-класс: «Живи и богатей»
«Путь к себе»
«Мужчина и женщина»
«Я и моя сексуальность»

18.Лян Вадим Николаевич (Ростов-на-Дону)

психотерапевт, психолог, руководитель Центра системной психологии и психотерапии.

19. Сорокина Татьяна Николаевна (Анапа)

наблюдательный член ППЛ, педагог высшей квалификационной категории, психолог, сертифицированный специалист в области кинезиологии.

мастер-класс: «Кинезиология. Три взгляда на стресс

20.Голубев Василий Георгиевич (Краснодар)

действительный член, преподаватель и супервизор ППЛ, врач психотерапевт, бизнес-тренер (IIMD), коуч (ICSTH-ICF).

мастер-класс: «Технология глубинного скольжения»

21. Романенко Евгения Юрьевна (Иркутск)

врач-психотерапевт, Действительный член ОППЛ, руководитель Восточно-Сибирского отделения Лиги в г. Иркутске, сертифицированный преподаватель ОППЛ, автор нескольких тренингов личностного роста.

мастер-класс: «Карты ТАРО для психолога»
тренинг: «Построение прибыльной карьеры психолога»
«Раскрытие внутренних ресурсов»

22. Долженко Александра Сергеевна (Ростов-на-Дону)

психолог, психодраматерапевт международного класса, консультант по методу Роршаха, психотерапевт по методу символдрама.

психосоматическая мастерская: «Жизнь всласть!»
мастер-класс: «Мужчина и женщина.
продолжение на 8 стр.

Центр всестороннего развития личности

«Инсайт»

г. Новороссийск

15 — 18.06.2012 г.

семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.1

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

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

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»

Апрель

26 апреля — «Семейные отношения»
28 апреля — «Работа с конфликтами»

Май

5 мая - Лекция «Выбор брачного партнера»
10 мая - «Мужчина и женщина. Гендерная психология»
15 мая - Старт Конкурса «Семья года»
17 мая - «Семейные отношения»
22 мая - Сказкотерапия для взрослых. Брус Иван, мастер-практик НЛП, сертифицированный специалист Эриксоновского Гипноза
26 мая - Тренинг «Межличностные отношения»
29 мая- «Школа молодых родителей»

Мероприятия молодёжного психологического клуба «Настроение»

Апрель

26 апреля — «Противостояние манипуляции с помощью НЛП», Артем Гончаров, НЛП-практик
28 апреля -«Работа с конфликтами»

Май

10 мая - Арт-терапия
14 мая - «Коучинг. Технология 100% достижения целей. Духовный выбор», Пышный Алексей, НЛП-мастер, сертифицированный коуч, специалист по Эриксоновской терапии и гипнозу
16 мая - «Психология общения»
19 мая - Семинар-тренинг «Управление временем»
23 апреля - Психология труда. Проф. ориентация
24 мая - Коммуникативный тренинг «Противостояние манипуляции с помощью НЛП», Артем Гончаров, НЛП-практик

Участие бесплатное.

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

---

21 — 24.06.2012 г.
семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.1

Стоимость 4900р.

Программа соответствует стандартам международной ассоциации НЛП

19-22.07.2012 г.
семинар-тренинг

НЛП

Базовый этап 1.2

02, 03.06.2012 г.
Супружеские отношения

07 – 10.06.2012 г.
Психология лидерства

13 – 15.07.2012 г.
Психологическое консультирование

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

Во весь «Логос»

25-26 мая 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология
5 часть. Громче слов

с 24.05 — 27.05. 2012г.
семинар-тренинг
Кинезиология
10 часть
Жадность, бог и вина

с 21 по 24.06. 2012г.
углубленная часть
семинар-тренинг
Кинезиология
1,2 часть
начало в 10.00

22-23 июня 2012г.
Кинезиология
«Отрицание или дорога в никуда»

19-22 июля 2012г.
Кинезиология
6 часть
Структурная нейрология

20 июля 2012г.
Кинезиология
Личное счастье

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

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

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 25 по 28.05.2012г.
начало двухлетней
программы по
Эриксоновскому гипнозу

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

Петр Силенок

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

Михаил Гинзбург

Предварительная запись обязательна.
При регистрации
за 3 недели скидка 10%

19.05-20.05.2012г.
семинар-тренинг
СИМОРОН
продвинутые техники

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

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

Маргарита Чен

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.

продолжение программы, начало на 7 стр.

Инициационный подход»

23. Полотнянко Анастасия Николаевна (Ульяновск)
врач-психотерапевт, действительный член и преподаватель ППЛ.
мастер-класс: «Краткосрочная полимодальная терапия»

24. Быков Кирилл Геннадиевич (Краснодар)
врач-психотерапевт, психиатр
мастер-класс: «Путь Воина, целителя, видящего и учителя»

25. Василец Татьяна Витальевна (Анапа)
врач-психотерапевт высшей категории, директор Психотерапевтического центра «Вдохновение»
мастер-класс: «Управление эмоциями»

26. Наталуха Инна Геннадиевна (Кисловодск)
к.п.н., к.э.н., доцент кафедры общей психологии Кисловодского института экономики и права.
мастер-класс: «Танцедвигательная терапия (танец мандала)»

27. Керимова Ольга Александровна (Краснодар)
Психолог-консультант, тренер, сертифицированный специалист по системно-феноменологическому подходу в области семейных расстановок, член Гильдии Психотерапии и Тренингов г. Санкт-Петербург, сертифицированный специалист по арт-терапии, преподаватель КубГУ.
мастер-класс: «Метафорические карты в системных расстановках»

28. Бадарин Игорь Владимирович (Краснодар)
бизнес-тренер, коуч, Мастер-НЛП.
Лактионова Оксана Владимировна (Краснодар)
коуч, бизнес-тренер.
мастер-класс: «Коучинг. Путь к гармонии»
«Денежный поток. Играем и богатеем!»

29. Пышный Алексей Григорьевич (Краснодар)
коуч, ассистент, координатор сертификационных программ
мастер-класс: «Развитие личной харизмы»
«Особенности управления групповой динамикой в тренингах, лекциях и семинарах»

30. Вербицкий Андрей Борисович (Краснодар)
практикующий специалист в области Эрикосоновского гипноза и психоанализа.
мастер-класс: «Ключ к управлению привычками»

31. Васильев Владимир Геннадьевич (Сочи)
врач-психотерапевт, сексолог
мастер-класс: «Прощение через отмщение»

32. Олейников Николай НЛП
практик, врач, педагог, психоэколог.
мастер-класс: Вставая волна огромная

И многие другие!
Программа продолжает формироваться!
Присоединяйтесь!

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!

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%, 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.

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