

Александр Катков



# **ПОЛИМОДАЛЬНАЯ ЭКСПРЕСС- ПСИХОТЕРАПИЯ**

Александр Катков

**Полимодальная  
экспресс-психотерапия**

«Издательские решения»

**Катков А. Л.**

Полимодалная экспресс-психотерапия / А. Л. Катков —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-00-605317-5

В монографии описывается теоретическое обоснование и технологическое содержание метода полимодалной экспресс-психотерапии. Обсуждаются варианты и результаты использования данного метода в наиболее распространенных клиентских группах. Книга полезна для специалистов-психотерапевтов и консультантов, действующих в сфере первичной психотерапевтической и психологической помощи.

ISBN 978-5-00-605317-5

© Катков А. Л.  
© Издательские решения

## Содержание

Введение	6
Актуальные временные форматы психотерапевтической помощи (литературный обзор)	7
Вводная информация	7
1. Первородная психотерапия как краткосрочная помогающая практика	8
1.1. Механизмы обеспечения эффективности краткосрочных форматов первородной психотерапии (по материалам психотехнического анализа)	11
1.2. Механизмы обеспечения эффективности краткосрочных форматов современной парапрофессиональной практики (по итогам психотехнического анализа)	20
2. Экспрессивные форматы профессиональной психотерапии	26
2.1. Механизмы обеспечения эффективности краткосрочных методов профессиональной психотерапии (по итогам психотехнического анализа)	32
Заключение по литературному обзору	34
Раздел I. Теоретические основы метода полиmodalной экспресс- психотерапии	35
Концепция адаптивно-креативного цикла	36
Конец ознакомительного фрагмента.	38

# **Полимодалная экспресс-психотерапия**

**Александр Лазаревич Катков**

© Александр Лазаревич Катков, 2023

ISBN 978-5-0060-5317-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Введение

Беспрецедентные вызовы эпохи, стремительный рост агрессивности среды (информационной, биологической, физической) в сочетании со стагнацией основных механизмов, поддерживающих приемлемые уровни индивидуального и социального здоровья – безотлагательные императивы Новейшего времени.

Такого рода императивы диктуют необходимость кардинального изменения доктринальных подходов в сфере обеспечения психического здоровья и психологического благополучия человека, группы, общества, осуществляющих свой жизненный путь в условиях прогрессирующих рисков.

Доминирующая в настоящее время идеология «протезирования» прогрессивно утрачиваемых компонентов биологического здоровья с необходимостью должна быть заменена на приоритеты форсированного развития интегрального здоровья за счет эффективной самоорганизации человека, группы, общества – ключевой адаптивной характеристики психической деятельности.

Достижение данной цели, как минимум, предполагает разворот фокуса внимания исследователей и практиков к возможностям профессиональной психотерапии, психологического консультирования и «бушующему» рынку психотехнологий в целом.

В данной связи, исследования, связанные с разработкой инновационных подходов в сфере эффективной первичной психотерапевтической помощи, являются особенно востребованными.

В свою очередь, необходимость обоснования экспрессивных (1—3 встречи со специалистом-психотерапевтом) форматов первичной психотерапевтической помощи связана со следующими обстоятельствами, выявленными в ходе проведения корректного социологического и психотехнического анализа:

- все более растущим запросом населения на эффективную и оперативную психологическую / психотерапевтическую помощь;
- несоответствием объема, качества и временных форматов предоставляемой психологической / психотерапевтической помощи актуальному запросу населения;
- недостаточной теоретической и практической (психотехнической) проработанностью темы оказания эффективной психотерапевтической помощи в наиболее востребованных экспрессивных – 1—3 психотерапевтические сессии – временных форматах.

Настоящая монография во многом устраняет этот неприемлемый дефицит.

## **Актуальные временные форматы психотерапевтической помощи (литературный обзор)**

### **Вводная информация**

Основная задача настоящего обзора – показать реальную картину использования краткосрочных форматов психотерапевтической помощи, как бы она не именовалась в различные исторические периоды. Но кроме того – проанализировать психотехнические механизмы, используемые при оказании такой помощи.

Соответственно, главная особенность обзора – проведение не только фактологического (культурно-исторического) анализа становления и развития экспрессивных форматов психотерапевтической помощи, но также и углубленного эпистемологического анализа имеющегося в нашем распоряжении материала.

В связи со всем сказанным, основными способами исследования профильного историографического материала в нашем случае являлись методы культурно-исторической реконструкции, психотехнического и комплексного анализа (вариант С, используемый при исследовании исторических текстов). Оба этих метода в свою очередь являются компонентами «большого» метода эпистемологического анализа (А. Л. Катков, 2021)

## 1. Первородная психотерапия как краткосрочная помогающая практика

Среди очевидных ценностей гуманитарного сообщества в сколь угодно отдаленные исторические периоды следует отметить возможность и необходимость помощи тем людям, которые переживают ситуацию кризиса: «Ибо если упадет один, то другой поднимет товарища своего. Но горе одному, когда упадет, а другого нет, который поднял бы его (Святая Библия, Книга Екклесиаста, глава 4, строки 9 – 12)».

Но кем же являлись представители сообщества, в чьи прямые обязанности входило не только оказание кризисной помощи – медицинской, духовной и прочей – но и предупреждение всевозможных угроз и опасностей, в изобилии встречавшихся на пути человека и в те далекие времена, (и ныне и присно)?

Традиционная точка зрения состоит в том, что на заре становления общинно-племенной организации человечества, наиболее умелые, первобытные носители накопленного опыта, а чуть позже – шаманы, колдуны, маги, жрецы или иные представители этого особого сословия – выступали в роли: посредника между миром людей и миром духов—богов; исследователя и хранителя знаний; организатора процесса передачи знаний следующему поколению (учителя, наставника); целителя, избавляющего от страданий; генератора и хранителя культовых традиций (Т. С. Сорокина, 1992; Т. Мейер-Штейнег, 1999).

Проведенная, в рамках эпистемологического анализа, культурно-историческая реконструкция системы фундаментальных допущений, лежащей в основе мировоззрения такой духовной элиты, может быть представлена в следующих тезисах: мир одушевлен, и во все зримых проявлениях реальности присутствует доля квинтэссенции – мирового духа; мир, таким образом, объединен (разделен лишь условно), и все предметные проявления реальности (вещи) взаимодействуют по законам симпатии; используя эти принципы симпатии – тайной взаимосвязи – можно добиться желаемого воздействия на процессы и состояния субъектов и даже «объектов» реальности; носителями этих сакральных (тайных, непередаваемых) знаний и способностей могут быть только лишь представители особого сословия, отмечаемые богами или духами.

Полный спектр психотехнической активности таких, особым образом отмеченных представителей племенных сообществ, согласно многочисленных, заслуживающих доверия свидетельств (Д. Фрейзер, 1986; К. Леви-Стросс, 1994; Л. Леви-Брюль, 1994; Э. Леви, 2008; М. Элиаде, 2008; К. Зилегманн, 2009; Б. Малиновский, 2015), был весьма широк. Начать с того, что именно они инициировали несущие смыслы бытия у своих соплеменников, подкрепляя эти ресурсные смыслы продуманными процедурами ритуалов и празднеств. Они же являлись и подлинными изобретателями мифов, ритуалов, праздников – мы бы сказали мега-технологий социальной психотерапии, потенциал которых успешно эксплуатируется до настоящего времени.

Здесь мы обратимся к фундаментальному труду выдающегося британского антрополога Б. Малиновского «Магия, наука и религия» (изд. 2015), на страницах которого этот замечательный автор обращает внимание на позицию шотландского ученого Робертсона-Смита, который считал, что первородная традиция духовной помощи представляет скорее *набор фиксированных практик*, нежели систему мифологических конструкций и догм. Здесь он однозначно поддерживает позицию шотландского ученого относительно того, что в исследуемой им сфере практика всегда предшествует теоретическим доктринам и что роль магических ритуалов является приоритетной в сравнении с любыми доктринальными построениями. Малиновский так же одобряет высказывания Робертсона-Смита, в которых прямо говорится о том, что



ритуальный обряд связан не с догмой, даже если таковая основательно разработана, а с мифологией, место которой стремиться занять религиозная догма.

Далее, Бронислав Малиновский, основываясь на многочисленных полевых и историографических исследованиях, формулирует свое заключение следующим образом: «Одно достижение современной антропологии мы не будем подвергать сомнению: осознание того, что магия и магические ритуалы – это... особый тип поведения, прагматические установки, построенные в равной степени на *здоровом смысле, чувстве и воле*. Это и образ действия, и системы верований, и социальные феномены, и *личные переживания*» (Б. Малиновский, цит. по изд. 2015). То есть, этот выдающийся ученый, как собственно и многие другие признанные авторитеты, специализирующиеся в данной области, считал, что магические ритуалы и магическое мировоззрение выполняли отчетливую социально-адаптивную функцию.

В качестве примера такой приоритетной и общепризнанной версии «совершенно ясных и естественных причин» появления магического мировоззрения и соответствующей ритуальной практики, традиционно интерпретируемых как способ адаптации и обустройства жизни в непредсказуемом и опасном мире, можно привести точку зрения известного исследователя первобытной культуры Э. Б. Тейлора (цит. по изд. 1989). Сходную установочную позицию мы встречаем и у известнейшего исследователя-историографа первородных магических культов Джеймса Джорджа Фрэзера, автора фундаментального тематического труда «Золотая ветвь» (в полной версии это двенадцать объемных томов). Именно здесь содержится бесценная «картографическая» информация о магических мифах, ритуалах, обрядах и верованиях в доступном множестве этнических групп (Д. Д. Фрэзер, цит. по изд. 1986).

Углубленный анализ процитированных и многих других источников (см. библиографию А. Л. Катков, психотехнический анализ магических практик, 2012) показывает, что действенность магических ритуалов основывается на факторах: личного влияния харизматических лидеров – генераторов и носителей традиций духовной помощи, впечатляющей предметности самого ритуала обращения в особым сущностям, открыто или скрыто включающего «стыковочный» сценарий такой помощи; а также – на феномене Веры, который в собственно психотехническом значении понимается, в том числе, и как возможность организации особого доступа к супер-ресурсным инстанциям психического.

Сами же процедуры проведения магических ритуалов и мистерий – как правило «одноразовые», не столь продолжительные, но весьма драматические акции, сопровождающиеся экзотическими – т. е. выходящим за пределы обыденного или так называемого «нормативного» статуса – переживаниями участников.

Далее, нас интересует широкое распространение «бытовой» магии, как способа оперативной психотехнической помощи, и существенной роли этой будто бы языческой традиции – несмотря на строжайшие религиозные запреты – во все последующие исторические эпохи и в том числе в эпоху Новейшего времени.

Так, о широком распространении относительно простых магических ритуалов в жизненном пространстве людей раннего западноевропейского средневековья упоминали французские ученые Ф. Арьес, Ж. Дюби, П. Вейн, П. Браун, И. Тебер, М. Руш, Э. Патлажан (2018).

В известном труде Джорджа Лаймана Киттреджа «Колдовство в средние века: Подлинная история магии», опубликованного в начале прошлого века, обращают на себя внимание фрагменты, касающиеся распространения феномена магического сознания. Так, на основании огромного массива изученных им материалов Киттредж утверждает следующее: «Вера в колдовство является всеобщим наследием человечества. Она не связана с каким-то конкретным временем, только одной расой или формой религии... В XVII веке вера в ведовство была практически повсеместной даже и среди образованной части населения, что же касается простого народа – то тут она была просто всеобщей» (Дж. Л. Киттредж, цит. по изд. 2009).

Это очень интересный и глубокий вывод, особенно если иметь ввиду, что практически все эти люди, о которых здесь говорится, считались и являлись таковыми – по всем учитываемым «стандартным» признакам – истовыми христианами, т. е. адептами доминирующей религиозной конфессии. По наблюдениям Киттреджа такая же ситуация имела место и в современную ему эпоху: «Большинство людей до сих пор верят в существование той или иной формы колдовства... воспроизводят относительно простые магические ритуалы, защищающие и помогающие преодолевать трудности».

То есть, широкое распространение достаточно «компактных» магических, мистических, эзотерических ритуалов и практик отмечалось буквально во все исторические эпохи, несмотря на строгие запреты и скептическое отношение просвещенной элиты. Примечательно, что даже и Новое и Новейшее время не являются здесь исключениями. Более того, в последние десятилетия отмечается небывалая популярность магического «новодела», такого как «квантовое исцеления», моментальная трансформации с использованием альфа-тетта-сознания и проч. (Д. Джонстоун, М. Пилкингтон, 1999; Д. Стазерленд, 2007; П. Данн, 2008; Д. Тайсон, 2009; Роберт Стоун, 2013; Фрэнк Кинслоу, 2013).

Также, следует отметить не только потребительский но профессиональный интерес к традиционным практикам целительства и помогающей магии, проявляемый со стороны отдельных представителей психологического и психотерапевтического сообщества. По большей части, это исследования, механизмов быстрых, подчас «чудесных» конструктивных изменений, достигаемых при использовании таких первородных помогающих практик. Так, в публикациях последних лет описываются универсальные («стыковочный сценарий» по Р. Д. Тукаеву) и суггестивные (А. Ф. Бондаренко) механизмы знахарства и целительства. В статье С. В. Масловой «Психотерапия – возрожденный шаманизм или новый вид социальной экспертизы» (2012) проводится интересный и глубокий сравнительный анализ профессиональной и метапозиции интересующих нас субъектов психотехнического рынка. Углубленное исследование некоторых ритуалов эзотерических практик с позиции трансперсональной психологии проведено В. В. Козловым и А. Ю. Марьиным в работе «Личность и сакральный ритуал: история и современность» (2013). Масштабное исследование психотерапевтического потенциала мистических практик с достаточно подробным описанием используемых психотехнологий и соответствующими комментариями было предпринято А. Г. Сафроновым в монографии «Психопрактики в мистических традициях от архаики до современности» (2008). И, пожалуй, наиболее глубокий сравнительный анализ трех психотехнических направлений – древнего шаманизма, средневекового знахарства и современной психотерапии провел Е. Фуллер Торрей (2003). Однако, даже и в этой замечательной монографии, преисполненной уважения и понимания значимости различных аспектов традиционного и современного гуманитарного опыта, описывают, в основном, лишь общие механизмы используемых психотехнических подходов. А сравнительно высокая востребованность так называемых архаических практик объясняется культурологическими феноменами. В то же время именно Фуллер Торрей в заключительных разделах своей работы вполне внятно сформулировал очень важный вопрос того, не выплескиваем ли мы нечто очень важное – то, что мы не в состоянии понять в силу рациональных ограничений – отказываясь признавать фактологическую обоснованность и, следовательно, легитимность этого, пусть архаического, но, тем не менее, регулярно воспроизводимого опыта.

В этом, собственно, и заключается одна из задач предпринятого эпистемологического исследования – продемонстрировать перспективу, формирования авангардного профессионального направления, полностью учитывающего специфику запроса населения на иррациональные формы помощи, а также потенциал авангардной науки с возможностью креативного синтеза эффективных блоков такой помощи.

## **1.1. Механизмы обеспечения эффективности краткосрочных форматов первородной психотерапии (по материалам психотехнического анализа)**

В качестве преамбулы к настоящему разделу эпистемологического анализа мы обращаем внимание на интересную и глубокую интерпретацию итогов своего собственного фундаментального труда по исследованию истории суеверия и волшебства, которую автор – датский ученый-психофизиолог Альфред Леманн представил следующим образом: «Я постоянно имел ввиду ту главную цель, чтобы дать самые разнообразные и подробные сведения о суеверных воззрениях и магических действиях и, таким образом, получить сколько возможно более широкое основание для психологического объяснения фактов» (А. Леманн цит. по изд. 1993). И далее Леманн откровенно говорит о том, что в его первоначальные планы входила задача донести до читательской аудитории возможности психофизиологической интерпретации мистических проявлений. Однако, он довольно быстро пришел к выводу относительно того, что *объяснения такого рода будут сами нуждаться в объяснениях*. И вот эти дополнительные сведения, расширяющие горизонты психологической науки, как раз и следует искать в так называемых суеверных воззрениях. То есть, Леманн здесь демонстрирует достойную позицию ученого, предлагающего не впадать в крайности, избегать штампов и преодолевать, по мере возможности, существующие ограничения. Другой вопрос, что такие возможности во время написания и публикации этого труда (1893) были весьма ограниченными.

Однако, нельзя утверждать, что за более чем сто-летний период, прошедший со времени знаковой публикации Альфреда Леманна, представители сектора наук о психике существенно продвинулись в поисках подлинных механизмов сверх-быстрой терапевтической динамики, достигаемой за счет использования краткосрочных «чудесных» практик. В нашем случае также используется лишь возможности психотехнического анализа (вариант С), позволяющего интерпретировать исторические факты с позиции достижений авангардной психотерапевтической науки.

С данных позиций, суть анализируемых магических (первородных гностических) психотехнологии состоит прежде всего в том, что такое структурированное действие – обозначаемое как таинство, мистерия, магический ритуал, дроменон и проч. – обращено непосредственно к особым сущностям, обладающим сверх-естественным могуществом (эонам, ангелам, духам, богам). Такое подготовленное действие так или иначе основывается на сюжетной линии соответствующего мифа и выполняется с целью приобщения и укрепления акцентированного ресурсного состояния у всех его участников. Искомый результат здесь достигается за счет предусмотренной возможности получения первичного гностического-магического-религиозного опыта, подкрепляемого и оформляемого посредством заранее проработанного мифологического сюжета. Вот это и есть сакральная, или тайная компонента гностической мистерии, совершенно непонятная для «профанов», но вполне ясная для подготовленных руководителей и непосредственных исполнителей такого священнодействия.

В итоге, всесторонне проработанные мифологический сюжет и особенно его ритуальная часть приобретают дополнительные характеристики «стыковочного сценария», актуализирующего переживание и укоренение особого ресурсного состояния Веры как у новообращенных, так и «опытных» адептов. Что, в итоге, имеет не только краткосрочный, но и продленный во времени позитивный эффект, определяемый как устойчивое повышение ресурсных кондиций вовлеченного субъекта. При этом, отрететированные и закрепленные механизмы контакта с упомянутыми сверх-естественными сущностями (в нашей интерпретации – с персонифицированными, в соответствии с усвоенными культурными традициями, супер-ресурсными

инстанциями психического), также способствуют достижению долговременного терапевтического – в широком смысле – эффекта.

Психотехнологическая конструкция такого гениального изобретения первородных мастеров духовной помощи и поддержки как *праздник* (а любой *праздник* – это «прямой потомок» или по крайней мере «родственник» первородной гностической мистерии) в своей основе содержит механизмы, укрепляющие и необходимые аспекты состояния Веры, и доверия между людьми, что безусловно позитивно сказывается на их состоянии. Заметим, что собственно психотехническая процедура праздника как правило не превышает нескольких дней или даже 1-2-х дней.

В наиболее полной версии энциклопедии мифов народов мира праздник определяется как воплощение архаической мифопоэтической традиции, обладающая, в силу этого, особой связью со сферой сакрального. Здесь же определяется и следующая функционально-ритуальная специфика праздника: праздничное время противопоставляется будням, те есть, «несчастливым» дням; праздник имеет целью достижение оптимального психофизического состояния его участников – от эйфории, связанной с полнотой миро- и богоощущения, до восстановления некоего нейтрального, обыденного уровня, нарушенного трагической или какой-либо «отрицательной» ситуацией; праздник, так или иначе соотносится с идеей о разрыве профанической временной длительности, с состоянием, когда время останавливается, когда его нет (Мифы народов мира. Энциклопедия. Том 2. 1988). Таким образом, если в функциональной структуре «узко-тематического» ритуала процесс управления временем представлен неявным или не всегда явным образом, то в оформлении праздничного ритуала этот процесс являет собой квинтэссенцию всего происходящего и определяет успешность достижения целей празднования.

Проведенный нами психотехнический анализ показывает, что базисная функция праздника по обеспечению повышенной пластики психических процессов и ресурсного статуса у вовлекаемых участников, в данном случае дополняется следующими адаптивными процессами, реализующимися в максимально благоприятном для этого темпоральном режиме: 1) тренировка важнейших психологических навыков: смеяться, радоваться, веселиться (здесь имеется ввиду достаточно длительное пребывание человека в этих состояниях, а не спонтанные, ситуационные и краткосрочные реакции на какие либо мимолетные, приятные обстоятельства); 2) тренировка навыков установления контактов с незнакомыми людьми, углубления отношений со знакомыми людьми – родными, близкими, партнерами, соучениками, сотрудниками и пр.; 3) тренировка важнейших навыков расширения сознания с переживанием единства мира, людей, семьи, группы и единства множественных планов собственного бытия – (радуются дух, душа, осознаваемая личность с переживанием в этот период особой ресурсной целостности всех этих инстанций); 4) тренировка навыков дарения – важнейшего инструмента установления и укрепления отношений между людьми; 4) тренировка навыков прощения, в том числе и «радикального прощения» (простил (а) в сердце своем); 5) тренировка навыков возрастной регрессии (все участники празднования становятся в какой-то степени детьми) с возможностью быстрого научения, трансформации, верой в чудо и проч.; 6) тренировка навыков креативности, преобразования обыденной обстановки в праздничную; 7) формирование особой, праздничной культуры дозированного употребления психоактивных веществ (обычно, слабого алкоголя); 8) тренировка навыков понимания того, что есть праздничный ритуал, какой в этом присутствует смысл, и как этот ритуал можно использовать, в том числе и для облегчения состояния участников этого действия.

В свете сказанного, важным аспектом понимания исцеляющих и развивающих психотехнических механизмов праздника является осознание общности этого специфического ритуала с понятием игры. Великий нидерландский культуролог Йохан Хейзинга считал, что «Между праздником и игрой, по самой их природе, существуют самые тесные отношения. Выключение

из обыденной жизни, радостный тон поведения... особые временные и пространственные границы – таковы самые основные особенности характерные и для игры, и для праздника» (Й. Хейзинга, 2003).

Тем не менее, ведущая канва любого магического действия, мистерии и даже такого, будто бы совсем не «мистериального» праздника как День Рождения конкретного человека – это конечно ритуал, который также реализуется в относительно короткий период времени. А стержневой ритуал мистериального действия как правило занимает не более нескольких часов.

Целительную психотехническую и особую культурологическую миссию ритуала, актуальную в эпоху становления общества, но так же и в периоды социальных потрясений, отмечали многие исследователи (Л. А. Карницкая, В.Ф Петренко, 2003; М. Б. Медникова, 2003; И. Г. Петров, 2003; Н. А. Хренов, 2003; И. Г. Яковенко, 2003; А. А. Клопыжникова, 2009; В. В. Козлов, Ю. А. Марьин, 2013). Ритуал, по мнению лауреат Нобелевской премии Конрада Лоренца, выполняет функцию первичного языка коммуникации, способствует взаимопониманию членов сообщества, сдерживает потенциально-опасные формы их поведения, способствует возникновению традиционной для группы системы ценностей, поддерживает сплоченность группы как в плане внутренней общности, так и в плане отличия и изоляции от других подобных групп. Тем самым ритуал способствует формированию идентичности группы и субъектов этой группы (К. Лоренц, цит. по изд. 2020).

Однако, в интересующем нас первородном ресурсном смысле, ритуал – это в первую очередь способ реализации и укрепления в обыденной жизни человека несущих смыслов мифологической конструкции. По свидетельству величайшего китайского философа Конфуция, ритуал – это не правила поведения человека, придуманные им же самим, но правила высшие, осмысленные человеком и переведенные ими на язык упорядоченных действий, слов и жестов. Что собственно и позволяет человеку пребывать в этом естественном порядке, не опасаясь агрессивных влияний среды (Луньюй, 2001).

Этой же точки зрения придерживается Экирала Кришнамачарья – крупнейший современный знаток науки и практики ритуалов. В своем основном труде он высказывается по этому поводу следующим образом: «Рассвет науки и практики ритуалов восходит к самому появлению человека на этой земле. И это так, потому что его появление есть результата организованного ритуала невидимых сил, которые всегда в действии... Ритуал работает как священнодействие, позволяющее человеку время от времени подниматься на этот безличный уровень» (Э. Кришнамачарья, 2008). И далее цитируемый автор отмечает, что в ходе развития мировых религий все они воспринимали и дорабатывали первородную ритуальную практику, выстраиваемую теперь в соответствии с основной религиозной идеей. Без чего, процесс приобщения и укоренения в этой религиозной идее для широких слоев населения был бы крайне затруднителен.

Ритуал интерпретируется в том числе и как способ проработки идеи времени, появления в нем проекции прошлого и будущего (В. В. Николин, 2007). Но еще более интересной и содержательной представляется интерпретация ритуала в наиболее древних ведических источниках. Согласно последним, первичные ритуалы проводились во имя поддержания Риты (в ведическом санскрите этот термин означает «порядок вещей», а в древнеиндийской философии – универсальный космический закон, благодаря которому происходит «упорядочивание неупорядоченного», вращение Вселенной и существование всего сущего, включая даже и самих богов, и их деяний). Рита не воспринимается простыми смертными («Закон сокрыт законом»), определяется не извне, а из самой себя, поддерживается в борьбе и единстве с полной противоположностью – Анритой, понимаемой как неупорядоченность, лишенность Риты. И далее авторы этих интерпретаций приходят к выводу о том, что глубинному функциональному смыслу понятия Риты соответствует понятие времени.

Исходя из концепта объемной реальности, мы бы сказали, что Рита есть символическое воплощение линейного времени и стандартно форматируемого, упорядоченного пространства; а так же – система рациональных координат, ориентирующая человека в актуальных для него планах реальности. Анрита же выступает в качестве символического прототипа не дифференцированного полюса объемной реальности. И следовательно, подлинная миссия ритуала – это возможность управления временем, понимаемая в том числе и как способ ухода от состояния хаоса.

Как показывает углубленный психотехнический анализ ритуальных практик, дело здесь не ограничивается только лишь бегством от хаоса в некое комфортное состояние порядка. Все не так просто. Сама по себе правильно выстроенная процедура ритуала направлена как раз на то, чтобы привести субъекта в пластичное состояние и обеспечить тем самым его повышенную восприимчивость к заложенным здесь глубинным смыслам. Таким образом, навязанные и неадекватные для субъекта информационные программы в ходе проведения определенного ритуала вполне могут терять свою актуальность, а исходная, экологически выверенная программа бытия, наоборот, может и должна быть укреплена встроенными мифологическими сюжетами и выводимыми отсюда жизненными установками. То есть, у нас появляется возможность управления темпоральной пластикой психического, что как раз и является искомым параметром нового порядка, превосходящего по своим возможностям любой «линейный» порядок времени, вещей и событий.

Далее надо понимать, что сердце ритуала – феномен активного воображения. И что вот это, поистине «чудесное» свойство психического здесь безусловно должно быть инициировано и актуализировано.

Феноменологию активного воображения исследовал Карл Густав Юнг, его многочисленные последователи, но также и современные нам ревнители гностических подходов к интерпретации реальности. Так, например, Стефан Хеллер, проводник идей гностицизма и епископ Гностической церкви, прямо говорит о том, что активное воображение и собственно образы, получаемые в гностических мистериях – как раз и являются сущностным «языком» этой первоначальной практики. Здесь он цитирует гностическое Евангелие от Филиппа (стих 67), где говорится следующее: «Истина не пришла в мир обнаженной, но она пришла в символах и образах. Он не получит ее по другому» (С. Хеллер, 2013). Другой видный исследователь гностицизма Чарльз Уильям Кинг в своей фундаментальной работе «Гностики и их реликвии, древние и средневековые» также обращает внимание на значимость получаемых в соответствующих ритуалах образов. В частности, Кинг приводит такую любопытную деталь: в Малой Азии ранних гностиков называли «мисты» (т. е. жрецы при мистериях) – они же первые интерпретаторы и толкователи таких образов, и создатели соответствующей мифологии.

Функционально понятные характеристики свойства активного воображения были описаны известным юнгианским аналитиком Робертом Джонсоном в книге «Сны, воображение, внутренняя работа», изданной в 1986 году. В частности, внутренней работой Джонсон здесь называет «усилия, благодаря которым мы достигаем более глубоких слоев сознания... некоторый испытанный способ, который дает возможность соприкоснуться с лежащим за пределами сознания внутренним миром». Специфику этих усилий Джонсон как раз и обозначает термином «активное воображение», понимаемого как особый способ применения силы воображения для развития действенной связи между осознаваемыми и внесознательными инстанциями психики субъекта. При этом автором подчеркивается такая особенность состояния субъекта, как возможность обращения к воображаемым сущностям и вступления с ними в активный диалог, предполагающий спонтанные, а не программируемые реплики таких вот «воображаемых» собеседников.

Подобные характеристики состояния и особенностей контакта субъекта с инициируемыми таким образом сущностями наводят на мысль о том, что сам по себе термин «вообра-

жение» в данном контексте не совсем уместен. Но, по видимому стоит согласиться с автором, что здесь более важными являются именно качественные характеристики рассматриваемого феномена, а не его обозначение.

Идентифицированный, с учетом вышеприведенных тезисов, общий алгоритм и функциональное содержание процесса использования техники активного воображения (АВ) в ритуальной практике первородного гностического толка, более известной как *магия*, выглядит следующим образом.

*Установочные позиции:* 1) принятие идеи одухотворенной реальности лицом, намеревающимся использовать технологию АВ; 2) понимание и принятие механизма воздействия мыслеобразов, генерируемых и используемых в практике АВ, как языка глубинного общения двух основополагающих полюсов подлинной реальности – *горнего* и *дольнего* (в нашем случае дифференцированных статусов объемной реальности – потенциального-непроявленного и субъектного).

*Подготовительные позиции:* 3) наличие достаточного опыта у реализующего данную технологию «мастера» в области использования компонентов АВ в первородных гностических практиках (технологии «магического перевоплощения», яркой и стойкой визуализации, концентрации, диалогизированного сознания и проч.); 4) наличие специальных условий для реализации практики активного воображения (интерьер, специальный дизайн, храмовая тишина и другое); 5) наличие определенного ритуала в подготовке сеанса АВ, призванного способствовать развитию феномена диалогизированного сознания у «мастера»; 6) наличие контекста и обстоятельств, аргументирующих использование именно такой технологии.

*Функциональные позиции:* 7) наличие четко сформулированной идеи того, что именно необходимо достичь с использованием АВ; 8) адресность посылы – необходимо четко представлять кому и во имя кого направляется соответствующий сигнал; 9) послание АВ должно быть создано и представлено ярко, убедительно; соответствующий мыслеобраз, по возможности, должен быть выстроен безупречно; 10) подготовленное таким образом послание должно быть отправлено инициированным в ходе реализации практики АВ сущностям, с пониманием того, что последние представляют *горний* полюс или потенциальный-непроявленный статус объемной реальности.

*Статусные позиции:* 11) «мастер», реализующий технологию АВ, должен находиться в состоянии диалогизированного сознания с характеристиками тотальной гиперпластики, внешними и внутренними проявлениями процесса интенсивного креативного «штурма».

*Возможные варианты вовлечения участников в практику с использованием АВ следующие:* 12) в практику АВ – в классическом (собственно магическом) варианте – вовлекается лишь «мастер», реализующий соответствующий ритуал. Другие возможные комбинации: в практику АВ вовлекается как «мастер», так и лицо, в отношении которого проводится ритуал; вовлекается только «мастер», но субъект знает или догадывается о совершаемых манипуляциях. При этом лишь первый классический вариант, когда в практику АВ вовлекается только «мастер», а лицо, в отношении которого реализуется соответствующий ритуал, ничего не знает и не догадывается об этих действиях, можно считать собственно магическим уровнем коммуникации.

*Содержательные позиции:* 13) феномен активного воображения, как понятно из всего сказанного, в содержательном плане выходит за рамки обозначения одноименной психологи-

ческой функции достаточно далеко и включает возможность генерации таких «магических» способностей или *сиддх* как ясновидение, ясновыслушивание, яснознание и прочих; 14) по видимому, следует говорить и о нескольких возможных вариантах репрезентации феномена АВ у «мастера», реализующего соответствующую технологию: вариант, когда идентификационные границы осознаваемой личности в ходе формирования диалогизированного сознания остаются достаточно устойчивыми и «чудесные» свойства адресуются к генерируемой сущности «духа» (в данной связи можно привести потрясающие по скромности признания истинных чудотворцев и пророков, когда они заявляют о том, что чудеса творят вовсе не они, «но святой Дух, пребывающий внутри них»); вариант, когда эти границы расширяются таким образом, что «вмещают» в себя иницируемые магические свойства; вариант, когда для проявления чудодейственных духовных персонажей идентичность субъекта должна претерпеть драматические изменения (практика магического перевоплощения); 15) все вышеприведенные варианты чаще всего обусловлены особенностями рефлексии лица, реализующего технику АВ; сущностная же основа феномена АВ представлена закономерными изменениями дифференцируемых статусов – субъектного, объектного и потенциального-непроявленного – объемной реальности за счет генерации особых характеристик импульсной активности механизмов сознания-времени; 16) в практическом плане имеют значение три иницируемых за счет АВ мыслеобраза: сущность, представляющая потенциальный-непроявленный статус объемной реальности; четкая, стойкая и яркая визуализация того результата, который требуется получить за счет «магического» взаимодействия с этой сущностью; а так же образ, «всплывающий» в ответ на внутренний запрос, например в практиках дивинации-предсказания (яснознание, ясновидение, ясновыслушивание).

*Результирующие позиции:* 17) генерируемые таким образом духовные сущности, события, диалоги могут быть достаточно неожиданными и включать в себя непредсказуемые, и важные для последующего анализа детали; 18) степень активности трансформированных статусов объемной реальности в ходе реализации основной цели ритуала в основном зависит от качества конкретной работы по формированию адресного послания АВ.

Полный магический ритуал, который представляет «сердце магии», как минимум, содержит следующие компоненты АВ. На стадии подготовки важнейшим условием общего успеха ритуала является «достижение магом высшего мастерства в создании ментальных образов и, что еще более важно, он должен научиться воспринимать их как реальность... после чего физическую сторону ритуала можно свести к минимуму или вообще отменить» (Д. Тайсон, 2009).

Способы форсированного развития феномена активного воображения и последующего использования потенциала данного состояния представляли традиционную технологическую основу подготовки «мастеров» ранних магических (гностических) и эзотерических практик (сюда включались гностические мистерии, полный магический ритуал, создание искусственных духов, целительная магия, техники дивинации-предсказания и проч). Попутно отметим, что такая «правильная» подготовка практически всегда предусматривает процесс углубленной проработки взаимодействия осознаваемой личности обучающегося субъекта с внесознательными инстанциями психического, персонифицированных например, в образе и качестве Духа-проводника-помощника (у сибирских шаманов), Духа-целителя (у южно-американских колдунов). И здесь же надо сказать, что по нашим данным, форсированный режим подготовки «специалистов» пользующегося ныне популярностью магического «новодела» – «квантового» исцеления, трансформации с использованием альфа-тетта-сознания и проч. – направлен не столько на формирования «вышколенного бессознательного» с возможностью репрезентации «Истины, облеченной в символы и образы», сколько на конвейерное производство «фан-



тазий на тему...» (Д. Джонстоун, М. Пилкингтон, 1999; Д. Стазерленд, 2007; П. Данн, 2008; Д. Тайсон, 2009; Роберт Стоун, 2013; Фрэнк Кинслоу, 2013).

Таким образом, сама по себе фабула магического ритуала, без особого, «правильного» оформления необходимого контекста, не так уж и важна. Главное здесь, чтобы она не включала явно нелепых или неприемлемых деталей, вызывающих отторжение лица в отношении которого реализуется магическая практика. А еще лучше, если эти детали будут полностью соответствовать культурному мифу клиента.

Далее следует иметь в виду, что в доступной историографии более или менее регулярно обозначаются и особые условия, обеспечивающих действенность первородных гностических (магических) ритуалов: воображение; воля; вера; тайна. С позиции только что разобранных технологий активного воображения даже и с последним условием – тайной, таинством (обратный перевод «мистерия») – все достаточно ясно. Но суть вот этого чудесного свойства психического – воспроизводить и персонифицировать планы реальности, генерируемые отнюдь не стандартными импульсами активности сознания-времени в понятных нам образах (т. е. на понятном любому человеку «языке») – от этого не становится менее грандиозной. И уж точно, эта глубинная суть становится более увлекательной и доступной для познания теперь уже с использованием программ сверх-сложного моделирования компонентов объемной реальности за счет идеи пластичного кванта времени, и пластичной же когнитивной оптики.

Что же касается наиболее распространенной – и в рассматриваемые «архаические» времена, и поныне – практике «Произнесения слов силы» (заклинаний, заклятий, приворотов, отворотов и проч.) – то сущностные условия «правильного» использования слов силы мало чем отличается от вышеприведенных особенностей исполнения более сложных мистерий

Более того, без обретения совершенно необходимого в данном случае единения с иницируемыми духовными сущностями и речи быть не могло о возможности достижения каких-либо «чудесных» явлений или изменений. Ибо «Благочестивые заверения и повторение составленных другими магическими заклинаний бесполезны, если адепт не достигает собственной высшей духовной целостности и не получит возможность использовать силы, свойственные богам» (Абрамелин, 1458 г.).

Другая, еще более убедительная иллюстрация этого же особого контекста дается в произведении Генриха Корнелиуса Агриппы «Естественная магия» (1523): «Именно такой силой воображения создается мощь заклинаний и переносит их на околдовываемую вещь, привязывает ее, направляя к той же цели, ради которой и произносятся заклинания. Инструмент заклинателя – дух очень чистый, гармоничный, пылкий и живой, который несет в себе движение, воздействие, значимость, составленные из этих строф, наполненные чувством и убеждающим смыслом. Таким образом, благодаря качеству духа, маги способны... творить чудеса».

Известен и наиболее ранний, из когда-либо описанных, ритуал приведения целителя в необходимое ресурсное состояние, обеспечивающий «божественное присутствие» – вступительный заговор, который должен был произноситься (мы бы сказали воспроизводиться) перед процессом лечения: «Те трижды семь, что движутся, / Неся все формы, – / Пусть Повелитель Речи силы, их, / Их суть дарует мне сегодня! / Снова приди, о Повелитель Речи, / Вместе с божественной мыслью! / О Повелитель Добра, сохрани (это)! / Во мне пусть будет (это), во мне – сокровенное! / Вот здесь стяни, / Как два конца лука – тетивой! / Пусть Повелитель Речи удержит! / Во мне пусть будет (это), во мне – сокровенное! / Призван Повелитель Речи. / Нас пусть призовет Повелитель Речи! / Да соединимся мы здесь с сокровенным! / Да не расстанусь я с сокровенным!» (Атхарваведа, начало I тысячелетия до н.э.).

Здесь, на наш взгляд, стоит обратить внимание на то, что речь целителя – в результате вот этого особенного обращения к персонифицированным супер-ресурсным инстанциям психического – должна обрести ту сокровенную силу, которая способна творить «чудеса». Но эта

сила должна приходить и вместе с «божественной мыслью», что на наш взгляд является ещё одним подтверждением вхождения целителя в особый режим диалогизированного сознания.

В описании слов силы или Святого Слова, сделанным Спитамай Заратуштрой около трех тысячелетий тому назад, есть все – и потрясающая образность, и особенная ритмика, и даже ключевая характеристика человека, к которому это Слово обращено и который, благодаря Слову, исцеляется. Но главное – здесь ощущается присутствие Духа самого гениального Спитамай, произносящего или пишущего вот эти бессмертные строки: «Один может исцелять Святостью, / Один может исцелять Законом, / Один может исцелять ножом, / Один может исцелять травами, / Один может исцелять Святым Словом. / Среди всех лекарственных средств – этот один, лечащий Святым Словом, / Этот один силой воли прогоняет хворь / Из тела праведного, исполненного Веры: / Ибо этот один и есть наилучшее целительное средство / Из всех лекарственных средств. / Хвороба отступает перед подобным средством, / Смерть отступает; дэвы отступают, / Лишённый святости артемога – искажитель Правды – отступает; / Угнетатель мужей отступает. / Выводок змеи отступает; / Выводок волка отступает; / Выводок друджавантов отступает; / Гордыня отступает; / Презрение отступает; / Горячая лихорадка отступает; / Несогласие отступает; / Клевета отступает; / Сглаз отступает; / Все отступает перед Святым Словом» (Заратуштра Спитама цит. по изд. 2008.)

Сказанное, разворачивает нас к результатам углубленного психотехнического анализа качественных отличий «Святого Слова» от обыденной речи и, соответственно, механизмов воздействия этого особого послания на состояние «праведника, исполненного Веры». Мы, следовательно, должны получить подтверждение или опровергнуть тезисы того, что вот эти «архаические» психотехнологии имеют научную основу и существует возможность объективизации эффективности процесса и результата их действия. И далее мы должны обосновать внятную объяснительную модель того, как в данном случае обеспечивается целебный эффект и в какой степени этот эффект отличим от плацебо или так называемого хотторнского эффекта.

И здесь же встает вопрос: до какой степени идея «плацебо» (букв. «пустышка» – в лучшем случае проявление внушенного или самовнушенного эффекта, от которой необходимо избавляться, например, ради чистоты эксперимента по определению действия исследуемого лекарственного средства) пригодна для обоснования эффекта такого рода «мистериальных» практик.

Поиск и обоснование сущностных ответов на эти ключевые вопросы, помимо прочего, способны решить и сверх-важную задачу реанимации «ребенка», который был выплеснут с живой водой вот этой недифференцированной эпистемологической эпохи. Ибо выясняется, что отсутствие такого «ребенка» – желательно подросткового и вполне преодолевшего «комплекс неполной семьи» – в интеллектуальном поле «Человека Разумного», доминирующего в следующую диссоциированную эпистемологическую эпоху, ставит под вопрос правомерность этого самопровозглашенного титула. И конечно, без такого эпистемологического экскурса нам сложно прояснить сам факт выживания и развития человека во те времена, когда, скажем так, все шансы были на другой стороне.

С позиции авангардной психотерапевтической науки феномен, обозначаемый как «плацебо-эффект», следует понимать как проявление фундаментальной способности психики человека к эффективной самоорганизации или сверхбыстрой «перенастройке» на какие-либо приемлемые и предметные (в техническом смысле) варианты конструктивного прохождения кризисной фазы адаптивно-креативного цикла.

Компонентами, существенно усиливающими эффективность такого адаптивного перепрограммирования являются: 1) переход от защитно-конфронтационной стратегии внесознательных инстанций субъекта к синергетической, с формированием феномена гиперпластики (важно отметить, что осознаваемое Я субъекта при этом не удаляется на периферию сознания); 2) наличие актуального для субъекта варианта ресурсной поддержки, проговариваемого

в деталях, имеющих непосредственное отношение к желаемому целебному эффекту; 3) формирование стыковочного сценария (т. е. устанавливаемого – за счет использования диагностических метатехнологий – факта «привязывания» желаемых целебных эффектов к алгоритму планируемого и реализуемого технического действия); 4) формирование, на основе последнего компонента, ресурсного для клиента состояния «особой веры в эффективность предлагаемого способа помощи». Вот этот последний и достаточно известный общетерапевтический фактор интерпретируется нами как полное принятие и утверждение (в том числе, и в основном на уровне внесознательных инстанций психики субъекта) стыковочного сценария или программы такой помощи, оформляемой, в данном случае, как посыл «Святого Слова» или иная «мистериальная» практика; 5) практически одновременная и даже опережающая критическая редукция состояния деморализации у субъекта, интерпретируемая как вполне закономерное следствие перехода от антиресурсного состояния неопределенности к ресурсному состоянию определенности и возможности мобилизации всего имеющегося потенциала на достижение желаемых целебных эффектов.

Вышеприведенные аргументы и адекватная для обсуждаемой предметной сферы интерпретация феномена «плацебо», во многом разделяемая таким исследователем, как Б. Долинская (2015), Д. Диспенза (2016), Б. Липтон (2018), позволяет отвести заимствованные штампы, являющиеся главным препятствием в обосновании основных целебных эффектов первородных психотехнологий.

Таким образом, опираясь на приведенные здесь аргументы, с высокой вероятностью можно предполагать, что эффекты и результаты обсуждаемых «архаических» психотехнологий, основанных на феномене психопластичности, как минимум, способствовали повышению адаптивных кондиций субъекта в ситуации перманентного жизненного стресса.

Что же касается способа персонификации потенциального-непроявленного статуса объемной реальности и «законного представителя» этого супер-ресурсного статуса в виде идеи Бога, практики «опредмечивания» этой трансцендентной сущности в кондициях и феномене «присутствия Духа» у субъектов такой практики, то иначе как гениальными эти находки не назовешь.

## **1.2. Механизмы обеспечения эффективности краткосрочных форматов современной парапрофессиональной практики (по итогам психотехнического анализа)**

Эффективность наиболее распространенных парапрофессиональных практик, обычно реализуемых в формате 1-3-х сеансов, изучалась нами в ходе реализации специального исследовательского проекта (А. Л. Катков, 2012). В настоящем подразделе излагаются результаты настоящего и других исследований, имеющих отношение к рассматриваемой теме.

По результатам контент-анализа медийной и профессиональной информации, прямо или косвенно касающейся рынка современных психотехнологий в Российской Федерации и в некоторых постсоветских республиках (такие исследования проводились нами в 2008 и 2012 гг.) парапрофессиональные практики – целительство, магия, шаманские мистерии, гадание, квантовое исцеление, тетта-хилинг, экстрасенсорика и проч. – по своей продолжительности обычно не превышали 3-х сеансов, а часто ограничивались одним сеансом. В общей сложности парапрофессиональные практики занимали свыше 70% бурно растущего рынка психотехнологий; около 20% занимал быстро растущий сектор так называемых психологических (психотехнических) тренингов. И менее 10% оставалось на долю профессиональной психотерапии и консультирования. За период, прошедший между двумя исследованиями, каких-то заметных изменений в тенденциях предпочтениях населения выявлено не было.

Многолетние исследования (анализировались тенденции за последние 30 и 10 лет), проводимые известным экспертом, директором специального департамента Министерства здравоохранения и социального развития США по оценке качества помощи, оказываемой службами ментального здоровья, Скоттом Миллером (2017), говорят о следующем.

*Плохие новости в эволюции психотерапии за последние 30 лет* (по материалам выступления Скотта Миллера (США) на конференции «Эволюция психотерапии», 2017):

- существует очень маленькая, или вообще не существует разницы между результатами работы профессионалов, студентов и получивших минимальную подготовку парапрофессионалов;

- на вторую назначенную сессию к профессиональным психотерапевтам приходит менее 50% клиентов;

- у оставшихся на терапии клиентов после первых 50 часов практики никакого объективного улучшения результатов не наблюдается;

- за последние 10 лет объем использования услуг психотерапевтов в США и странах Западной Европы сократился на 35%;

- одновременно объем используемых медикаментозных средств увеличился на 75%; а объем услуг, оказываемых парапрофессионалами – на 60%.

Вывод: клиенты выбирают более легкие и быстрые варианты улучшения своей жизни.

Учитывая все эти факты, можем ли мы заключить, что прогрессируем? – спрашивает С. Миллер, и сам же отвечает: «Это не прогресс, это вымирание...».

Что же касается вывода относительно предпочтения населения в пользу более легких и быстрых (добавим еще и – относительно более дешевых) вариантов помощи, сделанный уважаемым экспертом, то здесь представляется важным еще и такое наблюдение С. Миллера, озвученное в цитируемом докладе: профессионально подготовленные психотерапевты и консультирующие психологи все чаще предпочитают менять сектор своей психотехнической дея-

тельности и переходить в эзотерический (магический) «эшелон», по всей видимости рассчитывая на более интенсивный поток клиентов и, соответственно, существенное повышение оплаты труда.

Оба этих обстоятельства, в совокупности с жестким и безусловно «печальным» для профессиональных психотерапевтов выводом Миллера относительно отсутствия существенной разницы в результатах профессиональной и парапрофессиональной практики, как минимум нуждаются в осмыслении истинных причин такого положения дел в секторе психотехнологий. В частности, необходимо найти ответы на вопрос того, в каких именно компонентах – психотехнических, организационных, маркетинговых и проч – носители парапрофессиональных практик и сами эти практики выглядят более предпочтительно для потенциальных потребителей.

В ходе проведенного исследования по всем перечисленным вопросам мы получили следующие результаты.

Для начала следует отметить, что все супервизируемые нами случаи парапрофессиональной деятельности проводились в экспресс-режиме, т. е. проблема клиента решалась в ходе одной, максимум двух очных встреч (в трех случаях – заочных процедур, о которых клиенты не могли знать или догадываться). Далее, все очные процедуры проводились с клиентами, ориентированными на иррациональные формы экспресс-помощи, в частности на помощь именно того «специалиста», которого ему «рекомендовали». Таким образом, практически во всех этих случаях имело место почти полное совпадение запроса, временного формата и психотехнической специфики оказываемой помощи, а так же – достаточно высокий уровень исходного доверия клиента к лицу, реализующему соответствующий вид помощи.

Данные факты, а также анализ специфической рекламной продукции, свидетельствует о том, что так называемые парапрофессионалы уделяют серьезное внимание как изучению, так и активному формированию рынка реализуемых ими психотехнологий (т. е. работе над характером и объемом потребительского спроса, активным распространением персональной рекламы по всем возможным каналам, подбору заранее мотивированных клиентов). Здесь же необходимо сказать и о том, что по данному компоненту профессиональные психотерапевты и консультирующие психологи серьезно проигрывают своим конкурентам, без каких-либо тенденций к перелому ситуации.

Далее, в качестве основного фокуса психотехнического анализа нами рассматривались следующие дифференцируемые уровни терапевтической коммуникации и их содержательные компоненты.

*На макро-технологическом коммуникативном уровне* анализировались такие содержательные компоненты, как степень соответствия компонентов процедуры супервизируемых магических практик дифференцированным механизмам ресурсной поддержки на этапах адаптивно-креативного цикла (подробное описание этапов и фаз данного цикла дается в первом разделе настоящей монографии); полноты функциональных блоков анализируемых практик – наличия этапов установления контакта, диагностического, определения технологической стратегии, собственно технологического, оценки достигнутого результата, завершения коммуникации; степень достижения основной цели макро-технологического уровня – повышение скорости и эффективности прохождения адаптивно-креативного цикла при ресурсной поддержке специалистом клиента на всех этапах данного цикла.

В отношении анализируемых практик следует отметить действенность и особый акцент на реализацию начального механизма ресурсной поддержки прохождения кризисного варианта адаптивно-креативного цикла – преодоления состояния деморализации (по Дж. Франку), часто являющегося основным поводом обращения клиента за соответствующей помощью. Синдром деморализации – основное препятствие к формированию первичного ресурсного

статуса у клиента – преодолевается здесь за счет оперативной трансформации антиресурсного состояния неопределенности и тревоги на состояние полной определенности и надежды в результате постановки так называемого магического диагноза, и проговаривания перспективы почти моментального магического исцеления. Дальнейшие этапы – механизмы ресурсной поддержки (прояснение и коррекция значения того, что происходит с клиентом; актуализация подлинной проблемы; мобилизация ресурсов; компетенция в совладании, по Клаусу Гравэ), в силу всего сказанного, представлены либо в крайне усеченном, фрагментарном и, к тому же, в искаженном виде. При этом, речь идет о процедуре постановки магических диагнозов «сглаза», «порчи», «негатива» и проч., вмещающих первые два механизма Гравэ, и собственно магической практике (четвертый механизм). Что же касается третьего механизма актуализации ресурсов, то ресурсы внесознательных инстанций клиента используются здесь со всей возможной интенсивностью, но, обычно, без попыток переноса этого целебного опыта в проекцию будущего клиента.

В отношении практики дивинации-гадания или предсказания, следует говорить лишь о реализации начального механизма ресурсной поддержки клиента, поскольку прохождения других этапов здесь не предусматривается. Однако и этого оказывается достаточным для преодоления признаков деморализации.

Таким образом, остается ответить всего на два вопроса: достаточно ли для существенного и долговременного улучшения состояния клиента, пусть излишне экзотической, но, в целом, эффективной борьбы с деморализацией? Чем лучше упомянутых магических диагнозов, например, такие теоретические изыски, как: «невротической реакции или состояния вследствие затянувшегося межличностного конфликта у пациента с мозаичной структурой личности и признаками декомпенсации»?

Утвердительный и в целом исчерпывающий ответ на первый вопрос давали такие признанные авторитеты в сфере профессиональной психотерапии, как Джером Франк и Жак Лакан, а так же Ш. Остед, показавший, в частности, что по результатам масштабного и во всех отношениях корректного анализа до 60% клиентов не приходят на вторую встречу к психотерапевту или консультанту, хотя таких встреч рекомендовано как минимум несколько. Но происходит это вовсе не потому, что клиенты разочарованы неумелой работой профессионалов, а как раз в силу того, что антиресурсное состояние деморализации уже в ходе первой встречи было успешно преодолено и этого оказалось достаточно для последующей и уже самостоятельной коррекции адаптационных сложностей.

Что касается второго вопроса, то простых ответов на него нет. С одной стороны последний, более профессиональный диагноз не только указывает на причину адаптационного напряжения или расстройства, но и квалифицирует уровень расстройства, раскладывает его по возможным осям. Что в принципе способствует более дифференцированному подходу в терапии клиента. Однако самому клиенту этот второй диагноз, чаще всего, ни о чем не говорит и степень неопределенности в его состоянии не уменьшает. А если иметь ввиду ответ на первый вопрос, а так же допущение того, что первый – магический диагноз наилучшим образом вписывается в ожидания и личный миф клиента, то, по крайней мере, поводы для того, чтобы разубеждать клиента в ошибочности его представлений о причине имеющегося дискомфорта здесь найти трудно.

В отношении полноты этапов собственно терапевтической коммуникации следует отметить, что этап обсуждения технологической стратегии с клиентом в супервизируемых парапрофессиональных практиках полностью выпадал, а этап завершения коммуникации оформлялся в части случаев (около 40%) с более или менее явными намеками на формирование последующей зависимости у клиента. В целом, можно сказать что в существенной части супервизируемых случаев (около 60%) этапы проходили недифференцированно, с наслоениями и повторами, что, на наш взгляд, ухудшало качество результата.

По итоговому параметру – оценки содействия в скорости прохождения кризисного варианта адаптивно-креативного цикла, можно говорить о том, практически во всех супервизируемых случаях, небезупречных с точки зрения устойчивости и экологического оформления достигнутого результата, используемые практики способствовали повышению скорости прохождения кризисного пика такого цикла и формированию первичного ресурсного состояния у клиента.

*На мета-технологическом коммуникативном уровне* проводился анализ полноты используемых на каждом этапе реализации магических практик метатехнологий; степень достижения главной цели метатехнологического уровня: перевода защитно-конфронтационной адаптационной стратегии внесознательных инстанций в синергетическую с формированием тотальной гиперпластики у клиента, а так же формирование полноценного (т. е. «утвержденного» внесознательными инстанциями клиента) сценария желаемых изменений.

Результаты супервизорской оценки показывают, что наиболее выигрышной стороной успешных специалистов, действующих в сфере магических практик, является их устойчивый ресурсный статус и почти автоматизированный навык актуализации данного ресурсного состояния с качеством диалогизированного сознания при работе с клиентом. Таким образом, активность использования Я-техники, как основного метатехнологического способа приведения клиента в первичное ресурсное состояние с множественной гиперпластикой, здесь никаких сомнений не вызывает. То же самое можно сказать и о другой основополагающей конструктивисткой метатехнологии – формировании полноценного (т. е. оформленного в ключе личного мифа и «утвержденного» внесознательными инстанциями клиента) стыковочного сценария быстрых или даже моментальных терапевтических изменений.

Последовательное и активное использование этих базисных конструктивистских метатехнологий, собственно, и обеспечивает сверх-быстрый эффект магических практик, столь востребованный главными потребителями этого вида помощи. Что же касается дифференцированных диагностических метатехнологий, то, например, в практиках дивинации-гадания такие технологии выполняли важнейшую функциональную роль индикатора «горячо – холодно». На этапе установления контакта диагностические метатехнологии использовались практически во всех вариантах супервизируемых магических практик.

В отношении полноты и адекватности всего метатехнологического арсенала на дифференцированных этапах терапевтической (магической) коммуникации следует сказать, что в силу как правило «скомканного» прохождения этапов супервизируемых сеансов магической практики, дать оценку по настоящему параметру было затруднительно.

По главному содержательному параметру исследуемого уровня – степени успешности в формировании синергетической стратегии внесознательных инстанций и форсированного развития состояния гиперпластики у клиента (с учетом и предварительной работы по адресной мотивации клиентов) практически все супервизируемые случаи были успешными.

*На структурно-технологическом коммуникативном уровне* проводился анализ полноты ассортимента и соответствия используемых магических техник личному мифу клиента, а так же высказанным на начальных этапах магической сессии пожеланиям клиентов; оценивалась степень достижения главной цели структурно-технологического уровня: степень совладания с заявленной проблемой и редукции дискомфортного состояния.

Здесь можно только лишь повторить, что в нашем случае имело место полное соответствие изначальных установок клиентов на оказание «магической» помощи и характера реализуемой практики.

Собственно технический ассортимент такой помощи, имея ввиду и внешнюю активность парапрофессионалов, реализующих соответствующий блок магической практики, с нашей

точки зрения был достаточно узким и сводился к воспроизведению некоего заученного ритуала и комментариям того, что происходит «на внутреннем плане».

В то же время, эти комментарии, в основном, отражали ожидания клиента, высказанные им ранее. А некоторые особенности динамики статуса парапрофессионалов, фиксируемые в период проведения сессии, и материалы полуструктурированного интервью, полученных в части случаев, указывали на то, что реализуемая ими технология содержит базисные компоненты активного воображения (АВ).

Практически важным здесь представляется то, что клиенты, в ходе такой демонстрации и проговаривания визуализируемых парапрофессионалом изменений, находились в состоянии тотальной гиперпластики и почти всегда «видели» или чувствовали нечто аналогичное. Т. е. программа желаемых терапевтических изменений в каком-то смысле «работала». В конечном итоге, клиенты почти всегда получали именно то, что они хотели получить, и в таком варианте, который и был для них наиболее приемлемым.

Что касается вопроса о достижении устойчивых и долгосрочных результатов, то по неполным данным полугодового катамнеза эффективность магических практик, используемых в отношении клиентов с расстройствами адаптации, по параметрам редукции дискомфорта и повышению качества жизни, по крайней мере, не уступает эффективности профессиональных психотехнологий.

Наша интерпретация такого предварительного оценочного результата содержит, помимо прочего, и допущение того, что сама по себе возможность получения «сверх-естественно эффективной» магической помощи в кризисной ситуации является фактором ресурсной поддержки клиента, если только этот фактор не используется с целью «привязывания» клиента к парапрофессионалу.

*На собственно магическом коммуникативном уровне* (специально выделяемый четвертый коммуникативный уровень, используемый только лишь для оценки парапрофессиональных практики) проводился анализ единственного содержательного параметра – степени реализации «чудесных» посланий у клиентов, которые не могли знать или догадываться об используемых по отношению к ним технологий дистанционного «магического» воздействия. При этом учитывались случаи только очной, отсроченной супервизии, поскольку телевизионные версии подобных «чудес» в расчет приниматься не могут.

Здесь сразу нужно сказать о том, что таких «проверенных» случаев было только три, все они были связаны с исключительно тяжелым состоянием пациентов, в двух случаях сопровождающихся синдромами нарушенного сознания. Контрольная группа, в связи с явно недостаточным числом наблюдений, не была сформирована. Все клиенты получали интенсивную медикаментозную терапию.

В связи со всеми этими смущающими факторами, существенное улучшение состояния у всех трех клиентов данной группы (вопреки крайне пессимистическим врачебным прогнозам) не может быть однозначно интерпретировано как результат дистанционной «магической» практики. Что, конечно, не может означать такую же однозначную справедливость обратного вывода.

Но даже и в почти невероятном случае того, если бы количество наблюдений по этому единственному рассматриваемому параметру было достаточным, а контрольная группа была бы сформирована по правилам доказательной практики – в силу непроработанности такого концепта как «вещественность» промежуточного этапа «магического» воздействия полученные доказательства вряд ли были бы приняты консервативным научным сообществом.

В практической плоскости этот последний тезис означает только лишь то, что исследование всего комплекса вопросов, связанных с возможностью трансформации актуальных планов реальности за счет использования пластичных механизмов времени, требует не только мас-



штабного и во всех отношениях обеспеченного научного проекта, но и достаточно глубокой ревизии собственно исследовательских подходов, технологий и их эпистемологического обеспечения.

Таким образом, общий выводом по исследованию механизмов эффективности традиционных форм первородной психотерапии, как бы она не называлась в различные исторические периоды, а также современных способов реализации множества парапрофессиональных практик, являются обоснованные утверждения того, что:

- эти, «стихийно-сложившиеся» формы помощи, как правило носят краткосрочный характер и в этом смысле полностью соответствуют актуальному запросу населения: «максимум желаемых конструктивных изменений за минимальное время»;

- эффективность данных форм помощи, с акцентом на оперативное достижение желаемого для клиентов результата, как правило связана с присутствием двух «больших» компонентов в функциональном поле анализируемых психотехнологий: 1) формирование максимально благоприятного для быстрых конструктивных (терапевтических) изменений контекста (то есть, вполне определенной, психопластической в своей основе «почвы» для таких изменений); 2) наличие проработанного, четко структурированного психотехнического алгоритма – ритуала, в котором как правило присутствует закодированная последовательность определенных терапевтических изменений; 3) вышеприведенные первый и второй «большие» компоненты оформляются в приемлемой для клиента культурной традиции.

## **2. Экспрессивные форматы профессиональной психотерапии**

Углубленные исторические исследования процессов становления близкой к психотерапии, по своему основному предмету, медицинской профессии «Психиатрия», показывают, что «одноразовые» психотехнические приемы, обозначаемые как «психическое лечение», использовались в практике лечения пациентов в том числе и с достаточно тяжелыми психическими и поведенческими расстройствами начиная с позднего средневековья и особенно интенсивно с конца XVIII века. Этот период связан с именем Филиппа Пинеля, который активно проводил в жизнь принцип нестеснения психически больных. Пинель широко экспериментировал с экспансивными, порой рискованными средствами психического воздействия, меняющими очевидно деструктивные и опасные для самих пациентов формы поведения (например, категорический отказ от приема пищи) на более приемлемые.

Видный ученый, выдающийся историограф процесса становления клинической психиатрии Юрий Владимирович Каннабих в своем основном труде «История психиатрии» (1928) подробно описывает прецеденты такого «психического лечения» и подчеркивает факты того, что процедуры подобного, мы бы сказали акцентированного стрессового воздействия, тщательно прорабатывались и поручалась специально подготовленному персоналу. Сам Пинель и его последователи говорили о необходимости чередовать векторы психического воздействия (негативно-позитивное подкрепление желательных форм поведения пациентов с психическими нарушениями), при том обязательном условии, что любые формы общения с больными людьми несут гуманный посыл.

Далее, если придерживаться точки зрения того, что начало профессиональной (т. е. опирающейся на более или менее обоснованные научные подходы и концепции) психотерапии восходит к известному труду Дэниела Х. Тьюка (1872), в котором впервые внятно был артикулирован сам этот термин, но также – в духе научных достижений того времени – дана объяснительная модель неоспоримых фактов воздействия целенаправленных психотехнических манипуляций на телесные функции, то краткосрочные форматы такого воздействия занимают здесь доминирующие позиции.

Справедливости ради, стоит сказать и о том, что даже и неполного консенсуса относительно исторического старта профессиональной психотерапии и, соответственно, изначальных приоритетов в отношении временных форматов оказываемой помощи, в психотерапевтическом сообществе безусловно нет. К примеру, существенная часть специалистов считает, что научная психотерапия начинается с появлением психоанализа, буквально «привязанного» к долгосрочным форматам (до года и более) психотерапевтической помощи и поддержки. И конечно, любителям пикантных профессиональных нюансов известно, что как раз с помощью абсолютно научных методов исследования (когортные исследования, лонгитюдный исторический контроль и проч.) непримиримым оппонентом психоанализа Гансом Юргеном Айзенком (1952) было убедительно показано, что вот этот долговременный формат, в смысле итоговых результатов повышения качества жизни, проигрывает не то что другим психотерапевтическим методам, но даже и группе, где вообще никакой психотерапии не проводилось. Вот этот первый «конфуз» в благородном семействе будто бы научно обоснованных методов психотерапии возможно и был первой попыткой корректного исследования сравнительной эффективности временных форматов профессиональной психотерапевтической помощи.

Другая группа любителей исторической справедливости отстаивает точку зрения того, что начало профессиональной психотерапии было положено в 1776 Францем Антоном Месмером, к этому времени отчетливо сформулировавшим свою базовую концепцию «животного магнетизма» и разработавшему весьма экспрессивную и впечатляющую технологию управления

«магнетическим флюидом – квинтэссенцией животного магнетизма». Соответственно, лица, практиковавшие данный метод, назывались «магнетизерами». Здесь же надо сказать о том, что «месмеризм» – именно так и обозначалось данная идея и психотехническая конструкция – еще при жизни Месмера был признан лженаукой и предан анафеме respectable академическим сообществом. А сверх-естественная популярность этого метода была объявлена вредной психической эпидемией, против которой всякому благонамеренному гражданину следовало бороться.

Попутно заметим, что против сходной концепции жизненной энергии, которая насчитывает несколько тысяч лет и является основой традиционной китайской медицины; идеи о некоем скрытом жизненном начале или жизненной силе, сформулированной великим ученым, Николаем Ивановичем Пироговым (1879), которого уж никто не мог назвать мистиком или сумасбродом, а напротив, как он сам говорил, окружающие считали его самым, что ни на есть «радикальным материалистом»; концепции признания особой, скрытой психической энергии, сформулированной Владимиром Михайловичем Бехтеревым в самом конце XIX века (ст. «Необходимость признания особой энергии»); а также против системы витализма Ханса Дриша (1906) с его обновленным пониманием значения термина «энтелехия» как некоей, отчасти управляемой программы развертывания феномена жизни в привычных нам категориях времени и пространства – никто особенно не возражал. Возможно потому, что сами эти уважаемые авторы, состоявшиеся и признанные ученые, преподносили свои идеи как гипотезы, которые пока еще не находят «вещественного» подтверждения, но без которых любые «приземленные» объяснительные модели функционирования сложных живых систем рассыпаются в прах.

Но вернемся к вопросу о наиболее распространенных временных форматах профессиональной психотерапии в начальном периоде своего становления. Предоставим слово самому Дэниелу Тьюку, превосходно объяснившему суть «месмеризма» и его роли в психотерапевтической практике. В шестом разделе своего знаменитого труда «Дух и тело. Действие психики и воображения на физическую природу человека», автор выделяет специальную главу, которая так и называется: «Месмеризм» (1872). Здесь Тьюк пишет следующее: «Если приходится искать в животном магнетизме истинное объяснение действия месмеризма, то очевидно нам нечего им и заниматься... если же мы не воспользуемся этими фактами, то лишим себя большого количества очевидных и сильных доказательств влияния состояния сознания на телесные болезни .... Мы вправе требовать, чтобы на эти явления обратили заслуженное внимание, и рассматривали их так, как бы они происходили от магнетизма; мы еще просим утилизировать их в качестве психотерапевтических агентов, даже тогда, когда их действие относится к воображению, вниманию или доверию».

Интересно то, что в следующей главе рассматриваемого раздела цитируемой книги, которая уже называется «Брэдизм» по имени одного из первых авторов научного гипноза, Тьюк описывает терапевтические эффекты от применения технологий «месмеризма» даже и в том случае, когда пациенты были отнюдь не расположены к используемому методу или принимали его равнодушно. То есть, Тьюк, как истинно большой и не ангажированный ученый, по всей видимости понимал относительную ценность любых объяснительных моделей в такой сложной сфере как психика человека. Единственным, заслуживающим внимание критерием здесь был результат, достигаемый с использованием конкретной психотехнологии. Совершенно определенно Тьюк говорил и о том, что нескольких сеансов «месмеризма», но также и «брэдизма» бывало достаточно для достижения стойких улучшений у пациентов с хроническими соматическими заболеваниями, месяцами или даже годами не получающих облегчение от приема лекарственных препаратов того времени.

Надо сказать, что и далее, т. е. на рубеже XIX – XX веков психотерапия развивалась в том числе и за счет краткосрочных методов внушения и самовнушения (А. Форель, 1889, А. Молль,

1898, Ш. П. Дюбуа, 1904, В. М. Бехтерев, 1908, Э. Куэ, 1928). В последующие десятилетия очевидный крен, в плане временных форматах оказания психотерапевтической помощи, наблюдался в сторону среднесрочных и долгосрочных форматов психотерапии, связанных в первую очередь с интенсивным развитием психодинамического и когнитивно-поведенческого направления. Тем не менее, направление краткосрочной гипнотерапии в своем классическом варианте также было представлено достаточно интенсивно (А. П. Слободянин, 1977; А. Шерток, 1982—1992; В. Е. Рожнов, 1985; С. Хеллер, Т. Л. Стилл, 1994; М. Кинг, У. Коэн, Ч. Цитербаум, 1998; Т. М. Ахмедов, М. Е. Жидко, 2000; Г. Карл, Ч. Бойз, 2002; Т. И. Ахмедов, 2005; Р. Д. Тукаев, 2006; А. А. Федотов, Э. В. Каган, 2010; Г. Шмидт, 2011).

А начиная с 70—80 гг. двадцатого столетия, и особенно в последующие годы бурно развивались модифицированные техники гипнотерапии, которые также реализовывались в формате краткосрочной психотерапии (Мильтон, Г. Эриксон, 1994, 1995, 2000; Гриндер Д., Бэндлер 1994; Р. Формирование транса. – М: 1994. – 272 с. Мильтон, Г. Эриксон, Э. Л. России, 1995; Ж. Беккио, Ш. Жюслен, 1998; М. Кинг, Ч. Цитренбаум, 1998; М.Н Гордеев, 2008; С. Гиллиген, 2014; М. Гинзбург, Е. Яковлева, 2017).

Практически одновременно с появлением этой «третьей волны» в психотерапии отмечается интенсивное развитие психотерапевтических методов и подходов, нацеленных на работу с актуальным клиентским запросом именно в тех сферах, в которых такой запрос предъявляется, а также – на оперативное достижение терапевтического результата. О чем красноречиво свидетельствует само обозначение представляемых психотерапевтических подходов: «Краткосрочная психотерапия» (Б. Кейд, В. Х. О'Хэнлон. 2001); «Краткосрочная мульти-модалная психотерапия» (А. Лазарус, 2001); «Эклектическая психотерапия» (Р. Фитцджеральд, 2001); «Инновационная психотерапия» (Р. Джоунс, 2001); «Практика краткосрочной психотерапии» (С. Гарфилд, 2002); «Искусство быстрых изменения. Краткосрочная стратегическая психотерапия» (Дж. Нардонэ, П. Вацлавик, 2006); Изменения. Принципы формирования и решения проблем» (П. Вацлавик, Д. Уикленд, Р. Фиш, 2020). В существенной части такого рода методов и подходов даются схожие рекомендации в отношении того, что краткосрочная психотерапия – помимо того, что ориентирована на актуальный запрос клиента – предполагает четкую структуру и проработанный алгоритм (мы бы сказали протокол) реализации интенсивного психотерапевтического процесса, а также акцентированную, в смысле стимулирования развивающего поведения клиента, активность специалиста-психотерапевта. Такими, в самых общих чертах, выглядят слагаемые эффективной краткосрочной психотерапии по мнению указанных авторов.

В следующем секторе краткосрочных психотерапевтических форматов особый акцент делается именно на психотехнические, точнее сказать – структурно-технологические особенности представляемых авторских методов. Здесь, конечно же, следует отметить такие выдающиеся работы как: «Провокационная терапия» (Ф. Фарелли, Д. Брандсма, 1996); «Психотерапия нового решения. Теория и практика» (М. М. Гулдинг, Р. Л. Гулдинг, 1997); Проблемно-ориентированная психотерапия. Интегративный подход» (А. Блазер, Э. Хайим, Х. Рингер, М. Томмен, 1998); «Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз» (Ф. Шапиро, 1998, 2021); «Вещи в теле. Психотерапевтический метод работы с ощущениями» (А. Ф. Ермошин, 2004); «Эмоционально-образная (аналитически-действенная) психотерапия» (Н. Д. Линде, 2015).

Далее, следует отметить тенденцию намечающегося крена наиболее распространенных и тяготеющих к более продолжительным форматам оказания психотерапевтической помощи к оправданному сокращению этих форматов – таких как «чистая» когнитивная психотерапия (Д. Д. Бек, 2018; Р. Лихи, 2020; Д. Оверхолзер, 2021), и когнитивно-поведенческая психотерапия (А. П. Федоров, 2002; Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский, 2020; Д. Янг, Д. Клоско, М. Вайсхаар, 2020; А. Джоши, К. М. Пхадке, 2021; Р. Джузеппе, К. Дойл,

У. Драйден, У. Бакс, 2021). Данная тенденция имеет особое значение для общего поля профессиональной психотерапии еще и потому, что именно представители КПТ приняли правило корректного научного обоснования используемых ими методов и новаций (Д. Добсон, К. Добсон, 2021). И далее, абсолютно оправданной представляется активность специалистов КПТ по разработке краткосрочных и эффективных форм само-психотерапии (например, А. Эллис, Р. Тайфет, 2021).

Еще одной отчетливой тенденцией является нацеленность краткосрочных форматов индивидуальной, групповой психотерапии и само-психотерапии на коррекцию дискомфортных для клиентов эмоциональных реакций (Дж. Нардонэ, 2008; А. Ф. Ермошин, 2010; М. Маккей, М. Дэвис, П. Фэннинг, 2011; Д. Уайлд, 2013; Д. А. Кларк, А. Т. Бек, 2021). И здесь также можно отметить появление многочисленных руководств по краткосрочной само-психотерапии, ориентированной на коррекцию эмоциональных реакций (например, А. Голощапов, 2018; Д. Бернс, 2021; К. Смит, 2021). Однако, не только коррекция, но и генерация акцентированных позитивных эмоциональных реакций является одним из эффективных вариантов проведения краткосрочной психотерапии и само-психотерапии (например, Л. Равич, 2014; М. Катания, 2021).

Только позитивно можно отметить и появление в последние годы руководств с описанием ассортимента методов краткосрочной психотерапии (В. А. Доморацкий, 2007). На наш взгляд данный факт свидетельствует о развороте психотерапевтического сообщества к реальным потребностям клиентов. Но также – о наличии возможностей более гибкого и оперативного реагирования лидеров профессиональной психотерапии на тенденции развития рынка современных психотехнологий.

Параллельно с развитием методов краткосрочной психотерапии специалисты-исследователи интересовались и вопросами разработки наиболее выигрышного – с позиции достижения результата терапевтической коммуникации – общего контекста такой коммуникации. Подобные изыскания в большей степени являлись предметом психотехнической теории, разрабатываемой лидерами психотерапевтических модальностей и авторами отдельных методов профессиональной психотерапии. В данной связи само понятие «общетерапевтических факторов» трактовалось весьма широко (в следующих разделах монографии данная тема рассматривается отдельно).

Так, в трудах известных специалистов-психотерапевтов Дж. Нардонэ, А. Сальвини (2011), можно отметить обращение к теме особого эмоционального контекста в описании известных исторических диалогов в философском наследии Протагора, Сократа, Платона, приводящих собеседника к «открытию альтернатив» и выстраиваемых, в том числе, и с осмысленным использованием приемов сценографии. Описания отдельных, более или менее специфических характеристик состояния субъектов, вовлекаемых помогающие и развивающие коммуникации, приводятся в многочисленных тематических публикациях (например, П. Кейнсмит, 1995; Ф. Фарелли, Д. Брандсма, 1996; Д. Джоунс, 2001; А. Лазарус, 2001; Б. Кейд, В. Х. О. Хэнлон, 2001; Р. Фитцджеральд, 2001; С. Гарфилд, 2002; В. А. Доморацкий, 2008; Р. П. Ефимкина, 2012; В. Сатир, 2015). Данные психотехнические экскурсы, хотя и не могут претендовать на статус полноценного исследования феноменологии психопластичности, прежде всего в силу их фрагментарности и недостаточно глубокого проникновения в суть особой психической активности субъектов, вовлекаемых в терапевтическую коммуникацию, тем не менее, служат источниками весьма ценной тематической информации.

Относительно таких специфических характеристик психотерапевтической коммуникации безусловный интеллектуальный лидер профессиональной психотерапии двадцатого столетия Джером Франк (1986) прямо говорил о том, что «... когнитивное научение, чтобы быть эффективным, должно дополняться определенным эмоциональным возбуждением». Лидеры краткосрочной психотерапии Джорджио Нардонэ и Пол Вацлавик (2003) говорили о том, что

«... сильная эмоция, вызванная отношением или общением с другим человеком... способствует смещению точки зрения пациента на реальность». О значимости особых состояний, связанных с переживанием «внутреннего потока, общего для клиента и терапевта», говорил и автор клиент-центрированного направления в психотерапии К. Роджерс (1951), интерпретируя появление таких переживаний, как свидетельство эффективности терапевтического процесса. О важности состояний, связанных с «особым пониманием», «проникновением в глубинные смыслы переживаний и высказываний клиента и терапевта» высказывались Джеймс Бьюдженталь, лидер современного экзистенциально-гуманистического направления в психотерапии (1987), а также представители феноменолого-герменевтического подхода в психотерапии (Х. Тойфельхарт, 1999).

Для нас практически значимым здесь является то, что ни один из вышеперечисленных и безусловно компетентных лидеров профессиональной психотерапии не считал возможным определять вот эти психические состояния особой информационной восприимчивости пациентов/клиентов, как состояния измененного сознания. По-видимому, по причине того, что по своим основным характеристикам эти состояния не соответствуют, или прямо противоположны классическим признакам измененных состояний сознания (ИСС), и, соответственно, критериям вовлечения пациентов/клиентов в гипнотическое (трансное) состояние. Такие, согласованные в основных психотерапевтических концепциях и направлениях, признаки приводятся в классических – изданных и переизданных – монографиях и руководствах по гипнозу и гипнотерапии на которые мы уже ссылались.

Что же касается психологических дисциплин, также имеющих отношение к рассматриваемому здесь вопросу, то нас здесь в первую очередь интересуют сведения о наличии у субъекта специфических психологических механизмов так называемого «глубокого запечатлевания» особо значимой для него информации с продолжающимся влиянием усвоенных информационных блоков на протяжении неопределенного, но, как правило, достаточно длительного периода времени не только на психику, но и на его организм в целом. Такие, научно обоснованные данные приводятся в многочисленных публикациях по теме психопатологических и других клинических проявления посттравматического стрессового расстройства (например, Дж. С. Эверли, Р. Розерфельд, 1981; Г. Селье, 1982; Л. А. Китаев-Смык, 1983; Н. В. Тарабрина, 2001; С. Гремлинг, С. Ауэрбах, 2002; Э. Б. Фоа, Т. М. Кин, М. Дж. Фридман, 2005; Ю. В. Щербатых, 2006; Г. Б. Моница, Н. В. Раннала, 2009; Р. В. Кадыров, 2020). Понятно, что в данном случае речь идет о пережитом деструктивном, дезадаптирующем опыте. Именно такой деструктивный опыт «глубокого запечатлевания», в итоге, проясняет механизмы блокировки естественных адаптационных процессов по усвоению альтернативной развивающей информации у пациентов / клиентов. Что, по всей видимости, и имел в виду Джером Франк, когда говорил о том, что вся эффективная психотерапия может быть сведена к успешному противостоянию альянса терапевта и клиента вот такому деморализующему влиянию пережитого негативного опыта.

Здесь же уместно сказать и о долговременном влиянии «глубокого запечатлевания» какой-либо новой, и актуальной информации с отчетливым позитивным вектором такого влияния. Но как раз этот аспект, в рамках проводимых научных исследований, изучен в минимальной степени. Между тем, в литературе религиозно-мистического толка придается большое значение факту «глубокого запечатлевания» пережитого религиозного опыта, на основании чего, собственно, и формируется феномен веры и соответствующая ресурсная метапозиция бытия-в-мире (У. Джемс, изд. 1993).

Большинство исследователей, который занимались вопросами особой восприимчивости субъекта к тому или иному типу информационного воздействия, обращали внимание на тесную взаимозависимость данной проблематики с определенными состояниями сознания. И далее, их объяснительные модели выстраивались с учетом представлений – мистических, философских, научных – о феномене сознания (например, В. Э. Пашковский, М. И. Зислин,

2005; Д. Л. Родзинский, 2006; В. И. Молчанов, 2007; Иванов Д. В. 2013; Д. И. Дубровский, 2015); а так же, описаний собственно психологического, функционального содержания феномена сознания, которые, по сути, дублируют содержательные характеристики психических свойств, состояний и процессов (например, У. Джеймс, 2011; Г. Хант, 2004; Р. Орстейн, 2011; А. Ревонсуо, 2013 и другие).

В тематических публикациях последних десятилетий можно встретить и более сложные модели функционирования феномена сознания (например, Е. П. Гора, 2005; О. В. Гордеев, 2008—2012; Ч. Тарт, 2012; К. Мартиндейл, 2012; Дж. Гоуэн, 2012; А. Дейкман, 2012), в которых активность психических процессов, в том числе и процессов восприятия и переработки информации, увязывается с набором неких дискретных состояний сознания, обеспечивающих требуемую интенсивность, интенцию и эффективность данных процессов. Однако, даже и в этих публикациях основной акцент делается на описание таких дискретных состояний измененного сознания, или ДИСС в классификации Ч. Тарта, которые интерпретируются как *регрессионные*, и в силу этого обеспечивающие определенную пластику так называемых познавательных единиц сознания (К. Мартиндейл, 2012). То есть, в соответствии с вышеприведенными объяснительными моделями, конструкции психического, являющиеся мишенями психотерапевтического воздействия, приобретают некие пластические свойства с достижением терапевтической регрессии функции сознания. И такая позиция является доминирующей, в том числе и в интерпретации терапевтических механизмов традиционной и модифицированной гипнотерапии, а так же многих других методов современной психотерапии.

## **2.1. Механизмы обеспечения эффективности краткосрочных методов профессиональной психотерапии (по итогам психотехнического анализа)**

Проблематика обеспечения и определения эффективности краткосрочных форматов психотерапии не является какой-то отдельной проблемой и в итоге сводится к к аналогичной проблематике для психотерапии как таковой (А. Л. Катков, 2015). То же касается и объяснительных моделей, конкретизирующих механизмы терапевтической динамики в ходе проводимой психотерапии.

Традиционно в психотерапии суть психотерапевтического процесса понимается в том числе и как воспроизводство уникального герменевтического акта: между клиентом и психотерапевтом, клиентом и его собственным проблемным состоянием или ситуацией; клиентом и его собственными ресурсными возможностями по преодолению соответствующего проблемного состояния или ситуации. Отсюда и достаточно распространенное мнение о психотерапии как о ремесле или искусстве, с аргументами, выстроенными в том духе, что – да, терапевтические (понимающие и поддерживающие) отношения в идеале должны присутствовать в каждой психотерапевтической сессии. Но это, все же, уникальные отношения по содержанию, нюансам, векторам поддержки и пр. Что же касается универсальных или общих факторов психотерапии – то, по весьма распространенному среди оппонентов профессиональной психотерапии мнению, все это сомнительно и явно недостаточно для того, чтобы утверждать о наличии проработанной модели отслеживания эффективности процесса психотерапии, и, следовательно, признавать данное направление научным.

Другая аргументированная точка зрения состоит в том, что психотерапия – это еще и особая гуманитарная наука, в которой герменевтика, собственно, и является основным способом познания предметной сферы этой науки, и далее – способом понимания и разрешения возникающих здесь коллизий (или конфликтов интерпретаций по Рикеру). Так, например, известные в психотерапевтическом мире специалисты А. Притц и Х. Тойфельхарт в подготовленном ими разделе единственного в своем роде манифеста научной психотерапии «Психотерапия: новая наука о человеке» (1999) пишут следующее: «Вместе с отказом от претензий на естественнонаучность, в психотерапии все большее место начинает занимать понимание сути дела. То есть обращение к такой исследовательской работе, которая выполняется по другую сторону систематического применения экспериментов. Иными словами – к научной традиции герменевтики, или учению о понимании». Отсюда, по мысли авторов, психотерапия является наукой в том же смысле, в каком метод герменевтического понимания и интерпретации субъективной сущности человека определяется как научный.

И далее А. Притц и Х. Тойфельхарт говорят о том, что «Психотерапевт и пациент сообщают „мифический ковер“ законной для них действительности. При этом психотерапия помогает пациенту в познании и понимании его субъективной истины». Психотерапевтический процесс, следовательно, представляет собой герменевтический акт, который может быть адекватно проанализирован и понят лишь с использованием методологии «научной герменевтики». Тем не менее авторы признают, что единообразного понимания или даже консенсуса в отношении содержания данного понятия в сообществе представителей гуманитарных наук, как и в психотерапевтическом сообществе в целом, так и не сложилось. И что это и есть основная проблема герменевтики. Таким образом, здесь нас возвращают к эпистемологическим позициям известных ученых-философов В. Дильтея и Х.-Г. Гадамера, которые вполне принимаются лишь в полюсе гуманитарных наук. А этого, конечно, явно недостаточно для легитимизации психотерапии в качестве признаваемого научного направления. И тем более этих общих



рассуждений недостаточно для обоснования возможности достижения наиболее востребованного психотерапевтического эффекта: «максимум конструктивных терапевтических изменений в минимальное время».

Между тем, в фокусе разработанных в самые последние годы положений общей теории психотерапии (ОТП) психотерапевтическая герменевтика имеет прямое отношение к феномену психопластичности, направленному взаимодействию базовых контекстуальных мета-технологий в общем пространстве трехуровневой психотерапевтической коммуникации. Перечисленные компоненты ОТП, с нашей точки зрения, являются весьма убедительной и, главное, доказательной моделью психотерапевтических изменений, ибо все эти компоненты раскладываются по шкалам субъективного и объективного контроля методологии психотехнического и комплексного анализа психотерапевтического процесса (А. Л. Катков, 2022).

За счет чего, собственно, решается и другая важнейшая задача сведения множества «разнокалиберных» психотехнических концептов, так или иначе обосновывающих направленность усилий по оперативному достижению планируемого психотерапевтического результата, к внятной интегративной модели. Не только приемлемой для различных направлений и моделей психотерапии, но и усиливающей – в смысле перспектив существенного повышения эффективности – каждую из них. Более подробно этот вопрос рассматривается в следующих разделах монографии.

## **Заключение по литературному обзору**

По материалам вышеприведенного обзора литературы и проведенного комплексного анализа имеющихся в нашем распоряжении источников, экспресс-формат психотерапевтической (как бы не обозначалась психотерапия в различные исторические эпохи) помощи занимал главенствующее положение и демонстрировал свою эффективность в плане существенного повышения адаптивных кондиций человека и общества.

В эпоху Нового и особенно Новейшего времени формат экспресс-психотерапии (1—3 психотерапевтические сессии) также является наиболее востребованным в общем поле помогающих и развивающих практик.

Об этом убедительно свидетельствуют следующие факты:

- парапрофессиональная практика (магия, колдовство, целительство, экстрасенсорика и проч.) занимает до 90% рынка технологический; «магическая» интервенция обычно реализуется в 1—2 процедуры;
- распространенная в аддиктологической практике процедура стресс-шоковой психотерапии (кодирование) проводится за 1 сеанс с минимальной подготовкой;
- кривая потерь клиентов в психотерапии, по результатам метаанализов, проводимых с 80-х годов прошлого столетия, показывает, что от 30% до 60% клиентов не возвращаются на вторую назначенную сессию (Ш. Остед, 1996);
- от 60 до 80% амбулаторных пациентов демонстрируют улучшение после первой встречи с психотерапевтом (Джером Д. Франк, 1987);
- наиболее распространенные методы краткосрочной психотерапии обычно реализуются в 5—10 психотерапевтических сессий, что также не соответствует оптимальному – с точки зрения ожиданий и реального поведения клиентов – бюджету времени;
- клиенты выбирают более быстрые и легкие пути получения помощи в связи с имеющимися у них адаптационными расстройствами (С. Миллер, 2017).

Экспресс-психотерапия, по характеристикам временных форматов и нацеленности на эффективное решение актуальных проблемных ситуаций, выполняет функции первичной психотерапевтической помощи (служба первого контакта по классификации ВОЗ), с возможностью максимального охвата нуждающегося населения.

В данной связи, парадоксальным выглядит факт наиболее слабой теоретической и практической разработанности данного важнейшего сектора профессиональной психотерапии.

## **Раздел I. Теоретические основы метода полимодалной экспресс-психотерапии**

*Под экспресс-психотерапией* понимается практика использования достаточно специфических методик и средств профессиональной психотерапии, с целью достижения значительных, устойчивых и продолжающихся конструктивных изменений у клиентов в ограниченные временные периоды (1—3 терапевтические сессии).

Полимодалный подход в психотерапии, развиваемый в Российской Федерации с начала 80-х годов профессором В. В. Макаровым, отличается от эклектического (Р. Фитцджеральд) и мультимодального (А. Лазарус) подходов прежде все системной проработкой теоретических основ данного метода. И в этом смысле полимодалный подход удачно совмещает два главных модуса интеграции профессиональной психотерапии: 1) технический эклектизм; 2) теоретическую интеграцию. Что, в нашем случае, и обеспечивает искомый результат психотерапевтического взаимодействия.

Разрабатываемая нами с конца 90-х годов версия полимодалного подхода в психотерапии включает следующие теоретические компоненты:

- концепция адаптивно-креативного цикла;
- концепция психопластичности;
- концепция трехуровневой психотерапевтической коммуникации;
- гипотеза деморализации (Джером Д. Франк, 1986);
- ключевые механизмы изменений в процессе психотерапии (К. Гравэ, 1997).

При том, что два последних компонента в настоящем перечне проработаны с учетом первых трех концептуальных положений и поэтому рассматриваются в общей структуре данных концептов.

Далее, вышеприведенные теоретические компоненты подкрепляются соответствующими психотехническими конструкциями: функциональной классификацией мишеней, разработанной в рамках полимодалной психотерапии; систематикой базисных технологий, используемых в рамках полимодалного подхода.

Теоретические компоненты метода полимодалной экспресс-психотерапии, проясняющие и аргументирующие возможность достижения наиболее востребованного психотерапевтического эффекта: «максимум конструктивных терапевтических изменений за минимальное время», рассматриваются нами в приведенной выше последовательности.

## Концепция адаптивно-креативного цикла

Данный концепт разработан на основании разработанных нами положений обновленной теории адаптации, эвристических следствий первого матричного уровня общей теории психотерапии в области биологии и медицины, а также по результатам масштабных исследовательских проектов в сфере определения эффективности интегративных подходов в психотерапии (А. Л. Катков, 2022).

В данном случае мы сосредоточимся на описании идентифицированных вариантов, этапов и фаз адаптивно-креативного цикла, а также на возможности выведения на данной основе универсальных параметров и индикаторов эффективности психотерапевтического процесса.

Под адаптивно-креативным циклом понимается структурированный – по определенным функциональным типам, этапам и фазам – процесс адаптации субъекта к каким-либо проблемным для него ситуациям, обстоятельствам, состояниям. При этом под проблемной ситуацией понимается такое стечение субъективно сложных для человека обстоятельств, для которых характерны: 1) особая значимость; 2) более или менее выраженный временной прессинг; 3) отсутствие очевидно правильного решения; 4) наличие признаков адаптационного напряжения или «провала».

Обозначение каждого этапа и фазы адаптивно-креативного цикла, как, собственно, и самого этого концепта, отражает функциональную суть рассматриваемого фрагмента адаптационной активности субъекта, но также и сущностную «подсказку» в отношении наиболее адекватного вектора психотерапевтической активности в каждый момент времени проведения психотерапевтического процесса. То есть концепт адаптивно-креативного цикла, помимо прочего, выполняет еще и прагматическую задачу определения системы функционально понятных для специалиста-психотерапевта адаптивных координат гипотетического клиента.

Адаптивно-креативный цикл, по результатам проведенных нами исследований, представлен следующими этапами, фазами и вариантами их прохождения.

*Этап адаптационной стабильности – напряжения.* Данный этап, характеризующий переход субъекта из зоны относительной адаптационной стабильности и комфорта к состоянию адаптационного напряжения (обычно в связи с каким-либо критическим изменением актуальных для субъекта характеристик информационной или биологической среды), включает следующие фазы:

1) *тестовой активности среды:* тестирование осуществляется в системе значимых дуальных критериев: понятно – непонятно; опасно – безопасно; интересно-неинтересно; комфортно – некомфортно; срочно – не срочно и проч.;

2) *уточнения проблемного поля:* активность субъекта в ходе реализации предыдущей фазы способствует идентификации проблемных ситуаций, для которых характерны уже перечисленные нами общие признаки, и в том числе – наличие адаптационного напряжения, парциального либо тотального дискомфорта, признаков синдрома деморализации (по Дж. Франку);

3) *попыток решения проблемной ситуации с использованием имеющихся ресурсов*, т. е. с позиции накопленного объема знаний, умений, навыков: обычно фиксируется безуспешность такого рода стратегии на основе отрицательной обратной связи; дальнейший рост адаптационного напряжения с максимальной выраженностью признаков синдрома деморализации.

Особенностью *конструктивного варианта* прохождения данного этапа является существенное сокращение длительности, а также минимальная выраженность признаков адаптационного напряжения и состояния деморализации на второй-третьей фазах. В то же время для *кризисного варианта*, наоборот, характерны растягивание длительности или даже «застрева-

ние» субъекта на второй-третьей фазах рассматриваемого этапа и максимальная выраженность состояния деморализации. Антиресурсный статус деморализованного субъекта в этом случае объективно препятствует абсолютно необходимому здесь креативному синтезу обновленной адаптивной стратегии. Отсюда понятно, почему для клиентов, пребывающих на данном этапе адаптивно-креативного цикла, синдром деморализации является основной психотерапевтической мишенью.

*Этап мобилизации креативно-пластических ресурсов.* Данный этап, создающий условия для генерации альтернативных форм поведения субъекта в кризисной ситуации и, соответственно, генерацию первичных креативных импульсов по данному направлению, включает следующие фазы адаптивно-креативного цикла:

4) *трансформация базисных адаптационных стратегий:* от стереотипной, защитно-конфронтационной к синергетической (креативной) – такая трансформация закономерно сопровождается динамикой «перемещения» субъекта к ресурсному полюсу активности психических процессов, изменением границ и степеней свободы основных структурных компонентов реальности, имеющих отношение в том числе и к проблемной ситуации;

5) *актуализации креативного потенциала субъекта с формированием первичного ресурсного состояния,* для которого в идеале характерны: существенное повышение поисковой активности; гиперпластика в проявлении основных форм психической активности; спонтанная актуализация ресурсных личностных статусов, ответственных за генерацию новой адаптивной информации и соответствующих форм поведения; комплекс специфических переживаний, которые можно обозначить как «творческий подъем» или «вдохновение»;

6) *генерация альтернативных идей, гипотез в тестовом варианте:* данная фаза реализуется в соответствующем креативном мобилизационном режиме. В этих наиболее благоприятных для творческого процесса условиях формируются множественные, пока еще не оформленные идеи конструктивного решения кризисной ситуации, каждая из которых тем не менее обнаруживает свои ситуационные и перспективные преимущества, и недостатки;

7) *поиск обновлённого адаптивного инструментария* – информационного, интеллектуального, технологического, поведенческого и прочего. В ходе прохождения данной фазы субъект соотносит альтернативные способы решения проблемных ситуаций и осуществляет подбор наиболее благоприятного и перспективного варианта адаптивного поведения. Такого рода поисковая активность, как правило, содержит явную или скрытую процедуру первичного тестирования найденных новаций в системе дуальных критериев: понятно – непонятно; опасно – безопасно; комфортно – некомфортно; интересно – неинтересно.

Спонтанная реализация вышеприведенных фаз рассматриваемого этапа в относительно короткие временные периоды с актуализацией креативного потенциала в полном объеме обычно имеет место при *конструктивном варианте* прохождения адаптивно-креативного цикла. Относительно благополучно данный этап может быть преодолен и в случае *кризисного варианта* прохождения адаптивно-креативного цикла, например, при условии использования включенного потенциала соответствующих помогающих и развивающих практик.

*Этап креативного синтеза.* Данный этап, предполагающий полноценное формирование, апробацию и становление обновленной адаптационной стратегии и соответствующих моделей поведения в актуальной проблемной ситуации, содержит следующие фазы:

## **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.