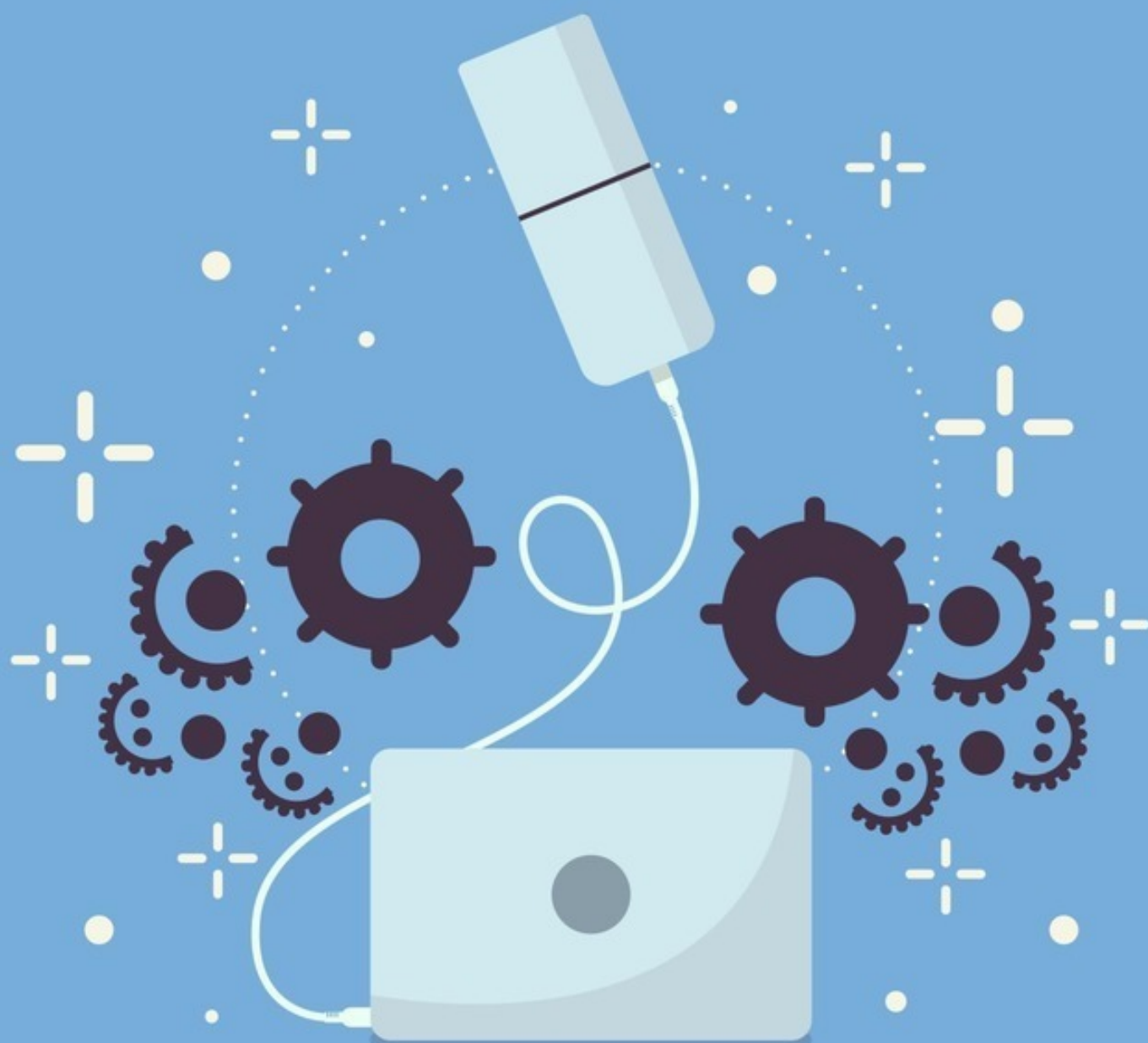


Олег Матвеев

# ЧТО ТАКОЕ Э-МЕТР?



Олег Матвеев

**Что такое э-метр**

«Издательские решения»

**Матвеев О.**

Что такое э-метр / О. Матвеев — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-969564-2

Цель этой книги — познакомить читателя с устройством, которое в разных кругах называют по-разному: прибор обратной биологической связи, электропсихометр, электрометр, Э-метр, Е-метр, Тета-метр, КГР-метр и т. д. Мы рассмотрим, как появилась идея использовать подобные приборы в психологической практике, зачем они нужны и есть ли смысл ими пользоваться.

ISBN 978-5-44-969564-2

© Матвеев О.  
© Издательские решения

# Содержание

Введение	6
Об авторе этой книги	7
Что такое э-метр с технической точки зрения	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

# Что такое э-метр

**Олег Матвеев**

*Дизайнер обложки* Софья Палюхина

*Редактор* Ирина Кундик

© Олег Матвеев, 2020

© Софья Палюхина, дизайн обложки, 2020

ISBN 978-5-4496-9564-2

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

Удивительно, сколько мифов, баек и небылиц было придумано про, по сути, простой физический прибор, измеряющие кожное сопротивление! В основном, постарались приверженцы саентологии (с одной стороны) и те, кто эту саентологию огульно критикует (с другой стороны).

Так, одни говорят, что сектанты используют э-метр для проверок на безопасность, в качестве детектора лжи, чтобы узнать тайные мысли человека (ниже я расскажу, почему это невозможно). Другие уверяют, что подобные устройства – это просто бесполезная бутафория для придания некой наукообразности своей деятельности. Третьи сверяют с прибором чуть ли не каждый свой шаг, считая, что с его помощью они получают прямой доступ к своему подсознанию и т. п.

В этой книге мы постараемся отбросить мифы и байки, и разобраться, чем же, на самом деле, полезен этот прибор для практикующих процессоров и психологов.

## Об авторе этой книги



По первому образованию я физик-теоретик, закончил физфак Санкт-Петербургского государственного университета, еще в школе начал увлекаться практической психологией и иностранными языками. В итоге, по завершении физфака, пошел не в науку, а в переводчики, причем в основном, вполне осознанно, работал на разного рода психологических тренингах, семинарах и обучающих конференциях, которых тогда было очень много. После нескольких лет работы я сначала получил образование переводчика-синхрониста и, кстати, долгое время по этой специальности и работал, а потом, в связи с особенностями собственного участия во многих мероприятиях, сертифицировался на тренера сразу по нескольким терапевтическим направлениям.

Несколько лет я обучался и практиковал в официальных и неофициальных организациях последователей Хаббарда, что довольно подробно описал в мемуарах, опубликованных мной

в сети под названием [«Семь лет среди тетанов»](#). Сразу хочу предупредить, что в этом тексте много «птичьего языка» и, если вы не знакомы с саентологией, чтение данных мемуаров не будет для вас легким занятием. История эта долгая и запутанная, и в принципе не имеющая особого отношения к предмету данной книги, за исключением того что именно в этих организациях я научился применять э-метр в работе с клиентами и применяю его до сих пор, хотя уже давно не имею к саентологии никакого отношения.

С психосоматикой я начал работать примерно в 2000 году, когда освоил методику «сокращения эпизодов травм», разработанную американским психиатром Фрэнком Гербоди в середине 80-х годов. До сих пор остаюсь с ними в хороших отношениях и числюсь единственным практикующим «метапсихологом», как они это называют, в странах СНГ.

В 2005 году я получил диплом практического психолога, с 2006 года участвовал в русском проекте запуска системы ПЭАТ Живорада Славинского из Сербии (тоже неплохо работающий с психосоматикой комплекс, о котором я даже выпустил книгу), а совсем недавно, в 2015 году – диплом клинического психолога от Московского психолого-социального университета, в рамках программы которого преподавал мой наставник по Исцелению воспоминанием и ученик доктора Рике Хамера и доктора Клода Саба – Жильбер Рено из Канады.

Таким образом, я ухитрился между делом получить аж ЧЕТЫРЕ высших образования – физика, лингвистика и две психологии.

Биопсихотерапией я заинтересовался углублённо в 2013 году, когда оказался на обучении у Жильбера Рено. С тех пор я прошёл у него не менее 500 часов обучения, включая множество разговоров в пути, за обедом, между занятиями и т. п. (т.к. я работал и работаю его личным переводчиком и ассистентом на семинарах).

Кроме этого, работал переводчиком и обучался на тренингах Энди Портера, Барри Файрберна, Живорада Славинского, Филипа Михайловича, Мэрилин Аткинсон, Джона Уитмора, Марши Рейнольдс, Хосе Стивенса, Аллена Оливера, Зорана Тодоровича, Джима Киркпатрика, Шломо Ариэля, Маши Беннет, Харальда Бауманна, Роберто Барнаи, Жильбера Рено, Ричарда Бартлетта и многих-многих других.

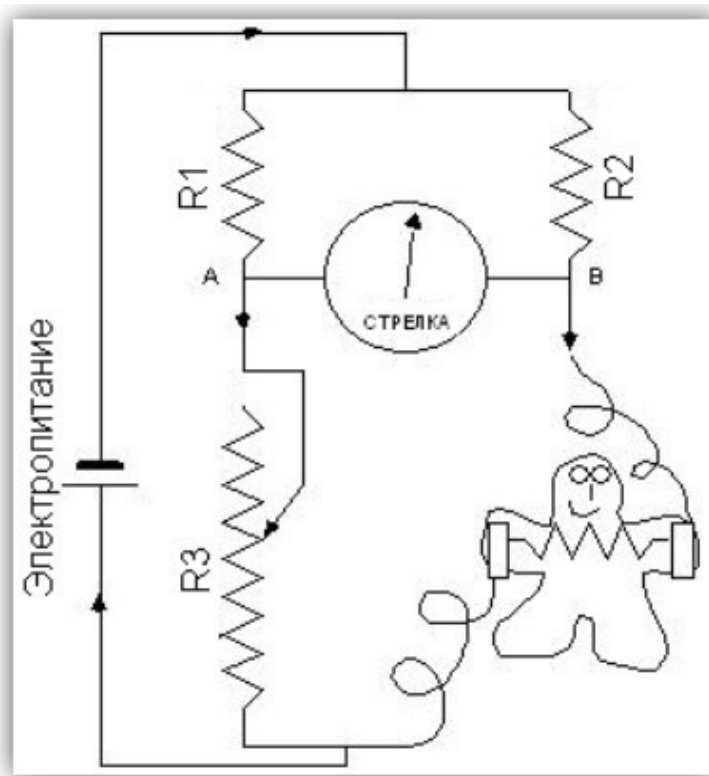
В работе я использую прикладную философию, подходы и техники Джеймса Лоули и Пенни Томпкинс (Чистый язык и Символическое моделирование), Гранта МакФетриджа (работа с триединым мозгом), Жильбера Рено (Исцеление воспоминанием), Барри Файрберна (Работа с ролями и актуальными проблемами жизни), Френка Гербоди (Метапсихология, СЭТ), Живорада Славинского (Глубокий ПЭАТ, ГП4, Аспектика, Трансценденция и пр), Саймона Роуза (РПТ-терапия), Флемминга Фанча (Преобразующий процессинг), Джона Галуши (Айденика), Юджина Джендлина (Фокусинг), Маршала Розенберга (Ненасильственное общение), Гэри Крейга (техника эмоционального освобождения), Рона Курца (хакоми-терапия), Роберта Антона Уилсона (квантовая психология), Арнольда Минделла (процессуально-ориентированная терапия), Владимира Баскакова (танатотерапия), Татьяны Дубининой (танцевально-двигательная терапия), Сатьярти (тантрические практики), Ричарда Бартлетта (векторная остеопатия), а также множество собственных разработок.

Постепенно у меня сформировался свой подход, своё видение процессинга, и я начал создавать и вести свои собственные авторские тренинги сначала под общим названием «Соло-практика», затем – «Ясная практика жизни», в которых я постарался собрать, аккумулировать всё самое лучшее и полезное. Разработал и реализовал программу Международной Академии Ясного Коучинга (МАЯК) – единственную в России и мире программу образования по психотехникам, по итогам обучения которой студенты получают дипломы установленного образца о профессиональной переподготовке по специальности «Клиническая психология. Системный консультант-психотехнолог».

## Что такое э-метр с технической точки зрения

Электропсихометр (э-метр) – это прибор, используемый для исследования психоэмоционального состояния человека. Его работа основана на том, что сопротивление кожи может быстро и значительно меняться в зависимости от активности нервной системы.

С технической стороны, э-метр – это обычный гальванометр (прибор для измерения малых постоянных электрических токов), подключенный к схеме из четырех сопротивлений, называемой мостом Уитстона.



Принципиальная схема прибора

На рисунке дана его простая принципиальная схема. Понятно, что реальный прибор устроен несколько сложнее. Суть же в том, что э-метр позволяет достаточно точно регистрировать даже незначительные изменения сопротивления.

Как вы видите, в схеме есть четыре сопротивления: два эталонных одинаковых сопротивления ( $R1 = R2$ ), одно сопротивление, которое на старых приборах подстраивали ( $R3$ ) и в качестве четвертого сопротивления выступает человек, держащий в руках два электрода – металлические цилиндры, так называемые «банки». Соответственно, схема устроена так, чтобы измерять сопротивление тела человека с банками в руках. При этом протекающий через тело человека ток очень мал и сам э-метр никак не воздействует на человека.

Давно доказано, что электрокожное сопротивление очень чутко реагирует на физические и психологические изменения в организме человека.

В норме электрокожное сопротивление человека в состоянии релаксации растёт, а в состоянии активации уменьшается. То есть сопротивление кожи возрастает, когда человек успокаивается и засыпает, и уменьшается при душевном волнении и мобилизации сил.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.