

Евгений Саяпин

ПСИХОЛОГИЯ СБОРНИК СТАТЕЙ

**(из изданий Общероссийской Профессиональной
Психотерапевтической Лиги)**

**Москва
2021 г.**

УДК 159.9:364.62(081.2)

ББК 88.3+88.5

С22

Саяпин Е.В.

Психология. Сборник статей (из изданий Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги) / Евгений Саяпин — М.: Древлехранилище, 2021 — 180 с.

ISBN 978-5-93646-405-8

В представленном сборнике психолог Евгений Саяпин показывает, что даже научные статьи можно читать без страха о том, что не все поймешь и разберешь в психологической терминологии. Доходчивый, доступный, а иногда и провокационный способ изложения материала буквально творит чудеса: читатель получает работающие рекомендации, за которые на приеме у психолога надо платить деньги, причем, зачастую немалые. Автор показывает и описывает свой многолетний опыт работы в московской больнице, а также анализирует истории из своей частной практики.

В сборнике психолог Саяпин Е.В. использует свои статьи, опубликованные в изданиях Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги в 2010 — 2021 годах. Статьи написаны на самые различные темы, и каждая содержит практичные выводы и рекомендации по выходу из сложных жизненных ситуаций. Материалы тематически не связаны между собой, но внимательный читатель обязательно увидит в них общее: все это — невыдуманные истории из жизни реальных людей. Особая эксклюзивность статей — включение в них живого диалога и дискуссий на обозначенные темы, инициированных автором в его группах в соцсетях. Комментарии участников обсуждения даны без купюр.

Основная цель сборника — помочь человеку найти свой, индивидуальный подход к решению важнейших вопросов, связанных с одной из главных ценностей жизни — психологическим здоровьем, и ответить на ряд вопросов:

- Надо ли избавляться от алкогольной зависимости? Если да, то зачем?
- Насколько опасны соседи по огороду, даче или лестничной площадке?
- Азы сексуального творчества: надо ли их знать или природа сама подскажет?
- Стоит ли отвергать общение с «залетным» ребенком?
- Опасно ли общаться в соцсетях, особенно на личные темы?
- Действительно ли все психологи — бездельники и зачем они вообще нужны?
- Должен ли инвалид иметь высшее психологическое образование?
- Зачем нужна психологическая помощь пожилым людям, если они «сами все знают»?!

Охраняется Законом РФ об авторском праве

© Саяпин Е.В., 2021

© Оформление «Онлайн школа психолога Евгения Саяпина»

Вступительное слово автора

Перед вами сборник статей по психологии. Все они были опубликованы в разные годы в изданиях Общероссийской Профессиональной Психотерапевтической Лиги (ОППЛ): в журнале «Психотерапия» и «Профессиональной психотерапевтической газете».

Статьи не связаны между собой и имеют законченный вид. Но их объединяет одна особенность — это живые, невыдуманные истории клиентов и пациентов из моей практики психолога. Во многих случаях имена изменены. Все статьи написаны в научном стиле: есть введение, постановка задачи, цель исследования и ее реализация, а самое главное — выводы.

Когда я разложил статьи по хронологии, то понял, что сегодня выразил бы многие мысли иначе, особенно это касается ранних публикаций. Что ж, вполне объяснимо: жизнь идет, опыт накапливается, появляются новые знания. Но, чтобы придать дух аутентичности сборнику, я решил ничего не менять, а оставить все как было, включая редактуру.

Более 12 лет я работаю практическим психологом в больнице Центросоюза РФ (г. Москва) и веду частную практику. Имея тягу к научным исследованиям (по первому образованию инженер, кандидат технических наук) и анализу жизненных ситуаций, я часто делюсь своим опытом с коллегами и людьми, не имеющими психологического или медицинского образования. Отчасти это происходит через публикации, лекции и научные конференции. Учитывая «любовь» читателей к заумным психологическим

терминам, я всегда в статьях по практической и популярной психологии стараюсь использовать элементы юмора, что делает текст более доступным для широкой публики. При этом частенько вспоминаю фразу «отца нашего» Карла Густава Юнга о том, что только психологи изобретают слова для несуществующих понятий. Но в представленных в сборнике статьях я все же придерживаюсь академических правил, тем более, что писал их для такого солидного сообщества, как ОППЛ. Насколько это получилось — судить вам?!

Это не первый мой сборник статей по психологии, но первый относительно научный. Зачем я «рожаю» такие сборники, спросите вы! Ведь при желании всегда можно найти мои статьи в интернете или у меня на сайте! Мне часто приходится отсылать людей к своим публикациям и, как оказывается, ко многим статьям, опубликованным для ОППЛ. Изучая статистику посещения своего сайта, я также обратил внимание, что люди часто открывают именно эти статьи, например про Алкоголизм, Психологов, Общение в соцсетях, Психологию инвалидов. Не знаю, насколько внимательно они их читают и глубоко ли познают, но то, что открывают — это показывает счетчик запросов. Надеюсь, что сборник несет в себе объединенную энергию знаний и рекомендаций по выходу из сложных жизненных ситуаций, предназначенных «своему» читателю.

Сборник выпущен в бумажном и электронном вариантах.

Хочу выразить признательность президенту ОППЛ, профессору Макарову Виктору Викторовичу за возможность публиковать свои мысли на страницах уважаемых изданий!



Ежемесячный научно-практический журнал

СИХОТЕРАПИЯ

Подписные индексы:
по каталогу
агентства
«Роспечать» —
82214;
по каталогу
«Пресса России» —
45793

Телефоны
для справок:
(495) 675-45-67,
(495) 518-14-51

Адрес для писем
и бандеролей:
125315,
Москва, а/я 9

E-mail:
genius-media@mail.ru
vikgal@oppl.ru

8
2010

Читайте в номере

Решетников М.М.

Нужна ли личная терапия будущему и действующему терапевту?

Бермант-Полякова О.В.

Современные тенденции в психодиагностике на примере Роршах-теста

Колов С.А.

Особенности динамики
эмоциональных, личностных и поведенческих параметров
в процессе психотерапии комбатантов

Ижванова Е.М.

Эмоциональные проблемы формирования брачных отношений у молодых людей

Голубев В.Г.

Стратегический самоменеджмент
как инструмент информационно-психологической безопасности человека
в современных условиях

Косорукова Ю.М.

Традиции иконографии и интерпретации карт Таро
как социально-психологический феномен

Тарасенко Л.А.

Случай психотерапии пациента с деперсонализационными расстройствами
методом терапии творческим самовыражением Бурно (ТТСБ)

Саяпин Е.В.

Алкоголизм. Болезнь души и мыслей

Макаров В.А.

Индивидуация и интеграция: идеологическая парадигма новой школы

Гингер С., Гингер А.

Психотерапия и общество

Главный редактор
МАКАРОВ Виктор Викторович
 Президент Профессиональной
 психотерапевтической лиги, д.м.н., профессор
 Выпускающий редактор
ИРИШКИН Дмитрий Андреевич
 Заместитель главного редактора
ЧЕГЛОВА Ирина Алексеевна
 в.м.н., доцент

Редакционная коллегия
АЛЕКСАНДРОВ А.А.
БЕЗНОСИК Е.В.
БОВЕ И.В.
БУРНО М.Е.
ЗАВЬЯЛОВ В.Ю.
КАТКОВ А.Л.
КОРНЕТОВ Н.А.
КОЧУНАС Р.Б.
КАРВАСАРСКИЙ Б.Д.
СЕМКЕ В.Я.
РЕШЕТНИКОВ М.М.
ТУКАЕВ Р.Д.
ТХОСТОВ А.Ш.
УЛЬЯНОВ И.Г.
ШЕВЧЕНКО Ю.С.

Председатель редакционного совета
ДМИТРИЕВА Т.Б. (Россия)

Редакционный совет
АЛЕКСАНДРОВИЧ Е. (Польша)
АТАНАСОВ Н. (Болгария)
БОЙСЕН П. (Испания)
БОУДЕН Р. (Новая Зеландия)
БОХАН Н.А. (Россия)
ВИБНИЛ Э.В. (Чехия)
ГИНГЕР С. (Франция)
ГОРДОН Р.М. (США)
ГУДАРЗИ А.М. (Иран)
ДЕМИ Н. (Албания)
ДЖЕНСЕН С. (США)
ЗЕРБЕТТО Р. (Италия)
КАШКАРОВА О.Е. (Россия)
КРАУЗЕ-ГИРТ К. (Германия)
КРЕНС Х. (Нидерланды)
МАДУ С. (ЮАР)
МАК-ХЭЙ Э. (Ирландия)
МАУДЕР Х. (Австрия)
МИ АРЛИНГ (Швеция)
МИНГИ К. (Китай)
ПЕЗЕШКИАН Х. (Германия)
ПЕРЕС А. (Аргентина)
ПРИТЦ А. (Австрия)
САСАКИ Ю. (Япония)
СИДОРОВ П.И. (Россия)
СТАЙН М. (Швейцария)
ФИЛЬЦ А. (Украина)
ХАРМАТА Я. (Венгрия)
ШАНКАР Г. (Индия)
ШАФРАН В. (Бельгия)
ЭЛЬЯКИМ М. (Бельгия)

Издатель: ООО «Гениус Медиа»
ИРИШКИН Андрей Александрович
 Председатель Совета директоров
ИРИШКИН Дмитрий Андреевич
 Генеральный директор
 Литературная редакция
КОМАРОВА Анна Константиновна
 Дизайн и верстка
ШЕВЧУК Ольга Анатольевна
 Распространение и подписка
СКВОРЦОВ Владимир Владимирович
 Предельная подготовка

Адреса редакций:
 1. 109280, Москва, 2-й Артозловский пр., 4,
 Кабинет психологии. Тел./факс: (495) 675-45-67.
 E-mail: center@orpl.ru
 2. 125315, Москва, ул. Балтийская, д. 8, офис 344,
 Издательство «Гениус Медиа»
 Тел.: (495) 518-14-51; факс: (495) 601-23-74
 E-mail: genius-media@mail.ru.

Внимание авторов и читателей!
 Рукописи и иллюстрации не возвращаются.
 При перечислении материалов согласование с
 редакцией журнала «Психология» обязательно.
 За содержание рекламных публикаций
 ответственность несет рекламодатель.
 © ООО «Гениус Медиа», 2010.
 Тираж 200 экз.

ПСИХО ТЕРАПИЯ

Ежемесячный рецензируемый научно-практический журнал

2010 г. №8 (92)

СОДЕРЖАНИЕ

Мир психотерапии и вокруг.....	3
ОБЗОРЫ, ЛЕКЦИИ, ДОКЛАДЫ	
Решетников М.М. Нужна ли личная терапия будущему и действующему терапевту?	12
Бермант-Полякова О.В. Современные тенденции в психодиагностике на примере роршах-теста	16
РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ	
Колов С.А. Особенности динамики эмоциональных, личностных и поведенческих параметров в процессе психотерапии комбатантов.....	26
ГЕНДЕР. СЕМЬЯ. ДЕТИ. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ	
Ижванова Е.М. Эмоциональные проблемы формирования брачных отношений у молодых людей.....	32
МЕТОДИКА, МЕТОД, МОДАЛЬНОСТЬ, ПОЛИМОДАЛЬНОСТЬ	
Голубев В.Г. Стратегический самоменеджмент как инструмент информационно-психологической безопасности человека в современных условиях.....	37
МИФЫ, ЗНАКИ, СУБКУЛЬТУРА	
Косорокова Ю.М. Традиции иконографии и интерпретации карт Таро как социально-психологический феномен.....	42
ИЗ ОПЫТА ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ	
Тарасенко Л.А. Случай психотерапии пациента с деперсонализационными расстройствами методом терапии творческим самовыражением М.Е. Бурно (ТТСБ)	49
Саяпин Е.В. Алкоголизм. Болезнь души и мыслей	59
ТОЧКА ЗРЕНИЯ	
Макаров В.А. Индивидуация и интеграция: идеологическая парадигма новой школы	66
ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ	
Гингер С., Гингер А. Психотерапия и общество	69

Алкоголизм. Болезнь души и мыслей

Саяпин Е.В. к.т.н., практический психолог, муниципальное учреждение ДМЦ «Синяя птица» Метрогородка; консультант, клиника «Медси-Центросоюз» г. Москвы.

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru. Сайт: www.menconsulting.ru

Исследуются психологические причины алкоголизма, и приводится конкретная жизненная история. Предлагается рабочая гипотеза о том, что мысли алкоголиков имеют особый энергетический резервуар, который помогает и защищает людей, подверженных алкогольной зависимости.

Ключевые слова: *алкоголизм, мысли, мыслесборник, страхи, осознание.*

Алкоголизм — беда нашей жизни. Алкоголизм — это неумеренное употребление спиртных напитков, приносящее вред здоровью. Такие прописные истины знает каждый здравомыслящий человек. Так почему тогда люди пили, пьют и будут дальше пить? Может быть, это все-таки не истины? Ведь знания по спиртосодержащим жидкостям, по виноделию людям даны от Всевышнего. Многие знания используются человеком для своего блага и нормального обеспечения жизнедеятельности. Например, в медицине спирт является дезинфицирующим средством, умеренное потребление красного вина в подводном флоте используется как ценное профилактическое средство, в христианской религии вино символизирует кровь Христо-

ву (причащение), используется как приобщение к духовному братству и т.д.

Алкоголизм, пьянство как негативное явление, как заболевание существовали практически на протяжении всей истории человечества, только вот качество их последствий с каждым веком видоизменялось и модернизировалось. Судя по историко-литературным данным, наиболее тяжелые формы этих расстройств появились в XX веке и продолжают появляться в XXI веке. Это касается как души человека, так и его физиологического состояния.

Считается, что в появлении химической зависимости (алкогольная и наркотическая) виноват научно-технический прогресс, а вернее сказать, его результаты. Алкогольная зависимость как медицинский диагноз оформилась относительно недавно. Думается, что дело здесь не только в количестве, а в качестве употребляемых напитков. В погоне за прибылью и уменьшением себестоимости спирто-содержащих напитков производители стали использовать современные технологии химической промышленности, пренебрегая старыми традициями. Если веками соблюдалась технология выгонки виноспирта из ячменя, ржи, плодовых ягод, то сегодня широко используют продукты нефтехимической промышленности. Что из этого следует, мы наглядно видим по лицам и поступкам людей, употребляющих современные алкогольные напитки. Более того, все чаще звучат мнения специалистов о том, что некачественные алкогольные напитки перепрограммируют человека на генетическом уровне. Дестабилизируется генофонд человека, генофонд нации.

Предположений и объяснений причин алкогольной зависимости существует огромное множество, но негативных последствий от всего этого становится не меньше, а,

к огромному сожалению, только больше (убийства, насилие, извращения, преждевременные смерти). Конечно убежденность, что во всем виноват кто-то другой, уводит мысли человека от первопричины алкоголизма. Поэтому многие надеются, что придет добрый человек, даст лекарство от алкоголизма и спасет от беды. Однако первопричина заложена в самом человеке, в его мозгах, в его мыслях, в его действиях. Поэтому ждать доктора или надеяться, что улучшится качество алкоголя, да еще при низкой его цене, конечно же, можно, но такое ожидание без «включения» собственных личностных ресурсов может привести к фатальному результату, т.е. к мучительной смерти.

В разные времена государственные деятели вставали на борьбу с алкоголизмом или, по крайней мере, пытались контролировать рынок алкогольной продукции. Недавним примером может служить борьба с алкоголизмом в нашей стране в 80-х годах прошлого столетия. Тогда на борьбу встало практически все общество, но только не против алкоголизма, а против своих правителей, которые посягнули на «святое». В борьбу включились даже непьющие люди. На борьбу с терроризмом наши люди так не поднимались, как встали за защиту своих алкогольных интересов и прав. Интересно, какая же сила подняла их на это «благое» дело?

Я попытаюсь выдвинуть свою гипотезу о том, что причина такого развития событий — так называемый эгрегор алкоголизма. С древних времен среди людей бытовало убеждение, что мысли материальны и часть из них собирается в пространстве, образуя скопления, или резервуары, которые, аккумулируя энергию, постепенно становятся мощными действующими силами, влияющими на социальную динамику, а, иначе говоря, на человеческие жизни. Можно предположить, что наиболее мощные резервуа-

ры формируются в пространстве взаимоотношений народа и власти.

В эзотерической литературе существует определение и описание такого явления, как *эгрегор*. «Эгрегор — это своеобразные энергетические ниши, резервуары, образующиеся за счет мысленной (биоэнергетической) связи тождественных или родственных менталитетов (интеллектов, душ), замыкающихся на определенный образ, идею, вид деятельности» [3]. Такие эгрегоры есть у ученых, врачей, крестьян, студентов, священнослужителей, гомосексуалистов, бандитов, алкоголиков и пр. В дальнейшем по тексту для наглядного понимания мы будем обозначать эгрегор алкоголизма словом «мыслесборник». Те из нас, кто хоть раз в жизни принимал в себя спиртосодержащие напитки, наверное, думали что-то вроде: «Как мне надоели все эти разбирательства с женой, с тещей, лучше выпить и успокоиться; надо бы сходить налево от жены и для храбрости принять в себя грамм сто; что-то не везет мне с друзьями в этой жизни, и поэтому так тоскливо на душе, что надо бы немного расслабиться; сил, физической энергии не хватает, поэтому надо поддержать себя рюмочкой-другой; домой после работы не хочется идти, поэтому вечером посижу с друзьями и выпью пива; просто мне нравится сам процесс алкогольного опьянения, вот если бы только не мучил похмельный синдром, вообще бы красота была». И так далее и тому подобное. Как вы считаете, сколько людей в мире думают в аналогичном направлении? Мысли не имеют языкового барьера, они формируются по своим законам и правилам. Мыслесборник — это огромное, самостоятельное «государство», созданное и питающееся мыслями конкретных людей разных национальностей, в данном случае людей, употребляющих алкогольные напитки.

Где грань между алкоголизмом и просто выпивкой? Где грань между алкогольной зависимостью и приятным времяпровождением? Например, кого-то рюмка водки покатит в алкогольную пропасть, а кто-то никогда не будет считать себя алкоголиком от своей ежедневной нормы в один-два литра алкоголя. Как определить, когда человек подвержен алкоголизму как зависимости, а когда нет? Человек, который употребляет разумное количество спиртного, будет являться членом Мыслесборника или нет? Существует ли в Мыслесборнике «вступительные экзамены»? Например, выпиваешь один-два литра водки в неделю — являешься действующим членом Мыслесборника, выпиваешь меньше — только кандидатом на вакантную должность. Во сколько лет принимают в Мыслесборник? Такая небольшая часть вопросов начинает появляться у человека, который сталкивается с неизвестными ему до определенного момента знаниями.

Можно предположить, что Мыслесборник — это своего рода энергетическая система со своей иерархией и системой распределения жизненной энергии для своих подопечных. Мыслесборник редко бросает своих членов на произвол судьбы. Это бывает лишь в том случае, когда совсем уже опустившийся и не «развивающийся» алкоголик не наполняет общую копилку своими мыслями, идеями. От неумеренного количества алкогольных напитков со временем у человека снижается интеллект, ухудшается память и уменьшается способность к внутреннему анализу и осмыслению.

Мыслесборник защищает своих «достойных» представителей от смерти и от разных несчастных случаев. «Пьяному море по колено», такую поговорку используют обычно люди, которые узнают о подвигах алкоголика. Например,

заснувший на морозе алкоголик зачастую выходит относительно «невредимым» для своего здоровья, чего не скажешь о трезвеннике. Приведу характерный пример, пережитый мною в юности. При праздновании очередного Нового года мы крепко выпили и вышли на балкон пятого этажа покурить. Один из наших товарищей случайно выпал с балкона и приземлился в небольшом сугробе, рядом со скамейкой у подъезда, где тихо и мирно заснул. Мы, встревоженные и напуганные, естественно, перетащили его в дом. Утром он не мог поверить нашему рассказу, и только его пятая точка, полностью синего цвета, выступала свидетелем правдивости нашего рассказа.

Почему я так уверенно говорю о Мыслесборнике? Совсем в недавнем прошлом я сам лично испытал на себе его огромную силу и мощную энергию. Приход в это сообщество мыслей у всех людей абсолютно разный, но общие закономерности повторяются довольно часто. Свои первые сто грамм водки я выпил в 14 лет в компании старших ребят. Хотя разница между нами была только два-три года, но мне они тогда казались «профессорами» жизни. В подростковом периоде юноша всегда тянется к более старшим ребятам для получения опыта, жизненных знаний и физической защиты. Что заставило меня тогда взять в руки свой первый стакан водки? Это был обычный страх перед тем, что старшие ребята будут считать меня слабым человеком. Мне хотелось понравиться, чтобы меня оценили и похвалили.

В юности я начал встречаться с девушками, причем не с теми, кто по-настоящему нравился, а обычно с девушками, которые были более доступны по поведению и стилю общения. Если девушка была для меня недоступна по знаниям, по своему уровню развития, то я, как правило, для храбрости выпивал водки, чтобы раскрепоститься и рас-

сказывать ей разные небылицы. Я хотел понравиться девушке и искренне считал, что с помощью «взрослого» напитка — водки — это можно сделать гораздо эффективнее. В состоянии алкогольного транса всегда было проще начать знакомство с девушками. Дискотеки, танцы также внесли свою лепту в мое «алкогольное» развитие. Практически всегда танцы заканчивались массовыми драками, а чтобы не было страшно, приходилось перед этим мероприятием выпить лекарство от страха, т.е. водки. В своей юности многие мужчины подвергались предательству со стороны девушек, и такая участь также не обошла меня стороной. Для уменьшения душевной боли я сильно напивался и жаловался на свою несчастную судьбу своим товарищам, не забывая при этом и им налить стакан водки, чтобы они мне посочувствовали.

Будучи студентом, я жил в общежитии, где жило еще пятьсот студентов с разных курсов. Там я научился пить водку, запивая ее пивом, причем это было нормальным явлением как для юношей, так и для девушек. Хотя по возрасту мы были не настолько взрослыми людьми, но пили по-взрослому. Простите за тавтологию. Это были обычный страх и показная смелость, так как, что ни говори, жить в чужом городе вдаль от родителей без их моральной поддержки довольно тяжело. Хотя жить в общежитии было всегда весело и непринужденно, но вирус страха и тревоги присутствовал в стенах здания. Мы были под невидимой энергетической защитой кого-то извне, и это зачастую ощущалось.

В организациях «старые» члены трудового коллектива всегда пробивают новичков на коммуникабельность, выясняют, жадный или щедрый, какое у него отношение к деньгам, нальет стакан или не нальет. Новички являются своего

рода свежей энергией для разбавления старого коллектива, а связующим звеном в этих взаимоотношениях зачастую является алкоголь. Поэтому если кто не брал в рот спиртного в институте, то на работе от таких мероприятий довольно трудно было отмахнуться или же приходилось оставаться в изгоях с материальными потерями. Так было в 80-е годы прошлого столетия.

Семья, дети, зачастую однообразная жизнь вызывают ощущение тягостной монотонности у многих людей, не умеющих выстраивать свои планы на будущее. Чтобы хоть как-то отвлечься от серых будней, зачастую они находят друзей по несчастью. Это могут быть либо соседи по подъезду, либо товарищи по работе с похожими проблемами. Для лучшего понимания всегда присутствовал алкоголь. Невозможность внутреннего анализа своей жизненной программы или, наоборот, осознание, что окончил не тот техникум или институт, что рано женился и нельзя уже ничего поменять из-за отсутствия сил, неверия в себя, приводило нас, 30-летних людей, в состояние бессилия. Многие опускали руки и находили утешение в алкогольных напитках, а кто-то, наоборот, накапливал энергию для активных действий. Поэтому говорить о том, что алкоголь — это всегда плохо, однозначно нельзя.

В период социальной зрелости многие мужчины проходят огонь и воду, а вот с медными трубами не всегда получается. Что это значит? Вседозволенность, честолюбие, властолюбие, всемогущество, непомерная гордыня и т.д. А с другой стороны, те же страхи: жена застанет с любовницей, привлекут к ответственности за незаконные финансовые схемы, предадут друзья, партнеры по бизнесу и пр.

Кризис среднего возраста заставляет многих людей искать ответ на основной жизненный вопрос — а что будет

дальше, для чего жить и как жить? Почему внутри так пусто и одиноко, что такое душа? Чего я вообще достиг в жизни, помимо работы? Страх перед неполучением своего ответа или, наоборот, перед получением честного, правдивого ответа приводит еще к большему внутреннему дискомфорту, а чтобы об этом особо не задумываться, лучше принять в себя определенное количество алкоголя. Но даже это не помогает, так как все равно приходится отвечать. Иногда в качестве ответа на невыполненный жизненный урок выступают болезни, а иногда теряются деньги, что называется, на ровном месте. Если осознания своей жизни не происходит, то и степень жизненного испытания увеличивается. Так, у многих моих сокурсников, которые в студенческие годы вообще не брали в рот спиртного, после 40 лет все летело и срывалось в жизни. Что же это за явление? Наверное, все тот же страх, бессилие, неверие в себя перед завтрашним днем, перед тем, что не успел реализоваться в жизни как специалист, как личность. К огромному сожалению, сегодня не существует школ для людей, которые вошли в период середины жизни. Не существует конкретных рекомендаций и предложений, что надо начинать учиться жить по-новому, прежде всего для своей души, для своего внутреннего развития. Надо просто, как когда-то в юности, т.е. шаг за шагом, познавать другую, взрослую, жизнь, только уже с другими нравственными приоритетами, свойственными определенному возрасту.

В период середины жизни многие люди осознанно или неосознанно приходят в религию, пытаясь там получить для себя ответы, что делать дальше и соответственно найти рецепты от душевных мук. Я сегодня понимаю, что алкоголизм — это заболевание души, причем довольно сложное заболевание, которое требует сложного осознания. Однаж-

ды во сне я увидел «интересные» картинки в виде движущихся существ непонятных объемов и конфигураций. В простонародье это явление обычно объясняется одним мощным словом «белочка». Во сне я испытал животный страх. Я почувствовал себя беззащитным и беспомощным, перед чем-то сильным и разрушительным. «Оно» пыталось войти внутрь меня, залезть в мое подсознание. Тогда пришло осознание и ощущение того, что надо мной есть более мощная сущность, которая владеет моей энергией. Она может как задержать меня далее, так и отпустить.

Мой путь освобождения от Мыслесборника прошел через внутренний страх за свое биологическое выживание. Испытав его, я стал мысленно обращаться к Пространству и просил выпустить меня, помочь мне бросить пить, так как я хочу еще что-то сделать в своей жизни, изобрести, создать. Я делал это интуитивно, и это произошло. Я думаю, что люди сами могут выбирать свой путь выхода из этого сообщества. Вполне допускаю, что подобных историй у Мыслесборника Алкоголизма существуют миллионы.

Как видно из моей истории, там, где возникали страхи, гнев, боль, непонимание, бессилие, безволие, там появлялся и алкоголь, который зачастую выступал лекарством для моего внутреннего состояния, т.е. лекарством для моей души. Лекарство это было иногда успокоительным или веселящим, а порой полностью выключающим мое сознание.

В юнгианской психологии существуют определения *анимы* и *анимуса*. Анима (лат. «душа») — бессознательная женская часть личности мужчины. В сновидениях Анима воплощается в образах женщин. Анима несет в себе закон Эроса и подчиняется ему, поэтому развитие мужской Анимы отражается в отношении мужчины к женщине. Идентификация с Анимой может проявляться в перепадах

настроения, в изнеженности и чрезмерной чувствительности. Анимус (лат. «дух») — бессознательная мужская часть личности женщины. Он подчиняется закону Логоса. Идентификация с Анимусом проявляется у женщины в жесткости, стремлении отстаивать свою точку зрения и склонности к аргументации. Говоря о позитивной стороне Анимуса, можно представить его как внутреннего мужчину, который, подобно мосту, соединяет эго женщины с творческими ресурсами ее бессознательного [2].

Мужчина в своей жизни должен отработать, выстроить взаимоотношения со своими женщинами — матерью, женой, дочерью, любовницей и т.д. Внутренняя женщина мужчины проявляется в его страхах, депрессиях, гневе, радости, печали, боли и т.д. Зачастую страх перед тяжелой духовной работой, не всегда понятной и ясной ситуацией, незнание и неумение определения своего жизненного предназначения многие люди неосознанно доверяют лекарственному средству под названием алкоголь. Иногда количество переходит в зависимость, без осознанного анализа своих мыслей, для чего все это необходимо. В реальной жизни у мужчин, подверженных алкогольной зависимости, как раз и существуют огромные проблемы со своим женским началом, с женщинами. Это, как правило, неразделенная, несчастная любовь, это обиды на мать, на жену, дочерей. Это неосознанный страх перед Женщиной как таковой, это страх на свое внутреннее состояние. Мужчины (к сожалению пока таких мало), которые осознают и реально представляют свой приход в эту жизнь, как правило, безболезненно проходят свои этапы выстраивания межличностных отношений и развитие своей души. Мужчина, не принимающий свою внутреннюю женщину и не отдающий себе полного отчета, что он представляет собой

на самом деле как мужчина (реальные дела и поступки), подвержен алкогольной зависимости.

Для женщины этот закон действует в несколько ином порядке, т.е. ей необходимо встретить своего внутреннего мужчину через свои страхи, обиды, непонимания. В реальной жизни женщина строит свои межличностные взаимоотношения с отцом, братом, мужем и т.д. Неудача на этом пути заводит многих женщин в алкогольный поиск своего внутреннего состояния. Женский алкоголизм считается более тяжелым испытанием и менее излечимой формой заболевания.

Конечно же, можно пойти по пути дальнейшего более глубокого внедрения в суть описываемых явлений и сделать свое предположение, что человек, отрабатывающий свою внутреннюю женщину или своего внутреннего мужчину и еще связанный своими мыслями с Мыслесборником, отрабатывает как за себя, так и за того парня. Что это значит? Мысли, отправленные в адрес Мыслесборника, собираются в нем, трансформируются, модернизируются и уже «обновленными» возвращаются обратно их хозяину или другим людям. Сколько таких мыслей в год, в месяц, в день, в час получает Мыслесборник от разных людей? Мало того, что надо отработать свои проблемы, алкоголикам приходится отрабатывать еще чужие проблемы подобных себе людей. У людей и так не хватает жизненной энергии на свое обеспечение, но они вынуждены делиться ею с другими, такими же несчастными людьми. Напомню, что это только мои предположения.

Мыслесборник может выступать в роли психолога, в роли врача, в роли утешителя, в роли внимательного слушателя, в роли идейного вдохновителя, т.е. обновленные и трансформированные мысли он отдает обратно своим подопечным для поддержания их жизнедеятельности, не за-

бывая про свою выгоду. А может выступать в роли жесткого, непримиримого и не терпящего жалостливых причитаний от своих клиентов. Мыслесборник делает все это для себя с определенной целью: как можно больше привлечь и подчинить себе людей, подверженных алкогольной зависимости. Чем больше людей, тем больше мыслей, тем больше энергии для всего сообщества. В это сообщество мыслей входят абсолютно разные люди — студенты, военные, рабочие, бомжи, директора заводов, главные врачи, политики, музыканты и т.д. Входят люди, употребляющие спиртные напитки, которые мыслят, думают, питают его новыми идеями. Но, а если мысли перестают поступать от конкретного человека, то и судьба его уже predetermined, т.е. его ожидает отключение от общего энергетического потока. Все происходит по принципу «золотой» середины, т.е. при осознанности выбирается либо безалкогольная жизнь, либо подчинение и работа на кого-то другого извне, но только не на себя.

К Мыслесборнику алкоголиков следует относиться с уважением. Принижать или отвергать само явление, наверное, можно, но для человека, подверженного алкоголизму, это крайне значимое явление. Конечно, ощутить воздействие Мыслесборника довольно тяжело, как, впрочем, и пощупать его руками. Но с таким же успехом можно отвергать, например, и атомную энергию. А вот последствия применения атомной энергии, к несчастью, бывают довольно заметными по сгоревшим или изуродованным физическим телам. Почему бы тогда не понаблюдать деятельность Мыслесборника алкоголизма по физиономиям много пьющих людей?

В настоящее время наиболее распространенной методикой избавления от алкогольной зависимости является

кодирование. Как Мыслесборник относится к закодированному человеку? Оставит ли он «своего парня» в беде? То, что его подопечного насильно увезли по «скорой» или в состоянии тяжелого криза, это, конечно же, неприятность для Мыслесборника. А может быть, Мыслесборник к такому больному отнесется спокойно и нейтрально? Ведь что можно взять с «зомби», раз он в таком состоянии не питает Мыслесборник своими «алкогольными» мыслями, равно как и не просит у него для себя энергетической поддержки и защиты. Но главное заключается в том, что «зомбированный» алкоголик не становится противником Мыслесборника алкоголизма, он не «работает» на альтернативную идею «здорового» образа жизни. Ведет себя закодированный человек довольно тихо. И в большинстве случаев он не отказывается от своих старых мыслей. Парадокс лечения заключается в том, что алкоголик от своих страхов как раз прячется за алкоголем, а кодирование основывается все на том же страхе. Человек просто боится употреблять алкогольные напитки в силу того, что нарколог ему говорит, что смешивание алкоголя с «кодирующим» лекарством может привести его к смерти. Страх лечится страхом. Страх накладывается на страх, т.е. происходит его объемное увеличение. Внутренний страх алкоголика психологически подавляется страхом его физиологической смерти, в большинстве своем без осознания. Для кого-то это бывает довольно действенной и конкретной мерой излечения, и они при своем осознании, при анализе своей жизни просто бросают пить. К сожалению таких людей пока меньше. Но другую категорию людей, тех, кто не чувствует своей жизненной перспективы, постоянный страх приводит к чувству усталости, т.е. человек со временем устает бояться и утрачивает веру в то, что жизнь у него может

поменяться. Человек снова возвращается в ряды своих единомышленников по алкоголю. Мыслесборник не мстит за «предательство». К тому же, меняя свою жизнь даже на небольшой промежуток времени, человек получает новые знания, новые мысли, которые в будущем пойдут все в тот же общий Мыслесборник, если человек осознанно не захочет покинуть его. Поэтому, как это ни жестоко признать, для людей, которые не осознали исчерпанность своего пребывания в Мыслесборнике алкоголиков, трудно будет оставить своих «единомышленников». Они оказываются не в состоянии пройти внутреннее жизненное испытание. У человека появляется своего рода «психологическая» зависимость от Мыслесборника, которому он порой больше доверяет, чем самому себе. Известно, что любая зависимость человека, а алкогольная не является исключением, возникает сначала психологически, а только потом на физиологическом уровне.

Существует ряд других форм избавления от алкоголизма. Иногда предложенные методы избавления от алкогольной зависимости вызывают даже не улыбку, а настоящий внутренний ужас. Так, некоторые «специалисты» предлагают удалить «центр удовольствия», другие предлагают нагревать мозги алкоголика до 43 градусов либо замораживать их на время, а то еще предлагается обычная порка больных. Как знать, может быть, некоторые оригинальные способы и помогают кому-то избавиться от алкоголизма, но поменять внутреннее осознание человека, зависимого от алкоголя, только одной его поркой — это довольно сомнительный способ.

В традиционной психологии существует правило, что психолог не должен сам лично проходить в своей жизни то, с чем к нему обращаются его клиенты. Но в случаях с хи-

мической зависимостью, таких, как алкоголизм или наркомания, мое мнение несколько отличается. Я считаю, что специалист должен сам, а не понаслышке или по учебникам, чувствовать, представлять душевную и физическую боль своего клиента. Я не призываю специалистов проходить весь крошечный ад алкоголизма до самого его дна. Но человек, который когда-то сам был подвержен таким недугам, может применить свои поиски выхода из зависимости и помочь человеку на деле, а не словах. По такому принципу создаются общества анонимных алкоголиков. Люди своими словами, своими историями, своими мыслями пытаются «развязаться» с сообществом Мыслесборника алкоголизма, пытаясь создать уже свой Мыслесборник анонимных алкоголиков. Надо признать, что на сегодня это наиболее эффективный и продуктивный способ изменения своих мыслей и соответственно своей жизни.

Мой метод относительно несложен. Он заключается в том, чтобы начать самостоятельно развязываться мыслями, словами, а затем уже, поступками, действиями с Мыслесборником [1]. Человек психологически должен признать и осознать свой алкоголизм как болезнь. Хотя на словах вроде бы просто, а вот в реальной жизни возникает вполне закономерный вопрос, как это все сделать. Клиенты не всегда сразу принимают и осознают мои слова и доводы. По мере совместного психологического анализа своего внутреннего состояния (страхи, обиды, непонимания, недосказанность, бессилие, и т.д.) они зачастую приходят к выводу, что да, действительно, значительная часть их энергии предназначена для кого-то другого, для более сильного энергетического существа. Кто-то осознает, а кто-то нет, что их жизнью на невидимом плане (бессознательном) управляет Мыслесборник — сущность, подчиняющая их

жизнь. Еще одно наблюдение, что люди после 40 лет по сравнению с молодыми клиентами более спокойно и адекватно принимают предложенную гипотезу.

У человека должна быть цель изменения своей жизни, мотивация на другую жизнь. Цель может быть глобальной, например, по возможности редко болеть, зарабатывать много денег, сохранить семью или, наоборот, создать новую, прожить без мучений и страданий, поменять профессию и реализоваться в ней или еще что-либо другое. Цель может быть поэтапной, т.е. двигаться шаг за шагом, и этот принцип на первоначальном этапе излечения более продуктивен. Немаловажным условием излечения должна быть сила воли алкоголика, у которого как раз ее не всегда хватает. В этом случае необходимо «включать» свой внутренний, первородный страх за выживание, т.е. страх смерти. Человек должен сам и только сам осознать и принять, что все дело только в нем, в его мыслях. Поэтому если он не захочет выйти из состояния алкоголизма и развязаться с Мыслесборником алкоголизма, то никто ему в этом никогда не поможет. При желании и осознании, а самое главное, вере в то, что у него это может получиться, есть два пути: производить лечение самостоятельно (при незапущенных формах заболевания) либо прибегать к помощи специалиста (при запущенных формах), т.е. сначала «подправить» (медикаментозно) свое физиологическое состояние, а потом уже «выстраивать» свои мозги.

Осознанное видоизменение своих мыслей и внутренняя вера в необходимость иной жизни помогают человеку оставить Мыслесборник алкоголиков. Разговаривать с Мыслесборником следует, адресуя свои слова и мысли в Пространство, в Пустоту. Говорить можно как вслух, так и мысленно. Говорить можно о своем состоянии, о состоянии

своей души, о своей боли, о своем безволии, о том, для чего вы хотите поменять свою жизнь или, наоборот, вы уже привыкли к своему состоянию. Говорить следует правдиво, безо лжи, не оставлять поле для недосказанности. Ведь все, что вы адресуете Мыслесборнику, это только ваше личное, ваше сокровенное, ваше интимное. Вы будете себе врать? Уверенного в своих мыслях, в словах, а самое главное, в осознанной правильности поставленной перед собой цели человека довольно трудно остановить на этом пути. Развязывание мыслями может происходить на бессознательном уровне, например во снах, которые по мере возможности необходимо анализировать. Если же человек решает вступить с Мыслесборником «в сделку», обещая ему что-то взамен, то сделать это следует правдиво, не лгать, чтобы не остаться должником. Лучше не обещать то, что вы не сможете сделать, а послать свою искреннюю Любовь и поблагодарить за поддержку, которую вы получали от Мыслесборника, находясь в его рядах достаточно продолжительное время. Искренняя, без иронии, благодарность Мыслесборнику, который вы решили оставить, не окажется лишней. Анализ причин, приведших в Мыслесборник в конкретный период жизни, может помочь человеку не только в настоящем, но и в будущем. Главное — использовать и не забывать свой пройденный жизненный урок.

Вероятно, человечество освоило далеко не все возможные способы по избавлению человека от различных видов зависимостей. Мы проходим уроки жизни часто без всякой теории — сразу на практике. Если общество действительно искренне захочет избавиться от таких недугов, как алкогольная зависимость, то в этом направлении можно двигаться и работать. Но, к большому сожалению, именно эта зависимость приносит сегодня организациям и целым го-

сударствам сверхприбыли, а кто же добровольно отдаст возможность заработать такие средства? Свое испытание проходят не только алкоголики, но и производители алкогольной продукции. Все те же кошки-мышки, только для кого-то эта игра бывает бесповоротной и смертельной.

Я предложу свои выводы — установки, которые используются в работе с зависимыми людьми.

1. Все наше только в нас. Мы сами своими мыслями создаем свои болезни.

2. Алкоголизм — болезнь, прежде всего болезнь души.

3. Если вы зависимы от алкоголя, то об этом надо честно сказать, прежде всего, самому себе.

4. Алкоголизм — это тяжелая форма болезни и к ней надо относиться серьезно. Болезнь следует переболеть. Свою болезнь, свои страхи необходимо принять и осознать.

5. Должны быть цель и мотивация на изменение жизни.

6. Не стоит ждать и уповать на то, что кто-то извне может изменить свою жизнь.

7. Необходима постоянная практика — ощущение «включенности». Необходимо всегда анализировать свое внутреннее состояние — страхи, агрессия, депрессия, пустота, обиды, непонимание, бессилие. Следует наблюдать за собой со стороны (рефлексия), контролировать свое состояние.

8. Предлагаю принять для себя и осознать, что мысли зависимого от алкоголя человека уходили и продолжают уходить в энергетическое пространство, которое мы условно назвали Мыслесборником Алкоголизма.

9. При осознании Мыслесборника следует начать «развязываться» с ним своими мыслями. Необходимо осознанно думать, мыслить, говорить все то, что вас тревожит, и все то, что вы хотите поменять в своей жизни, исключая

недосказанность. Развязывание мыслями может проходить и на бессознательном уровне, например во сне.

10. Способ развязывания мыслями может происходить как индивидуально, так и коллективно (принцип общества анонимных алкоголиков).

11. Не следует вступать в конфронтацию, принижать достоинство или вступать в сделку с Мыслесборником. Относитесь с уважением к мыслям подобных себе людей.

12. За все в жизни надо платить, за выход из Мыслесборника также. Платой могут стать ваши реальные измененные поступки и дела. Платой может быть ваша искренняя любовь энергетическому пространству, в котором вы не один год жили, развивались или прозябали, но, тем не менее, были под его защитой.

13. Необходим первоначальный план изменения своей дальнейшей «безалкогольной» жизни, который вы должны «озвучить» Мыслесборнику. Если вы хотите поменять свои мысли, свое отношение к Мыслесборнику, то поменяйте сначала себя, т.е. свои мысли.

14. Ваша внутренняя вера в то, что у вас все получится, поможет быстрее пройти этапы выздоровления, выйти из поля Мыслесборника Алкоголизма и начать свою жизнь.

Список литературы:

1. Саяпин Е.В. Мужчина перед жизненным выбором. — М.: Бослен, 2008. — 304 с.
2. Шарп Дэрил. Кризис среднего возраста: Записки выживания. — М.: Независимая фирма «Класс», 2007. — 168 с.
3. Эзотерика. Универсальный словарь-справочник. Автор-составитель А.И. Ивасенко. — Амрита-Русь, Белые альвы, 2005. — 384 с.



Ежемесячный научно-практический журнал

СИХОТЕРАПИЯ

Подписные индексы:
по каталогу
агентства
«Роспечать» —
82214;
по каталогу
«Пресса России» —
45793

Телефоны
для справок:
(495) 675-45-67,
(495) 518-14-51

Адрес для писем
и бандеролей:
125315,
Москва, а/я 9

E-mail:
genius-media@mail.ru
vikgal@oppl.ru

6
2010

Читайте в номере

Баранников А.С.

Духовная (персональная) депривация:
феноменологическое содержание, последствия,
особенности диагностики и помощи

Ижванова Е.М.

Личностные особенности
младших подростков
в неполных семьях

Мершавка В.К.

Метод количественного дискурса
произведений художественной литературы

Руднев В.П.

Микроанализ

Бегоян А.Н.

Введение в концептуальную психотерапию

Бедненко Г.Б.

Образы и сюжеты внутренней реальности
как реконструкция личного мира:
ловушка подхода

Саяпин Е.В.

Огородная история,
или синхронистичность жизни

Решетников М.М.

Неочевидный образ будущего.
Социальные процессы и терроризм

Главный редактор
МАКАРОВ Виктор Викторович
 Президент Профессиональной
 психотерапевтической лиги, д.м.н., профессор
 Выпускающий редактор
ИРИШКИН Дмитрий Андреевич
 Заместитель главного редактора
ЧЕГЛОВА Ирина Алексеевна
 в.м.н., доцент

Редакционная коллегия
АЛЕКСАНДРОВ А.А.
БЕЗНОСИК Е.В.
БОЕВ И.В.
БУРНО М.Е.
ЗАВЬЯЛОВ В.Ю.
КАТКОВ А.Л.
КОРНЕТОВ Н.А.
КОЧУНАС Р.Б.
КАРВАСАРСКИЙ Б.Д.
СЕМКЕ В.Я.
РЕШЕТНИКОВ М.М.
ТУКАЕВ Р.Д.
ТХОСТОВ А.Ш.
УЛЬЯНОВ И.Г.
ШЕВЧЕНКО Ю.С.

Председатель редакционного совета
ДМИТРИЕВА Т.Б. (Россия)

Редакционный совет
АЛЕКСАНДРОВИЧ Е. (Польша)
АТАНСОВ Н. (Болгария)
БОЙСЕН П. (Испания)
БОУДЕН Р. (Новая Зеландия)
БОХАН Н.А. (Россия)
ВИБНИЛ Э.В. (Чехия)
ГИНГЕР С. (Франция)
ГОРДОН Р.М. (США)
ГУДАРЗИ А.М. (Иран)
ДЕМИ Н. (Албания)
ДЖЕНСЕН С. (США)
ЗЕРБЕТТО Р. (Италия)
КАШКАРОВА О.Е. (Россия)
КРАУЗЕ-ГИРТ К. (Германия)
КРЕНС Х. (Нидерланды)
МАДУ С. (ЮАР)
МАК-ХЭЛ Э. (Ирландия)
МАУДЕР ХАНС (Австрия)
МИ АРЛИНГ (Швеция)
МИНГИ К. (Китай)
ПЕЗЕШКИАН Х. (Германия)
ПЕРЕС А. (Аргентина)
ПРИТЦ А. (Австрия)
САСАКИ Ю. (Япония)
СИДОРОВ П.И. (Россия)
СТАЙН М. (Швейцария)
ФИЛЬЦ А. (Украина)
ХАРМАТА Я. (Венгрия)
ШАНКАР Г. (Индия)
ШАФРАН В. (Бельгия)
ЭЛЬЯКИМ М. (Бельгия)

Издатель: ООО «Гениус Медиа»
ИРИШКИН Андрей Александрович
 Председатель Совета директоров
ИРИШКИН Дмитрий Андреевич
 Генеральный директор

Литературная редакция
ЛУКАШЕВИЧ Ирина Александровна

КОМАРОВА Анна Константиновна
 Дизайн и верстка

ШЕВЧУК Ольга Анатольевна

Распространение и подписка

СКВОРЦОВ Владимир Владимирович

Предпечатная подготовка

Адреса редакций:

1. 109260, Москва, 2-й Артозаводский пр., 4,
 Кафедра психологии. Тел./факс: (495) 675-45-67.
 E-mail: center@orpl.ru

2. 125315, Москва, ул. Батумская, д. 8, офис 344,
 Издательство «Гениус Медиа»
 Тел.: (495) 518-14-51, факс: (495) 601-23-74
 E-mail: genius-media@mail.ru

Внимание авторов и читателей!

Рукописи и иллюстрации не возвращаются.
 При перечислении материалов согласование с
 редакцией журнала «Психология» обязательно.
 За содержание рекламных публикаций
 ответственность несет рекламодатель.

© ООО «Гениус Медиа», 2010.

Тираж 200 экз.

ПСИХО ТЕРАПИЯ

Жемесячный рецензируемый научно-практический журнал

2010 г. №6 (90)

СОДЕРЖАНИЕ

Мир психотерапии и вокруг3

ОБЗОРЫ, ЛЕКЦИИ, ДОКЛАДЫ

Бараников А.С.

Духовная (персональная) депривация:
 феноменологическое содержание, последствия,
 особенности диагностики и помощи 11

ГЕНДЕР. СЕМЬЯ. ДЕТИ

Ижванова Е.М.

Личностные особенности младших подростков в неполных семьях 25

ПСИХОТЕРАПИЯ И КУЛЬТУРА

Мершавка В.К.

Метод количественного дискурса
 произведений художественной литературы 31

МЕТОДИКА, МЕТОД, МОДАЛЬНОСТЬ, ПОЛИМОДАЛЬНОСТЬ

Руднев В.П.

Микроанализ 36

Бегоян А.Н.

Введение в концептуальную психотерапию 50

МИФЫ. ЗНАКИ. СУБКУЛЬТУРА

Бедненко Г.Б.

Образы и сюжеты внутренней реальности
 как реконструкция личного мира:
 ловушка подхода 54

ТОЧКА ЗРЕНИЯ

Саяпин Е.В.

Огородная история,
 или синхроничность жизни 60

ПРОДОЛЖЕНИЕ СЛЕДУЕТ

Решетников М.М.

Неочевидный образ будущего.
 Социальные процессы и терроризм 68

ИНФОРМАЦИЯ

Планируются к публикации 78

Огородная история, или синхронистичность жизни

САЯПИН Е.В. к.т.н., практический психолог, муниципальное учреждение ДМЦ «Синяя птица» Метрогородка; консультант, клиника «Медси-Центросоюз» г. Москвы.

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru. Сайт: www.menconsulting.ru

Исследуются закономерности часто повторяющихся жизненных ситуаций, которые не анализируются человеком. Приводятся пример и психологический анализ представленной ситуации.

Ключевые слова: *синхронность, соседи, энергия, страхи, конфликт*

Не много есть стран в мире, где люди одновременно владеют как жильем в городе, так и недвижимостью за городом. Россия в их числе. Городские квартиры имеют стандартную планировку и определенные размеры, которые зачастую не всегда удовлетворяют требованиям жильцов. За городом, благодаря относительно недавнему изменению в законодательстве РФ, люди начали возводить для себя отдельные строения. Кто-то строит дворцы, а кто-то оригинальные дома, о которых он мечтал и получил возможность это осуществить в реальной жизни. Кто-то довольствуется тем, что ему досталось либо по наследству, либо по вынужденной причине, например обмен города на деревню. Естественно, что качество, уровень и цена этой

недвижимости у всех людей разная, соответственно и подходы у людей различаются.

Но есть основной признак, который существует и объединяет многих людей, — это их соседи. Существуют разные варианты соседства. Более «тяжелый» вариант — соседи в коммунальной квартире, которые находятся совсем рядом и с которыми надо считаться по ряду вынужденных причин. «Облегченный» вариант — соседи по лестничной площадке или соседи с разных сторон квартиры. Правда, такие соседи могут затопить сверху водой, или «затоптать» тишину своими ногами под веселую музыку. Люди все разные и надо объективно признать, что явного негатива гораздо меньше, чем разрушений.

Многие из людей пытаются уйти от городских и житейских проблем, приобретают недвижимость за городом. Мотивация относительно несложная — устали от городской суеты, а такой вариант принесет покой и умиротворение. Кто-то радуется небольшому клочку земли, что на нем можно находиться, наполнять себя ее жизненной силой, энергией, а кто-то переживает за то, что весь этот неподъемный груз надо обслуживать, а для этого не всегда хватает все той же силы, энергии и денег.

Люди искренне считают, что недвижимость за городом позволяет им избежать налаживания межличностных отношений со своими соседями, живя по принципу — я никого не трогаю, пускай и меня не трогают. Так ли это на самом деле и что следует понимать под нормальными или ненормальными взаимоотношениями я проиллюстрирую некоторыми жизненными примерами.

Ко мне на прием пришел мужчина, назовем его Николай, в возрасте 50 лет. По профессии он клинический психолог и практикует в больнице. Когда я услышал, что он

сам является психотерапевтом, то сказал ему, что у меня практически нет опыта работы в супервизии [4], т.е. в оказании помощи своим коллегам. Я посоветовал ему обратиться за психологической помощью к более опытным специалистам, но он настаивал на моей кандидатуре и ссылался на рекомендации своих партнеров. Я согласился его выслушать и дать свои видения и рекомендации относительно его просьбы. Я специально привожу историю Николая в подробном варианте, чтобы лучше понять психологию всех событий и увидеть, что помимо академических знаний нас ведут по этой жизни совсем неслучайные поступки и действия, которые мы порой, не всегда осознаем и принимаем.

В семидесятые года прошлого столетия в России жила одна семья — муж, жена и пять дочерей. Их родовые корни происходили из одной республики бывшего Советского Союза. Когда подошло биологическое время выходить замуж старшей дочери, а она до этого встречалась с парнем не ее национальности, то по убедительному настоянию своей мамы (чтобы не портить генофонд нации), она его бросила и была вынуждена выйти замуж за юношу, которого привезли специально для этой цели с родины ее предков. «Слюбится — стерпится», такие слова она услышала от своих родителей. Ее родители относительно богатые люди купили и подарили им на свадьбу дом с участком земли на тридцать соток в Московской области. Раньше этот дом принадлежал крупному партийному лидеру от КПСС. Молодожены переехали жить в этот дом, и родители стали им постоянно помогать. Со временем родители купили им машину «Волга». У молодых родилась девочка, а через три года родились мальчики-близнецы. Дети росли, развивались и в возрасте четырех-пяти лет у одного из

близнецов врачи нашли отклонение в психическом развитии. Со временем подтвердилось, что это было генетическое отклонение со стороны рода девушки. Молодые родители мужественно приняли это известие и отдавали свою любовь всем детям по мере своих сил и возможностей. Женщина всегда испытывала внутренний страх за судьбу своих здоровых детей. Какое-то время она работала медсестрой, но в связи с диагнозом сына бросила свою работу и занялась домашним хозяйством. Она разводила кур, индеек, коз, держала корову. Материальное обеспечение частично перелегло на плечи мужа, а большая часть на родственников жены. Когда дочери исполнилось 19 лет, родители приняли решение, что надо строить новый дом, благо, что для этой цели земли было достаточно. Они были настроены на то, что их дочь уже готова к замужеству, но при этом не разрешали своей девочке встречаться без серьезных намерений, так как ее мама во всем видела разврат, пошлость и сексуальные извращения. Ключевые слова матери были только о том, что абсолютно всем мужчинам от женщины необходим только секс, после чего мужчина бросает женщину на произвол судьбы. Мама всегда навязывала свой выбор девочке и сама определяла, кто подходит из юношей, а кто нет. Этот стиль поведения и воспитания она перенесла на свою дочь уже со своей юности.

Коробку дома с окнами и крышей построили относительно быстро. Внутреннюю отделку дома отложили до лучших времен из-за нехватки средств и непонимания своей дальнейшей судьбы. В стране началась перестройка, с работой возникли проблемы, и глава семейства остался без дела. Он надевал костюм, галстук и разгуливал по участку, где у него под ногами бегали куры и домашние животные. С внутренней самооценкой у него были нелады, так как он

постоянно ощущал себя человеком второго сорта и хотел понравиться окружающим людям. Людей своей национальности, которые были чуть ниже его по статусу, он мог публично унижить. Он постоянно хвастался перед людьми, что знает больших «шишек» из их города, со слов влиятельных родителей своей жены. Каждый день он садился в машину и отправлялся заполнять свое время. Ему необходимо было движение, так как он искренне думал, что вся его жизненная суэта, «кипучая» деятельность приносит пользу окружающим его людям. Ему всегда хотелось уехать из дома, но не всегда это получалось. Постоянный контроль и нравоучения со стороны жены, что делать, а что не делать с годами начал зачастую уводить главу семейства в тихий алкогольный транс. Хотя мужчина и был номинально мужчиной с мужскими гениталиями, но линия его поведения во многом напоминала женщину.

Он полностью вверил себя в руки своей жены, которая была для него идейным вдохновителем и Мамой. Он мог взорваться на ровном месте, закричать истеричным криком, нахамить человеку, обидеться, а потом переживать и спрашивать мнение окружающих его людей о своем поступке. Мужчина постоянно испытывал давление со стороны близких ему людей и обстоятельств, поэтому гипертония в середине его жизни начала посещать без каких-либо предупреждений. Он испытывал ностальгию и говорил, что хочет вернуться обратно на свою Родину, в ту жизнь, которая у него была в детстве — юности. Ему стало не хватать жизненной энергии.

Хозяйка дома всю свою жизнь пыталась «полюбить» своего мужа. При общении с людьми она постоянно говорила о том, какой у нее хороший муж и как она его любит. Правда в ее рассказах, даже в ее взрослом периоде прожи-

вания, все чаще проскакивали нотки сожаления о своем бывшем женихе и страшная обида на свою маму. Она постоянно говорила вслух, что ее родовые корни выше и чище, чем у ее мужа. Она гордилась своей родословной. Монотонность домашнего хозяйства и серые будни иногда доводили ее внутренне состояние до гнева и непонимания своей женской участи, которые выливались в скандалы и оскорбления. Она довольно часто принимала внутренне ответственность за мужские поступки, которые осуществляла в реальной жизни руками своего мужа. По характеру она была мужчиной, только в женском платье. Свою ненависть ко всему мужскому она переносила на своего мужа. Нереализованность, как женщины она выплескивала на своих близких людей, и на окружающих соседей. Ее внутренний страх иногда доходил до абсурда. Раньше бригады строителей ходили и предлагали свои услуги, стучась во все двери. Завидев таких людей, она сразу вызывала наряд милиции, мотивируя тем, что в ее дом или к соседям лезут грабители. Она постоянно говорила, что их дом кто-то хочет обворовать, и что она постоянно испытывает страх как соседей, так и местных жителей. Тем более, что в стране начали уже вспыхивать конфликты на межнациональной почве.

Женщина жила в состоянии страха, но анализом мыслей, откуда происходит этот страх, она не занималась. У них в семье в это период происходит страшное несчастье — умирает 18-летний здоровый близнец, без видимых причин. Для родителей смысл жизни был полностью потерян, так как именно с этим мальчиком у них были связаны все надежды на хорошую жизнь. Со своим горем родители ушли в православную религию, которая со временем помогла им восстановить жизненные силы.

Старшая дочь по-прежнему не могла выйти замуж, эта задача еще больше усугубилась с потерей сына/брата. Вся семья тяжело переживала эту утрату. Несчастья стали преследовать эту семью постоянно и во всем. Прошло 7 лет и как-то раз родители, глядя на судьбу своей дочери, решили продать коробку дома, но продать человеку, который мог бы потенциально быть в будущем их зятем. Естественно, что открыто о своем решении они никому не говорили, поэтому начался поиск покупателя, чтобы он был не женатым или, по крайней мере, не обремененным семейными обязательствами.

Как раз в этот период на их горизонте и возник покупатель — Николай, который к своему возрасту развелся с женой и наслаждался своей разгульной жизнью и вседозволенностью, так как финансовых средств на тот момент у него было вполне достаточно, да он и сам особо не анализировал свои внутренние кризисы. При первой встрече с их семьей они повели его в свой дом угощать вкусными яствами, но не смотреть дом, который они собирались ему продать. Как выяснилось позднее, Николай был четвертым или пятым претендентом на покупку дома, а вернее сказать, на роль потенциального жениха. Будущего жениха выбирала мама невесты. Первая встреча была превращена в смотрины. Родители наперебой рассказывали Николаю, какая у них славная дочь и какие у нее перспективы по профессии. Николай тогда особо не придал этому значения, так как был уверен в том, что это традиционная манера людей их национальности, и ему в голову тогда не пришло, что его просто уже выбрали и что за него уже все решили. На первой встрече больного мальчика не было. О цене договорились довольно быстро, причем Николай сам предложил быть прорабом стройки, главе семейства,

мотивируя тем, чтобы тот не сидел без дела и закончил внутреннюю отделку дома. Николай предложил ему ежемесячную оплату за работу прораба, но глава семейства даже обиделся и сказал, что он его своим предложением унижает. Сказано — сделано. Документы на право собственности еще не были подготовлены, но предоплату за дом и строительство Николай внес заранее и работа «закипела». Николай не придавал значения тому, что дом первоначально строился для общей семьи, соответственно все коммуникации, такие, как газ, вода, были единым организмом, который было довольно проблематично и дорого разграничить на два разных участка и дома, поэтому данный вопрос тактично обошли стороной. Николай попросил начать стройку с возведения забора, на что получил ответ, что этого не стоит делать, так как везде люди, наоборот, избавляются от старых пережитков. Но, тем не менее, в следующий свой приезд он увидел облегченный вариант забора в виде сетки рабица.

На сделке, когда подписывались документы у нотариуса, Николай обратил внимание, что земли было указано в документах на полторы сотки меньше, чем декларировалось при первой встрече и в расписке, которую он получил от продавца. Он задал тактичный вопрос, чтобы не сильно обидеть продавца (в дальнейшем соседа), но тот также не принужденно ушел от прямого ответа, а обманул, что землю, мол, измеряли по сетке рабица и что потом этот вопрос как-то урегулируется. Еще в детстве Николаю его родители дали установку, что худой мир лучше, чем добрая война, особенно с соседями, и по этому постулату следует жить. Родители не подсказали и не научили Николая, как действовать в других случаях, если человека нагло обманывают, видя, что тот не хочет при этом портить взаимоотношения.

Продавцы почувствовали внутреннее состояние Николая, но, тем не менее, он ничего вслух не сказал, и у него зародилось сомнение и неприятное ощущение. Николай отогнал свои навязчивые мысли, полностью ушел в работу и оставил нерешенной свою недосказанность. Прошло совсем немного времени, и он начал замечать, что с его стройки постепенно, а иногда и в открытую стали пропадать стройматериалы, которые он видел в строениях своего соседа. Он впервые открыто об этом сказал соседу, на что тот только обиделся и сказал, что Николай ошибается. Николай решил поменять бригаду строителей. Его внутренне уже ничего не останавливало возвести более серьезный забор, и он это осуществил. Забор возвели из оцинкованных гофрированных листов. Соседка упростила, чтобы в этом заборе оставили калитку между их участками, на всякий пожарный или еще какой-либо другой случай. Отделка дома, строительство других сооружений прошли довольно быстро, и стройка подошла к концу. Николай попросил соседей, чтобы они смотрели за его домом и за газом в его отсутствие. От денег, предложенных Николаем за эту услугу, они отказались, но, тем не менее, пообещали смотреть за домом.

Отношения с соседями были подчеркнута вежливыми, но в воздухе парили недосказанность и непонимание как с их, так с его стороны. Царило ожидание, только какое, никто толком не мог объяснить. На выходные Николай стал приезжать в свой дом с разными женщинами, чтобы отдохнуть, развлечься и восстановить силы после трудовой недели. Он не понимал тогда, что своими открытыми приездами он возбуждал ненависть своих соседей по отношению к своей персоне. Он не сел с соседями за стол переговоров и не расставил все точки над «I», так как прямых

предложений с их стороны не поступало, а все было по принципу «догадайся сам». Все разговоры проходили полуманеками, шутками и недосказанными выражениями.

Через пару месяцев, в очень крутые морозы, Николай интуитивно почувствовал, что надо съездить в свой дом, и не ошибся. Дом стоял размороженным, батареи холодные, газовый котел не работал. Николаю пришлось заплатить довольно приличную сумму денег за замену всего водяного отопления. Соседи клятвенно сообщили ему, не дожидаясь с его стороны претензий, что постоянно смотрели и контролировали газ, но реальная картина говорила о противоположном. Что было на самом деле, он может только догадываться, так как ключи от котельной были только у соседей. Опять по принципу худого мира Николай тактично сказал, что больше не надо смотреть за домом, забрал ключи от котельной и нанял за деньги постороннего человека. Общаться с соседями он не перестал.

Николай все больше и больше хотел отгородиться от своих соседей. Но решение его было, что называется, наружным, но не внутренним. После истории с отоплением, Николай решил возвести рядом с металлическим забором еще забор из красного кирпича. Ему не хватало всего 20 сантиметров, чтобы соблюсти конструктивные элементы, и он решил попросить сдвинуть свой забор в их сторону на этот размер. Соседи проявили жесткую принципиальность и сказали, что не отдадут ни пяди земли. Тогда он решил им напомнить о недостающей с их стороны земли, которую они обещали возместить во время сделки и показал им их расписки. Он попросил всего ноль целых две десятых сотки, вместо недополученных полутора. Разговор превратился в словесную перепалку, и конечный вердикт Николаю был вынесен довольно ясным, т.е. Николай должен радо-

ваться тому, что ему вообще посчастливилось купить этот участок. Соседи морально приготовились к войне, даже переехали на это время жить в другой дом, к своим родственникам. Это было нормальным явлением для людей, которые постоянно находились в поле страха, боли, обиды, лжи и подстав, прежде всего с самими собой. Николай хотел нагрубить, привлечь разные силы для урегулирования этого вопроса, но что-то внутренне его тогда остановило. Для него это было необычным решением, и он сказал им, что пусть это остается у них на совести и он прощает их и себя за минутную слабость. Он сказал, что простил их, но в его душе осталась обида и боль.

Соседи также были в замешательстве, так как Николай сдвинул к себе на территорию всю конструкцию кирпичного забора. Забор разделял два участка, но в воздухе постоянно стояла энергия незавершенного действия и недосказанности. С соседями Николай общался, но начал чувствовать их внутренний страх, раболепство по отношению к своей персоне. Они стали постоянно заискивать с ним, неосознанно ожидая от него подлости в свой адрес. Соседи жили в ожидании гадости, а ее все не было. На их чувстве вины, он своим словесным унижением усиливал свои обидные слова и колкости в их адрес, причем иногда делал это открыто в лицо. Они все принимали и терпели. Такое состояние продолжалось несколько лет, то с явными взлетами, то постепенно затихая. Когда Николай бросал свой мимолетный взгляд на забор, то у него всегда в душе вспыхивали непонимание и обида на своих соседей.

Соседи все время находились в тяжелом поиске жениха для своей дочери, но Николая по-прежнему со счетов не списывали, хотя отношения были явно натянутыми. Николай женился, но соседям ничего не сказал. Когда его жена

была на восьмом месяце беременности, они увидели ее и были шокированы. Буквально через пару месяцев свою тридцатидвухлетнюю дочь они выдали замуж за человека, которого также привезли с родины своих предков. Надо заметить, что отношения Николая и девушки на протяжении всего периода их общения были вполне нормальными и дружескими. Они порой даже подшучивали между собой о горькой судьбе друг друга. Выдав дочь замуж, родители решили продать свой дом. Что толкнуло сделать такой поступок, они Николаю так и не сказали. Он мог только предполагать, что это был страх за свое биологическое выживание со стороны социума, невозможность терпеть унижения от своего соседа, ностальгия по своей Родине или еще что-то такое, что ведомо только им самим.

Дом продали довольно быстро людям практически их возраста. Новые жильцы сразу стали делать ремонт как внутри дома, так и снаружи, облагораживая его современными строительными материалами. Николай внутренне недоумевал по поводу новой стройки, так как, с его точки зрения, было намного эффективнее и менее затратно сломать старый дом и на его месте построить новый. Это мнение он в непринужденной форме выразил новому хозяину, но тот сказал, что все решения по стройке принимает его жена. Отношения с новыми соседями были довольно вежливыми и подчеркнутыми. Николай сразу воспринял новых соседей как «родных» людей. Но Николай сразу стал неосознанно переносить свое отношение к новым людям, памятуя о своей линии поведения со старыми соседями, территории на которой они оказались. Иногда он начинал критиковать качество и конструктивные элементы строительства, но соседи, а вернее хозяйка сразу осекла его и сказала, чтобы он не лез не в свое дело.

Николай стал обращать внимание на то, что линия поведения новых соседей порой напоминает линию поведения прежних жильцов, т.е. синхронность (повторяемость) стала видна во многих поступках и действиях. Так, идейным вдохновителем, организатором и дизайнером строительства выступала женщина, в то время как ее муж ждал в машине или одиноко ходил по участку. Основные переговоры со строителями легли на женские плечи. Мужчина в своем возрасте отдавал предпочтение спортивным автомобилям, любил скорость, движение и носил модную одежду, как молодой человек. Он публично гордился связями со многими известными деятелями своего города.

Николая поразило то, что новые жильцы по всему периметру участка установили видеонаблюдение и поставили дом на милицейскую охрану, известив об этом специальной табличкой на входной калитке. Внутри их участка все четыре стороны забора были сделаны из металлических гофрированных листов. По завершении ремонта дома новые соседи начали демонтаж отдельной части многострадального забора Николая, только уже со своей стороны участка. Так, длина одной стороны забора составляет 50 метров, вся сделана из металла, но соседи отдирают только 40 метров листов (10 метров остаются, как были) и на их место набивают деревянную вагонку, тем самым подвергнув себя риску пожарной опасности или электрического короткого замыкания. Мотивация своего действия была довольно размытой и не вполне логичной, т.е. раздражает внешний вид и яркие блики металлического забора. Хотя почему другие три стороны остались нетронутыми, на это хозяева не дали вразумительного ответа. Листы они не вернули их владельцу, а просто перевесили на другую сторону своего огорода. Они неосознанно «напали» на тот участок

территории, который «запомнил» боль, страх, обиды. Николай поначалу даже растерялся от таких действий, и опять проявил беспринципность и малодушие (по принципу худого мира), не заставив сразу своих соседей восстановить забор, каким он был, а на своей уже территории, т.е. рядом с забором возвести все то, что им будет угодно. Как показало время, переделанная конструкция забора со стороны соседей начала доставлять ненужные хлопоты Николаю. Он решил поговорить с хозяином, но тот ушел, а вернее сказать убежал от общения с Николаем. При единственном общении с хозяйкой по поводу забора, она всю свою боль и нереализованную женскую энергию выплеснула на Николая, пытаясь его «тактично» оскорбить и обидеть. Николай с такой формой общения, т.е. хамства и оскорбления именно от женщины столкнулся впервые. Более того, в процессе выяснения взаимоотношений на повышенных тонах Николай пытался войти в психологическое состояние соседки, «не выключив» при этом свою профессию и соответственно не завершив свой разговор до логического конца.

Выслушав историю Николая, я был несколько удивлен и озадачен его запросом. Николай говорил мне о том, что он оказывается, вообще не понимает людей и не может с ними общаться. Это говорил человек, который по роду своей работы ежедневно встречается с разнообразными людскими проблемами и трудноразрешимыми задачами. Он знает не понаслышке о том, что нерешенные вопросы во взаимоотношениях приводят к различного рода заболеваниям. О других людях он знает много, а вот о себе он практически ничего не знает. Мы специалисты прекрасно осознаем, что знания остаются знаниями, а внутренняя работа над самим собой должна идти постоянно не преры-

ваясь, о чем мы зачастую забываем или пренебрегаем. Более того, внутреннее развитие идет намного эффективнее, если человек сам находится в кризисе и анализирует все то, что с ним происходит. Зачастую именно психологам требуется больше помощи, нежели людям другой профессии, в силу того, что психолог может «залезть» в глубину своей психики до неизвестного ему дна, а вот как оттуда выбраться это бывает неподъемной задачей.

Первое, на что я обратил внимание в рассказе Николая, — это перенос его отношений на окружающих людей. Николай не прошел свои этапы выстраивания взаимоотношений, и у него образовалась недосказанность и незаконченность в мыслях, поступках и действиях [2]. Хотя термины перенос и контрперенос в психологии имеют несколько иной смысл, но в нашем варианте анализа это достаточно понятно и наглядно. Перенос и контрперенос — особые разновидности проекций, которые обычно используются для описания бессознательных эмоциональных связей, возникающих в аналитических или терапевтических отношениях между аналитиком и пациентом [3]. Николай (аналитик) свое пренебрежение и обиды перенес уже на новых соседей (пациенты), не зная их и не выстроив свое отношение к ним. На месте конкретных соседей могли оказаться совсем другие люди, и результат был бы аналогичным. Соседи, не выстроив своего отношения к Николаю, ответили ему тем же, т.е. образовалась обратная связь — контрперенос. Другими словами, что посеешь, то и пожнешь.

Вторым важным моментом в истории Николая явились часто повторяемые моменты, т.е. синхронность событий. Можно предположить, что раз одна жизненная ситуация не проходит человеком, то ему снова и снова дают возможность такого прохождения. Повторяемая жизненная

ситуация с каждым разом усложняется, что наглядно видно в рассказе Николая. У него с самого начала возникли проблемы с соседями, но он их не хотел видеть, анализировать и решать. Сначала это была недосказанность (отношение к женьтибе), затем ложь (украденная земля), потом воровство (стройматериалы) и так далее. Поэтому в поле их общения постоянно присутствовали страх, обиды, гнев и т.д. Не пройдя этапы взаимоотношения со старыми соседями, Николаю представилась новая возможность, к которой он оказался также не готов, прежде всего своим осознанным построением мыслей и поступков. Смена внешнего фактора (новые люди) не всегда приводит к внутреннему изменению себя.

В юнгианской психологии [5] существует термин пуэр (лат. «вечный юноша») — архетип, характеризующий определенный тип мужчины с типичной, слишком затянувшейся подростковой психологией, связанной, в первую очередь, с сильной бессознательной привязанностью к матери (реальной или символической). Все описанные персонажи истории, включая и самого Николая, подходят под характеристику пуэр. Если соседи — мужчины в своем пожилом возрасте любили рядиться в модные одежды, привлекали к себе внимание красивыми игрушками, в виде автомобилей, то Николай хвастался количеством покоренных им женщин. Все мужчины зависели от женщин, находящихся рядом с ними. Они перекладывали большую часть своей ответственности на женщин, позволяя при этом терпеть от них оскорбления и унижения и удивляясь, что им в жизни просто не повезло с женщинами. Своих внутренних женщин, равно как и реальных женщин, они не принимали, не пускали в свой внутренний мир, в силу того, что просто ненавидели.

Николай использовал своих женщин как средство достижения целей. Боясь одиночества, он держал в своем поле зрения сразу нескольких женщин, которые ничего не знали о существовании других женщин. Он постоянно искал свою внутреннюю женщину, через секс с реальной женщиной, т.е. образ своей души он «примерял» на реальную женщину, занимался с ней сексом, а потом этот образ «снимал и перевешивал» уже на другую женщину. Такой кругооборот шел постоянно, до определенного момента, пока его не стала посещать гипертония, и он не оказался в состоянии внутреннего кризиса, кризиса своей души. Он никогда особо не пытался наладить нормальные человеческие отношения с женщинами, которые были постоянно рядом с ним, так как сам беспринципно относился к своей внутренней женщине. Ему была предоставлена возможность, без сексуального привязывания выстроить взаимоотношения с женщинами-соседками, людьми старше его по возрасту. Эту возможность он не увидел и интуитивно отверг.

Женщины-соседки в свою очередь играли роль серых кардиналов, направляя первыми на амбразуру своих мужчин, предварительно снабдив их своими идеями. В их жизни были проблемы с мужским началом, с внутренним мужчиной, т.е. со своей маскулинностью [1]. Проблемы с отцами имели место. Отчасти свое неприятие мужского начала, свою ненависть к внутреннему мужчине новая соседка перенесла, а попросту выплеснула, на Николая, чужого, реального мужчину, который был не готов в тот момент общения. Для Николая образ старшей по возрасту женщины во многом ассоциировался с образом Матери, от которой всегда можно было получить поддержку, тепло, доброту. Поэтому он и не смог принять и оценить такой вид

общения с женщиной, имеющей неприятие и ненависть к мужчинам. Более того, в процессе личного общения произошёл симбиоз, т.е. Николай четко не выразил свою позицию, так как у него ее еще не было выстроено в мыслях, а занялся профессиональным анализом психологического состояния соседки. Он забыл фразу о том, что если не просят, то не надо лезть.

Николай подробно рассказывал мне про дом и участок и в результате своего рассказа он сам услышал себя, что эти синхронные моменты в его жизни имеют большое значение. Известно, что любой предмет может как вбирать в себя энергию, так и отдавать ее. Дом — это живой организм, особенно если в нем когда-то жили или продолжают жить люди. Люди общаются между собой на определенных видах энергии (психическая), которая также имеет свойство оставаться в стенах, в предметах, в вещах и т.д. дома, где проходит общение. Качество энергии, если мы обозначим условно двумя простыми фразами — положительное и отрицательное, также зависит от чистоты, осознанности мыслей, людей живущих в доме. В доме раньше жила семья большого партийного деятеля. Известно, что люди стоявшие у власти во времена сталинской мясорубки и оставшиеся при этом «нетронутыми», зачастую шли на сделку со своей совестью. Предательства, страхи, подставы, ложные обвинения вот неполный список жизни тридцатых-сороковых годов прошлого столетия. Какие мысли тогда были у партийного деятеля, и что он оставил после себя в доме, мы можем сегодня только предполагать. Но по ряду признаков, таких как страх, обиды, вранье, воровство, гнев, который был присущ старым соседям Николая, можно предположить, что какую-то часть этих вирусов они неосознанно приняли внутрь себя.

Теме страха, как уберечься от него или избежать его, посвящено много как научных, так и популярных работ. Конечно, сразу необдуманно вешать ярлыки, что во всем виноват только страх, надо делать с осторожностью, предварительно выяснив все детали и причины. Страх это живая субстанция, которая может размножаться и привлекаться в поле своего действия за доли секунд. Мы знаем фразу, что подобное притягивает подобное. Поэтому человек, который был вынужден в силу объективных или субъективных обстоятельств покинуть свой дом навсегда, при этом, оставил внутри его часть своего страха, т.е. передал его неосознанно по наследству новым жильцам, как эстафетную палочку. Как раз такую палочку и подхватили люди, которые также подвержены внутренним страхам. Такие люди, зачастую неосознанно, дают уже свою пищу для размножения нового, модифицированного страха, который мирно уживается рядом с ними. Поэтому многих из таких людей можно узнать по табличкам на входных калитках со словом милиция или людей, которые по поводу или без повода вызывают наряды милиции, искренне думая, что таким образом убегают от своего внутреннего страха. При разговоре с такими людьми они не отвергают, что грабители при своем огромном желании могут «зайти» в дом вместе с хозяевами.

Возникает вполне очевидный вопрос, а что же делать? Сжигать старый дом, как рассадник зла или рушить его из гранатомета? Это конечно можно сделать, но решить целиком и полностью данную проблему, именно таким образом, наверное, нельзя, так как принимать или не принимать в себя страх это зависит только от самого человека. Поэтому можно пригласить священника с кадилом и молитвословом, который огородит дом от разной нечисти, к чему многие люди и прибегают. Лучший вариант, это купить новый учас-

ток и построить на нем дом, но и опять все будет зависеть только от человека, т.е. чем он будет внутренне его заполнять. В теории можно целиком и полностью представлять природу возникновения страха, а вот на практике как с ним бороться, и надо ли это всегда осуществлять, с этим не всегда бывает гладко. Поэтому рецепт, как это не прискорбно, только один — это выстраивать мозги, мысли, внутреннее состояние относительно дома и территории, на которой оказался конкретный человек. Это необходимо принимать, как урок, который надо проходить и отрабатывать.

Территория, земля также помнит и хранит в себе энергию людей, их поступки, дела и действия. Как это описать явным казуальным языком мне видится довольно сложной задачей, но и отвергать память территории нельзя. Известны случаи из литературы, и кинематографа о том, что на месте трагедий люди неосознанно чувствуют боль, страдание, слезы других людей, которые это все там оставили. Часто на месте человеческих захоронений, человеческой боли строились дома, после чего новоселы не могли там находиться, и кто-то был вынужден менять или продавать свое жилье по невыгодной ему цене, лишь бы уехать с этого места. Территория Николая «помнила», что был конфликт, который косвенно как-то урегулировали с помощью забора, но страхи, обида, гнев, непонимание остались в пространстве. Поэтому новые соседи неосознанно стали производить действия с предметом (только отдельный участок кирпичного забора), который излучал незаконченные когда-то действия в межличностных отношениях, в которых не бывает невинных жертв.

Мы зачастую пытаемся перенести свое отношение к людям, к их поступкам, а иногда и к неодушевленным предметам. Слушая Николая, я уже сам вспомнил свой огородный

случай. Когда-то я построил большой дом, перегородив поле обзора своему соседу. Естественно, что сосед пошел на прямой конфликт и он поступил довольно примитивно и просто, т.е. выплеснул на меня свои эмоции в виде оскорблений, думая, что ситуация разрешится. Мой дом как стоял, так и продолжает до сих пор стоять. В воздухе остались неприятие, злость и обида. Свое личное отношение к персоне соседа я перенес уже своим детям, которые с соседом за все время своей жизни, может быть, и общались несколько раз. Но дети уже четко формулируют мои слова (нецензурные) в адрес соседа, в адрес человека, которого они практически не знают. Мы зачастую неосознанно переносим свои негативные эмоции, мысли другим людям, не представляя силу разрушающей энергии и последствий. Еще об одном интересном наблюдении следует сказать, что если есть соседи-недрузи, то обязательно с другой стороны огорода есть сочувствующие «друзья», которые также могут перейти за доли минут в противоположный лагерь, при небольшом изменении эмоциональных установок действующих лиц.

После нескольких моих встреч с Николаем, он смог самостоятельно увидеть себя со стороны, т.е. произошла рефлексия и трансформация мыслей относительно разбираемых событий. Человек был подготовлен, поэтому и процесс анализа прошел более эффективно и быстро. Ему потребовался толчок и осознание выхода из круга часто повторяющейся ситуации. Он принял и осуществил в своей жизни построенные и измененные мысли. Хотя внутренней работы для своего выстраивания идей, мыслей и поступков у Николая осталось предостаточно.

Я не собирался публично излагать свои мысли на эту тему, тем более публиковать статью, казалось бы, о рядовом случае из практики психологического анализа. Но когда я

стал общаться с разными людьми на темы о даче, загородном доме, то выяснилось, что практически у многих из них были скандалы или неприятные взаимоотношения со своими соседями.

Мы пытаемся уехать на природу подальше от соседей по лестничной площадке и попадаем в более сложные ситуации уже за городом. Казалось бы, что энергия земли должна гасить и утихомиривать эмоции людей, а зачастую выходит, что этого не происходит, а иногда это протекает с более сильно выраженными негативными последствиями. Все дело только в самом человеке, в осознанности его мыслей. Поэтому я представлю свои обобщенные выводы относительно затронутой темы:

1. Выстраивать межличностные отношения со своими соседями, это бесперспективное занятие. Вы никогда не узнаете чистоту помыслов, мыслей, идей своего собеседника. Более того, вы никогда не сможете залезть в его сознание или подсознание. Поэтому выстраивать надо внутри только самого себя, в отношении человека или группы людей. Вы должны четко представлять, что комфортно вашей душе, а что нет. Надо заранее представлять или мысленно строить схемы жизненных ситуаций и к чему быть готовым. Помните главный закон жизни, что как будешь относиться к другим людям, так они будут относиться к тебе.

2. Отвечать ли на оскорбления и хамство своих соседей — это личный выбор самого человека. Примите для себя, что все то, что вырывается из уст вашего собеседника, это его внутреннее состояние, в этом поле он живет, думает и размножается. Поэтому считайте его оскорбления личными, направленными на него самого, а не в ваш адрес.

3. Наивно полагать, что если соседи обманули, обворовали или оболгали, то со временем они не повторят своих

негативных действий, направленных в ваш адрес. Если вы проявите беспринципность в своих мыслях и поступках, то это может довольно часто повторяться в вашей жизни. Не выразив мысли или не полностью договорив слова в адрес определенного негатива, можно, конечно же, принять для себя, что вы проходите свой жизненный урок, но поверьте, что это довольно экстремальный путь познания самого себя. Примите, что ваша недосказанность или беспринципность выступит в будущем как повторный не пройденный урок, но уже в более сложном жизненном варианте.

4. Если вы решили приобрести дом на вторичном рынке жилья, то узнайте по возможности «историю» дома и участка. По возможности познакомьтесь с ближними соседями до сделки и узнайте историю их недвижимости.

5. Прежде чем совершать покупку дома, внутренне почувствуйте, «ваш» это дом или нет. Если же вы этого не чувствуете, но осознаете умом, а самое главное, хотите, то ничего не бойтесь, а примите, что все то, что вы приобретаете для себя, это ваши жизненные уроки, которые надо принимать и проходить.

Список литературы:


1. Санфорд Дж.А. Невидимые партнеры: Влияние внутренней маскулинности и фемининности на межличностные отношения. — М.: Независимая фирма «Класс», 2009. — 160 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).

2. Саяпин Е.В. Как устранить недосказанность. — М.: Бослен, 2009. — 272 с.

3. Стайн М. Когда полжизни прожито... Юнгианский взгляд. — М.: Независимая фирма «Класс», 2009. — 160 с. (Библиотека психологии и психотерапии).

4. Супервизия супервизора: Практика в поиске теории / Пер. с англ. — М.: Когито-Центр, 2006. — 352 с. (Юнгианская психология).

5. фон Франц М.-Л. Вечный юноша. Puer Aeternus. — М.: Независимая фирма «Класс», 2009. — 384 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@pppl.ru

Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2017 год / Выпуск 2 / Е.В. Саяпин - Как определить грань между осозанным и неосозанным сексом

Е.В. Саяпин - Как определить грань между осозанным и неосозанным сексом

Рубрика «Статья номера»

Как определить грань между осозанным и неосозанным сексом

(записки практикующего психолога
о мужской психологии)

САЯПИН Е.В. психолог, руководитель компании «Мужской консалтинг», кандидат технических наук. Работает психоаналитиком в больнице Центросоюза РФ (г. Москва)

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru. Сайт: www.menconsulting.ru

В статье исследуются психологические причины осозанного и неосозанного секса. Показано воздействие результатов научно-технического прогресса на сексуальную жизнь современного человека. Приводятся примеры взаимосвязи внутренних страхов, внутренней пустоты с сексуальной зависимостью в разные периоды проживания. Читатель ознакомится с последствиями неосозанных половых связей и сможет самостоятельно проанализировать свою взаимосвязь между неосозанным сексом и проблемами (болезнями), возникающими в его жизни.

Ключевые слова: секс, творчество, энергия, порноиндустрия, аборт, страхи, осознание.

Секс. Сексуальная революция. Сексуальное творчество. Сексуальное рабство. Сексуальная зависимость. Сексуальная измена и т.д. и т.п. Вот небольшой перечень тем, о которых в настоящее время размышляют люди разных профессий, разных национальностей, разных вероисповеданий, разных взглядов. Секс дан человеку от самого Бога как способ восполнения рода человеческого. Но, как показывает история развития человечества, именно XX век, научно-технический прогресс внес видоизменения и дополнения в основной закон продолжения жизни, провозглашенный Всевышним. Психолог предлагает свои мысли и идеи, подтверждающие вышесказанное.

В жизни любого юноши секс ассоциируется с правом вхождения во взрослую жизнь. Всегда считалось, что если юноша начал вести сексуальную жизнь, значит, он уже взрослый или может как взрослый вести себя. Часто бывает так, что слухи по поводу реальной сексуальной жизни того или иного несовершеннолетнего юноши не дают покоя его сверстникам — «девственникам». Сигарета в зубах, бутылка пива или еще что-то покрепче из напитков — также могут выступать необходимыми в представлении юноши атрибутами взрослой жизни, только секс — в этом смысле на порядок выше.

В XX веке немногие родители занимались со своими детьми их сексуальным воспитанием. Это можно проверить, расспросив своих родственников и знакомых по-старше. Предположу, что, углубившись в историю своего рода, можно открыть такую же «девственную чистоту» в отношении ликбеза по сексуальному воспитанию.

В наши дни на эти темы заговорили относительно легко и свободно. Правда, следует отметить, что скорее — на общие темы секса, а не сексуального развития. Даже в настоящий момент стоит спросить себя: когда в последний раз ты говорил со своими детьми на темы секса? Хорошо, если человек не замалчивает эти темы. Хуже, когда родители ничего не говорят и стыдливо избегают прямого ответа на прямо поставленный вопрос ребенка. Да и нелегко бывает, вероятно, объяснить какие-либо тонкости людям, которые не всегда имеют что-то, кроме своего — в разной степени богатого — сексуального опыта. Зачастую даже во взрослом возрасте человек, не прошедший вовремя полноценного сексуального образования, находится во власти легенд, небылиц, различных иллюзий.

Сегодня с сексуальным воспитанием дело обстоит и намного проще, и, в то же время, намного сложнее, именно из-за огромного количества доступной информации. Секс-магазины, Интернет, порнофильмы, порнографические журналы и т.д. и т.п. — вполне доступные источники для обсуждения сексуальных тем. Сексуальное развитие общества сегодня фактически определяет порноиндустрия, в самых разных своих видах. Из секса сделали средство для получения и извлечения огромной прибыли, а также пропаганды счастливой жизни, где главным определяющим моментом является получение физиологического удовольствия организмом.

В отличие от неразумных животных, человек обладает интеллектом, мощью, силой и зачастую хочет получить сексуальное удовлетворение в «реальном» режиме — посещая любимую женщину, подругу, или проститутку. Порой же хочет получать разрядку оставаясь наедине с собой — в виртуальном мире. Он включает порнографическое кино

о том, как другие прилюдно занимаются сексом, «имеют» друг друга.

Необходимо определить, что такое «осознанный секс», а что — «неосознанный». Осознанный секс — это секс «во имя». Во имя Любви, дарения близкому человеку своей энергии, во имя дальнейшего продолжения рода, наконец. При этом — без привязанности друг к другу. Если человек осознает, что он хочет поделиться своей энергией, и он отдает ее с радостью и приятием, то это и есть осознание того, что секс для него будет положительным явлением в жизни. Неосознанный секс — это, прежде всего, энергетическое потребление одного человека другим, или же обоюдное потребление участников сексуального процесса. Если у человека после секса возникает внутренняя пустота, дискомфорт, уныние, страхи, то это первые признаки того, что человека «употребили» на энергетическом уровне, причем, как ни странно, в основном при его же желании и добровольном участии. Мужчина, отдавший свою сексуальную энергию женщине без внутреннего приятия и осознания, с какой целью он это сделал, разрушает себя. Мужчина целенаправленно использует секс как средство своего физиологического удовлетворения, но при этом физически разрушает свой организм.

Когда общая сексуальная энергия будет нацелена на соиздание, на развитие, на творчество — никакое внутреннее разрушение людям не грозит. Вторая чакра (свадхистана) — чакра творчества [4]. Рождение ребенка — и есть самый настоящий процесс творчества. Немногие мужчины всерьез задумываются над необходимостью осознанного поведения при этом, так же, как и в любом другом акте творчества. Мужчины, представляют, что творчество — это, например, сконструировать новый самолет, автомат,

автомобиль, создать произведение искусства, написать новую компьютерную программу и т.д. и т.п. О творчестве нужно также сказать в контексте заработной платы. Даже если человек творит ради денег, сам по себе процесс и его результаты вызывают не меньшее уважение.

Если секс неосознанный, а только для удовлетворения своих физиологических потребностей, это может привести к появлению внутренней пустоты. Зачастую смена одного партнера на другого ничего в жизни человека не меняет, а только усугубляет внутреннее уныние и увеличивает внутренний дискомфорт. Появляется сексуальная зависимость одного человека от другого, прежде всего в мыслях, ведущая к болезням психосоматического содержания (проблемы в урологии и гинекологии и т.д.). Вопрос, который часто задают мужчины врачам в период своего среднего возраста: «Куда подевалась сексуальная энергия и каковы первые признаки мужской импотенции?» Мужская импотенция также сначала формируется в мыслях и уже после отражается в сексуальном поведении. Существует еще одна гипотеза о том, что мужчина, как правило, в возрасте 50-60 лет теряет свою маму и потом неосознанно ее образ «вешает» на свою жену. А как можно спать со своей мамой?

Если рассматривать взаимоотношения мужчины и женщины с точки зрения энергетического обмена, то практически все мужчины «тащат» в себе свой первый сексуальный опыт дальше по жизни. Его нельзя забыть, нельзя стереть как файл из компьютера, но им и не стоит пренебрегать пытаться забывать, если даже было в этом опыте что-то такое, что хочется побыстрее выбросить из памяти. Значение первого сексуального опыта человек начинает понимать и осознавать только со временем. Следует отметить, что по статистике, у курсантов военных училищ или

высших военных заведений первый сексуальный опыт зачастую приводит к женитьбе, к созданию семьи. У многих это похоже на своеобразную жизненную рулетку: повезет или не повезет. Отсутствие свободного времени и отсутствие разнообразной информации о половом воспитании нередко приводит мужчин сразу к женитьбе, вызванной «подставой» в плане незапланированного ребенка [3].

Получив свой первый сексуальный урок в гармонии с девушкой, в чистых взаимоотношениях, в Любви и в согласии, юноша, безусловно, будет по-настоящему счастлив. В своей дальнейшей жизни это первое прекрасное чувство в части секса молодой человек может нести и другим женщинам, радуя их своим «мастерством», своей открытостью, своими прекрасными помыслами в части сексуального совершенства. Но много ли таких мужчин в мире? И многие ли из мужчин могут сказать, что первый сексуальный опыт не был связан с внутренним страхом не удовлетворить требования женщины и собственную самооценку? Мало ли мужчин, ожидавших от первого своего сексуального опыта сверхблаженства и не получивших этого чувство, оставили внутреннюю «зарубку» внутри себя. Многие юноши, например, насмотревшись порнофильмов, где с первой минуты все стонут и радуются от счастья и удовольствия, ожидают от секса с девушкой чего-то сверхъестественного. Такой юноша может либо закрыться внутри себя, либо начать искать это что-то новое в своей жизни. Такой поиск ведется, как правило, неосознанно, без понимания истинной динамики сексуального взаимоотношения с партнершей. Все «везде» оказывается практически одинаково, а тем временем юноша не замечает самого главного: начала своего внутреннего разрушения. Сексуальные «победы» закрывают юноше глаза на его реальное внутреннее состояние.

Надо ли сегодня в школе публично преподавать «азбуку» полового развития, а если и надо, то в каких объемах? Аналогичные вопросы время от времени волнуют и массу умных голов в Министерстве образования. Ведь кого-то из подростков можно сразу подтолкнуть такой информацией к «решительным» и не всегда своевременным действиям, а кто-то скажет: «спасибо, дяденьки и тетеньки, что вы рассказали мне то, о чем мои родители молчат, как партизаны в брянском лесу». Так что для взрослых людей наиболее трудным является то, как определить реципиента: кому следует давать информацию без ограничений, а кому — лучше порционно. Знания души прошлого воплощения также в этом случае имеет большое значение. При половом воспитании индивидуальный подход к каждому подростку должен быть определяющим, «колхоз» здесь категорически не подходит.

Может быть, курс знаний об отношениях полов стоит давать на общем уровне, а для желающих — организовать факультативные занятия? Так же, как и с обычным образованием, хочешь после школы — иди в институт, а не хочешь образования — иди работать. Или сексология не входит нынче в число образовательных приоритетов? Видимо, недостаточно важна эта сфера в нашей жизни, по чьему-то представлению...

Зачем вообще человеку учиться азам секса? Вроде бы природа-мать всегда подскажет, напомним человеку предназначение его половых органов. Вот здесь и расходятся две идеи, определяющие сегодняшнюю жизнь человека: природная идея размножения и идея удовольствия, пропагандируемая в дополнение ко всему секс-индустрией. Чем дальше человек уходит от естественной идеи секса, тем выше риск оказаться в зоне неестественных извращений. На-

пример, в последнее время в сюжетах порнофильмов нередко можно встретить половые извращения с экскрементами, когда партнеры мочатся друг на друга. Как квалифицировать внутреннее состояние человека в таких случаях: как удовольствие или садизм и мазохизм? Так что учеба просто необходима, по крайней мере, чтобы оградить человека от психических заболеваний, коими являются многие половые извращения.

Кто-то считает демонстрацию сексуальных актов главным элементом сексуальной учебы. На это можно возразить. Можно ли научить человека простой демонстрацией концерта играть на музыкальных инструментах? Секс это творчество, но, как и в любом творчестве, первоначально должны быть пройдены азы ремесла.

Секс-индустрию создал все тот же научно-технический прогресс. Сюда можно отнести: порнографическую кинематографию, видео, телевидение, порнографические журналы, новейшие технологии в получении и изготовлении разных сексуальных игрушек, медицинских масел, растирок и т.д. Развитие химической промышленности позволило человеку изготавливать изделия из латекса, как искусственного, так и синтетического, предназначенные специально для секс-индустрии. В этом развитии есть и ряд положительных моментов, например, — производство одноразовых презервативов.

Проблема в том, что сознание не успевает за предлагаемым разнообразием, и это многообразие может лишь оглушить человека, никак его не развивая. Разве для продолжения рода необходима, например, огромная и длинная латексная дубина с пупырышками или раздвоенная на конце резиновая «ветка» разных диаметров для различных органов? Появление фантазий в неокрепших мозгах только

закрывает истинное предназначение секса. Инстинкты желания лавинообразно обрушиваются на тонкие ощущения, достигающиеся кропотливым исследованием сексуальной ауры, своей и партнерши.

Прежде чем вступать в половую связь, человек, считающий себя в отличие от животного разумным существом, должен знать теоретические основы сексуального воспитания. Он должен четко представлять, в каких случаях появляются дети, понимать истинное предназначение своих половых органов, он должен быть информированным о защитных средствах от нежелательной беременности и от инфекционных заболеваний. Он должен понимать реальность и не давать сексуальным иллюзиям разрушить внутреннюю уверенность в себе. Молодой человек должен спокойно относиться к своему возможному страху перед своим первым сексуальным опытом, чтобы потом с ним больше никогда не встречаться. Это все необходимо знать молодому человеку. А вместо этого гормоны с восставшим органом уже всю «трубят»: «Давай, давай, потом все узнаем, сначала надо пробовать, а затем книжки изучать о сексе». Вот так и приходит один из первых серьезных внутренних кризисов, способный оказать влияние на всю дальнейшую жизнь мужчины. Кризис несовпадения ожидаемого и реального.

Когда есть влюбленность между юношей и девушкой, когда есть искренность чувств, когда есть первоначальные знания о половом развитии, — но нет сексуального опыта, как тогда быть? Истинные чувства и осознанность действий помогут обоим участникам не очернить внутреннее состояние первой сексуальной встречи. Но сегодня такое развитие событий встречается, к сожалению, достаточно редко.

Одним из вариантов решения, принимаемого молодыми людьми, является вступление в первую половую связь со старшими по возрасту девушками и даже взрослыми женщинами. Более того, в наше время создается все больше семейных пар, неравных по своему биологическому возрасту, в том числе и таких, в которых молодой мужчина гораздо моложе своей избранницы. В таком случае можно отметить два определяющих фактора:

1. Юноша получает первоначальные знания в части секса от более зрелой женщины; из-за возможных проблем с собственной мамой такой юноша неосознанно тянется к взрослой женской ласке, которую он не дополучил в своем детстве. Принятие серьезных жизненных решений такой мужчина, как правило, перекладывает со своих плеч на плечи своей старшей возлюбленной.

2. Девушка, женщина получает для себя жизненную и сексуальную энергию от молодого человека гораздо интенсивнее, чем от мужчин-сверстников. Забота о младшем друге позволяет старшей женщине, пусть порой и неосознанно, реализовать свои скрытые материнские чувства.

Существует еще один, довольно часто встречающийся способ — воспользоваться услугами проститутки. Правда, с первого раза «вешать» на себя страхи других мужчин, чужие фобии, чужую жизненную, сексуальную энергию, «снятую» с проститутки — это путь хорошо чувствовать себя «героем-смертником», и не более того. Но об этом надо знать и говорить подрастающему поколению. Статистика стран Европы говорит нам о том, что проститутки посещают в основном мужчины, подверженные страхам перед своими матерями, сестрами, женами, любовницами. В психоанализе это явление характеризуется еще как невыстроенность взаимоотношений со своей внутренней женщи-

ной, т.е. со своим внутренним миром, куда входят страхи, тревоги, болезни, взлеты и падения [1]. Посещение публичных домов является для таких мужчин своего рода психологической разрядкой. Это так, но только отчасти. Когда мужчина приходит к проститутке, хочет он этого или не хочет, он неосознанно «цепляет» с энергетического поля женщины страх мужчины, бывшего там до него. Так передается этот особый вирус, на тонком уровне. Ведь мужчина пришел высвободиться от части своих проблем, страхов, невысказанности, тревог, которые «снимает» с него проститутка, а взамен приобретает что-то «новое». Это «новое» и есть неизведанная для мужчины разновидность страха от предыдущего кавалера. Получается кругооборот. Часто такие «молочные братья» ходят по кругу, по одним и тем же женщинам.

Это не значит, что все публичные дома надо уничтожить как рассадник специфической «инфекции». Если идет мужчина к проститутке, ему необходимо осознавать, для чего он это делает. Можно сделать предположение, что такая женщина выполняет роль «ассенизатора», т.е. всю энергетическую дрянь мужчины она принимает и перерабатывает, а то, что «остается», — отдается в «обновленном» виде уже другому телу.

Например, встречаются юноша с девушкой. Секса пока нет, они друзья, присматриваются друг к другу. В это время их личные энергии уже влияют на их взаимоотношения. Чувство влюбленности, взаимной симпатии друг к другу присутствует. Они еще могут — на этом этапе своих взаимоотношений — расстаться относительно безболезненно друг для друга. Проходит время, и их личные, дружеские взаимоотношения переходят в разряд сексуальных. Что же происходит? Вполне нормальное явление, по крайней ме-

ре, так считает молодой человек. Обмен сексуальной и физической энергиями. Парень отдал свою энергию, сперму. Только, как правило, у девушки после сексуальной связи сразу возникает внутренне чувство собственности по отношению к своему парню. И что делать с этим своим чувством, она еще не представляет. В принципе, такое отношение больше возникает у девушек, хотя следует признать, что и юноши практически не отстают в «привязывании» к себе девушки, независимо от ее желания. Зависимость, связанная на сексуальной энергии, потребление одного партнера другим, вплоть до физического его истощения, — довольно распространенное явление.

Если молодой человек проявляет одновременный сексуальный интерес к разным девушкам, то для их «чувства собственности» это будет жизненной трагедией. Если же девушка устанавливает жесткий запрет на сексуальные взаимоотношения своего парня с другими девушками, или вообще под ее давлением создается семья, то буквально через небольшое время парень идет «на сторону». Почему он это делает? Мужчины знают только свой ответ, мы же приведем наиболее характерные, как то: «не нагулялся» с другими девушками в юности; появление ребенка ущемляет в получении тепла и ласки от жены; для выделения адреналина; переизбыток своей сексуальной энергии. В последнем случае растрачивание своей физической энергии может вылиться как в физическое, так и в сексуальное истощение, а может и привести к импотенции. Если постоянно насиловать стартер двигателя вхолостую, то в итоге весь двигатель перестанет работать. Неосознанный секс является таким же движением «вхолостую», что и приводит к мужскому бессилию в половой жизни. Следует отметить, что к импотенции зачастую приводят грубое отношение

мужчины к женщинам и непотребное отношение к своему собственному внутреннему женскому началу. Другими словами — мужчина, не принимающий в себе свою внутреннюю женщину, свое женское начало, будет иметь огромные проблемы со своей урологией. Равно и как женщина ненавидящая или с трудом принимающая в своей жизни мужчин, как правило, имеет проблемы в гинекологии.

История человечества знает массу примеров, когда именно из-за сексуального привязывания, неразделенной любви, а точнее сказать из-за невозможности «потреблять» другого человека за счет секса, происходили войны и трагедии в жизни целых государств. Обладание одного человека другим, привязывание одного человека к другому за счет сексуальной энергии являлось маниакальной линией поведения многих правителей. Если «распустить» свои мысли, начать строить фантазии на темы секса, удовольствия, создаются иллюзии, мешающие истинному пониманию роли секса. Секс — это здорово и приятно, но не стоит делать из этого смысл своей жизни. Как не стоит использовать секс в самооценке и социальной лестнице, бравируя им, и использовать секс для «привязывания» к себе другого человека. Нередко на этой привязанности человек бывает пойман для шантажа, например, человек, занимающий определенное положение в обществе, не желающий раскрыть свои любовные связи.

Что делают порой мужчины в своем уже зрелом биологическом возрасте? Они как бешеные идут вразнос, «покоряя» все новых и новых девушек, иногда считая, что это у них такая «лебединая» последняя песня. Кто-то, таким образом, целенаправленно мстит своей жене, за «неоцененность» в интимных отношениях, а кто-то это делал всегда, получая для себя дополнительную сексуальную энергию.

Некоторые из мужчин даже начинают вести личные записи по порядковым номерам, дабы не забыть количество покоренных девушек. Таким образом, человек тешит свое внутреннее самолюбие, гордыню, что он, неотразимый любовник, и как много покорено им женщин. Как правило, мужчина в периоде своего среднего возраста, в силу своей физиологии и достижения своего сексуального максимума излучает из себя энергию сексуального творчества. А молоденькие барышни, уже в силу своего биологического возраста и прекрасного аппетита, «кушают» его без ножа и вилки, потребляя его для себя как физически, так и материально.

Какой мужчина осознает тот факт, что во время полового акта он гораздо быстрее отдает свою сексуальную энергию, чем его партнерша? Цель женщины как раз и состоит в том, чтобы наполнять себя сексуальной энергией от мужчины, больше в себя вбирать то, что он ей дает. Женщина неосознанно, а порой и с применением как энергетической, так и физической силы забирает у мужчины все, что у него есть. Забирая жизненную энергию мужчины, женщина «гасит» его нереализованное творчество. Что тоже небезопасно. Иногда доведенный до края мужчина такое может извергнуть из себя, что женщина долго будет после этого лечиться или приходить в норму. Любой человек может давать как хорошее, так и плохое.

Сексуальная жизнь женатого мужчины, посещающего на стороне любовницу, является для него своеобразной игрой в кошки-мышки: поймают или не поймают, разоблачат или не разоблачат. Выделение адреналина, внутренний страх, постоянное вранье — это только малая часть того, с чем мужчина приходит обратно в дом, к своей жене, после встречи с любовницей. Надо заметить, что многим

мужчинам такая жизнь нравится. Может быть, мужчина не может обойтись без похода на сторону именно от своей жены, потому что это физиологическое явление? Об этом, кстати, довольно часто стали говорить в обществе, выдавая измены за положительные явления и мужские подвиги. Может быть, только мужчина так устроен, именно ему жизненно необходимо «гулять», отдавать свою сексуальную энергию, удовлетворяясь в своей жизни исключительно сексом? Может быть, отдавая свою сперму женщине, мужчина таким образом по-своему «чистится»? Женщины ведь раз в месяц отдают свою «грязную» кровь. Понятно, что сперма и кровь — вещи абсолютно разные, но аналогии здесь понятны. Хотя, конечно, с традиционной медицинской точки зрения — это полный абсурд.

Предположений можно делать много, но важным остается одно: мужчина изменяет своей жене с другой женщиной, и в большинстве случаев эта женщина является чьей-то чужой женой, и в отношениях присутствует еще и опустошенный и обманутый мужчина. По времени акт отдачи мужчиной своей сексуальной энергии и акт принятия ее женщиной не совпадают. Женщина может хранить в себе, насыщать себя полученной сексуальной энергией в течение какого-то времени после мужчины. Получается, что мужчины по своей природе — альтруисты и бесребреники и с легкостью отдают сексуальную энергию как своим, так и чужим женщинам? Только — после занятий сексом, после своего физиологического удовлетворения с женщиной — внутри мужчины образуется пустота, дискомфорт и довольно часто депрессия. Многие ли мужчины задумываются, что именно эта пустота заполняется разными видами урологических мужских заболеваний, которые возникают, как правило, в самый неподходящий жизненный период? Пустота должна

наполняться — это закон природы. Вот только положительное или отрицательное это наполнение — зависит от чистоты помыслов, мыслей и, соответственно, поступков.

Еще одна тема заслуживает особого внимания, это анальный секс. Анальный секс — это половой акт, при котором мужчина вместо влагалища женщины использует ее анус, задний проход. Заднепроходный канал — конечная часть прямой кишки, от ее промежностного изгиба до заднего прохода. Деторождение через женский анус не происходит. Он предназначен для удаления отработанной пищи.

При анальном сексе также происходит взаимообмен энергиями обоих участников полового процесса. Такой способ массированно навязывают сегодня в порнографических «произведениях». Рассматривая с позиции энергетического взаимообмена следует определить, что такое анальный секс. Сексуальная энергия образуется в районе ануса, в районе «грязных» и уже отработанных человеком физиологических энергий. И что в случае анального секса мужчина «вешает» на себя от женщины?

При беседах с молодым поколением, довольно часто встречается обыденное и незамысловатое представление об анальном сексе, вроде как, ну подумаешь, одно отверстие меняется на другое. Хотя изменение способа может быть не случайным, вызванным внутренним состоянием участников полового акта. Помимо сексуального желания здесь можно наблюдать насилие, унижение, отвращение. Мужчина унижает женщину именно анальным сексом. Многие мужчины даже себе это очень четко представляют. Но не многие мужчины задумываются над психологией самой женщины, которая, не в меньшей степени, унижает в этот момент мужчину, подставляя ему свой «почетный» задний орган. «Поковырайся на здоровье, раз тебе так это

нравится», — кто-то из женщин ведь думает именно так. Видимый, разрекламированный порнографией оргазм женщины не дает представления о ее подлинных ощущениях и желаниях в этот момент. Поэтому, мужчинам необходимо думать и осознавать, что они хотят вынести для себя из таких взаимоотношений. Не является ли это простой мстью женщине, с которой он занимаетесь анальным сексом? Если мужчина мстит, то чья мсть перевешивает, его или женщины? Подобное притягивает подобное. Какой внутренний страх человек пытается спрятать в себе, или наоборот вытащить, занимаясь анальным сексом?

Что теперь, вообще не заниматься сексом? Такой вопрос довольно часто адресуют мне мужчины на консультациях. Отнюдь нет, странно было бы отвергать то, что дано нам Богом. Но, как и все, данное человеку, желание секса подчинено выбору. Получить грубое физиологическое удовлетворение, унижить свою партнершу, избавиться от своего внутреннего страха, или же подарить избыток своей сексуальной энергии своей любимой, продолжить род. Осуществив свой выбор, человек в состоянии четко осознать, что на самом деле есть сексуальная радость, а что — сексуальная зависимость и сексуальное бессилие...

Несколько слов о таком явлении, как онанизм. Онанизм (мастурбация, рукоблудие) — искусственное раздражение эрогенных зон с целью вызывания оргазма Существуют самые противоречивые мнения о влиянии мастурбации на здоровье. Многие считают, что мастурбация является причиной многих половых расстройств. Другие же авторы не усматривают в мастурбации вообще никакого вреда здоровью [2].

Практически все мальчики занимаются онанизмом. Часто это явление заканчивается при переходе юноши к

регулярной половой жизни. Мастурбация — это действие без прямой энергетической связи, хотя онанист в момент оргазма создает в своем воображении образ женщины, которую он «потребляет». Можно сделать предположение о том, что воображаемая женщина или девушка реально в жизни ощущает на каком-нибудь тонком уровне, что ее в данный момент кто-то «потребляет» в мыслях. Мысли материальны и передаются в пространстве. Живет где-нибудь такая девушка, и, вдруг, ни с того ни с сего, не может пошевелить ни рукой, ни ногой. Может быть, именно в этот момент где-то «работает» воображение онаниста?

Неординарную точку зрения по поводу мастурбации приводит итальянский академик Антонио Менегетти: «Результаты многочисленных экспериментальных исследований позволили мне сделать вывод, что любому человеку, независимо от того, к какой культуре он принадлежит, лучше воздержаться от секса, в позитивности которого он пока не уверен. Конечно, у человека остается ощущение неудовлетворенности, но, по крайней мере, не происходит разрушения. В некоторых случаях можно прибегнуть к мастурбации, позитивность которой также, в свою очередь, зависит от характера фантазий субъекта в этот момент... Человек может долго обходиться без секса, как бы сублимируя: он вкладывает всю свою энергию в социальную, экономическую, интеллектуальную, научную деятельность... На личном опыте я убедился, что, люди, знакомые с основами онтопсихологии и воздерживающиеся от секса, достигают исторического успеха, а не сумевшие ему противостоять — терпят поражение. Эротизм представляет собой место силы, источник. «Эрос» означает «место возникновения силы». Это основа духа. По этой причине все

религии, особенно католицизм, неистовствуют при одной мысли о сексе: достаточно мысли и согласия, чтобы совершить смертный грех. Выдающиеся философы, заложившие основы знаний на Западе — блаженный Августин, св. Амвросий, св. Фома, св. Джероламо, св. Кирилл — понимали, какой вред могут нанести душе человека определенные действия или определенный образ мыслей. Эротизм захватывает весь внутренний мир субъекта» [1].

Следует отметить такое явление как гомосексуализм. Гомосексуализм — разновидность полового отклонения, заключающегося в половом влечении к лицам своего же пола. Эта тема в наше время стала более открытой и довольно часто обсуждаемой. Гомосексуализм был всегда на протяжении многих веков, как бы его не называли. С моей точки зрения, гомосексуалисты — во-первых, люди, у которых в мужском теле находится нереализованная женская программа души из прошлых ее воплощений. Во-вторых, по энергетическому обмену в гомосексуальной связке — пассивный партнер получает больше жизненной сексуальной энергии. Это энергетическое явление можно сравнить с обычным сексом между мужчиной и женщиной, так как женщина, как правило, забирает больше и больше насыщает себя сексуальной энергией, чем ее партнер [3].

Человечество постоянно находится в поиске новых идей по созданию новых видов энергий, новых видов взаимоотношений между людьми, которые при этом не позволяют привязывать одну личность к другой, которые не позволяют потреблять одного человека другим. Наверное, такие энергии когда-нибудь будут найдены людьми, вместе со способами получать физиологическое удовольствие, похожее на секс, и при этом не разрушающее внутренне ни себя, ни другого человека.

Правда в настоящее время в мире все происходит с точностью до наоборот. Создаются мощные виды вооружения для подчинения себе подобных, ищутся и разрабатываются новые виды энергий для создания супермощных технологий, которые все также будут применяться в разработках вооружения. А принципиально ли отличие этого подчинения от разрушительного подчинительного секса? Может быть, дело только в масштабах. Однако сегодня порноиндустрия достигла такого размаха, что практически имеет доступ в каждый дом. А значит, открыт вход той самой разрушительной энергии подчинения.

Следует отдельно отметить тему страха в сексуальных отношениях и насилия, связанного с ним. Как правило, перед первым сексуальным опытом у юноши возникает внутренний страх. У кого-то это явление более ярко выражено, а у кого-то — менее. Если человек внутренне подготовлен к первой своей сексуальной встрече, то и внутренний страх он уже отчасти проработал в себе. Само знание, осознание того, что есть такая вещь, помогает юноше.

В специальной литературе рассматриваются вопросы взаимосвязи половой функции и сознания человека. Не соответствие, или отсутствие гармонии в этих сторонах жизни, как правило, приводит к сексуальным фантазиям, извращениям. Довольно часто совершаемые преступления происходят на фоне сексуальных расстройств, извращенной сексуальной фантазии. Подробно сексуальными извращениями и сексуальными отклонениями профессионально занимаются специалисты, которые дают соответствующие определения и рекомендации. Необходимо отметить, что истоки таких извращений возникают все в том же безобидном, безоблачном детстве, и искать первопричину сексуальных аномалий следует именно там. Там, где воз-

никают первые внутренние страхи, неуверенность в себе, непонимание своего внутреннего «я», где отсутствует Любовь родителей к своему ребенку, где пропагандируется насилие в семейных взаимоотношениях и т.д. и т.п. В жизни не все люди могут честно и искренне признаться сами себе, что они половые извращенцы или имеют неординарную, извращенную сексуальную психологию. Определить грань, отделяющую норму от аномалии, так же как и определить степень запущенности возможной аномалии, — могут только специалисты. Для этого надо иметь огромную практику встреч с такими пациентами.

Следует сказать о «подставе» с незапланированным ребенком от девушки и предъявлении мужчине требования жениться на ней. Слово «подстава» в данном случае нами рассматривается как энергетическое нападение, внедрение одного из участников взаимоотношений в энергетическое поле другого, с применением в качестве шантажа третьего «участника событий» — еще не появившегося на свет ребенка. Здесь же следует отметить, что такая «история» наносит психическую травму как юноше, мужчине, так и самой девушке, женщине. Не рассматривая социальные схемы, в которых юноша принимает или не принимает решения о женитьбе в связи с незапланированным ребенком, мне бы хотелось обратить внимание на внутреннее состояние юноши и это обстоятельство, влияющее на его последующую жизнь. Прежде всего, юноша начинает испытывать внутренний страх перед любым будущим сексом, даже с другими партнерами. Ситуация с первой «подставой» будет теперь довлеть над ним, переключая его внимание и формируя чувство внутреннего страха во время сексуального акта. Постоянный самоконтроль во время секса, во время физиологического расслабления, означает не что

иное, как насилие над своим «я», целенаправленное подавление внутренних эмоций.

Справедливости ради стоит отметить, что не всегда «подставы» следуют со стороны девушек, довольно часто бывает, что и мужчина целенаправленно вводит девушку «в положение», чтобы та в будущем или вышла за него замуж, или унижалась перед ним, чтобы он не оставил ее с ребенком на произвол судьбы. Мужчина, специально, из мести, унижающий таким образом женщину, на самом деле подвержен своим внутренним страхам, прежде всего страху одиночества, страху неполноценности.

Практика показывает важность теоретических знаний. Недооценка, нежелание, а порой и неумение пользоваться презервативом или противозачаточными средствами порой очень дорого обходится участникам полового акта. Что касается самого появления незапланированного ребенка, то всегда оно является не чем иным, как очередным жизненным уроком и для мужчины, и для женщины. А мужчине, как минимум, следует признать, что порой дискомфорт бывает намного переносимее, чем обязательные долги в будущем, в виде женитьбы на нелюбимой женщине, или алиментов, или «бегов».

Довольно часто средством решения проблемы становится аборт. Аборт — это вынужденное прекращение, прерывание беременности с помощью насильственного удаления плода из матки женщины с применением различных металлических инструментов и устройств. Медикаментозное прерывание беременности не меняет суть процесса, и также ведет к убийству ребенка, правда, менее болезненно для женщины. Статистически выявлять, кто чаще — мужчина или женщина — предлагает убить ребенка, не так уж важно. Важно то, что ребенка в конечном случае все равно

убивают. В жизни мало кто задумывается, что за такие решения все равно придется отвечать, рано или поздно, и отвечать будет одинаково как мужчина, так и женщина. И неудачи, беды, непредвиденные катаклизмы в их жизнь просто так никогда не придут. Что остается в таких случаях человеку? Анализировать, осознавать, вспоминать и отрабатывать. Просить искреннего прощения у не рождённой души, которой не дали появиться в эту жизнь.

Заканчивая статью, я хочу выделить основные моменты рассмотренной темы о сексе:

— сексуальному воспитанию, изучению половых взаимоотношений необходимо уделять самое пристальное внимание, как в своей жизни, так и в жизни своих детей;

— первоначальным и определяющим значением секса в жизни человека является, прежде всего, продолжение человеком его рода;

— любовь, истинные чувства между людьми приносят в сексуальную жизнь гармоничные взаимоотношения;

— стремление исключительно к физиологическому удовлетворению, превращение его в плотскую утеху в конечном итоге приводит мужчину к потере сексуальной и жизненной энергии, без приобретения чего-либо взамен, кроме внутренней пустоты, дискомфорта и страхов;

— неосознанный секс может привести к появлению сексуальной зависимости от своего полового партнера;

— неосознанный секс внутренне разрушает человека, забирая у него жизненную энергию и останавливая в нем процесс творчества;

— неосознанный секс может привести к появлению незапланированного ребенка;

— неосознанный секс может привести к принятию решения об аборте, т.е. к целенаправленному убийству не

рожденного ребенка и, соответственно, к ответственности за это убийство;

— необходимо всегда думать, осознавать и анализировать вопросы — кому и для чего человек дает свое семя, с каким родом он собирается породниться.

Идея осознанности сексуальной жизни для любого человека должна иметь не последнее значение в жизни, а зачастую определяющее. Осознанный секс может создавать, направлять, двигать, гармонизировать. Неосознанный секс может разрушать, калечить, ломать человека, его жизнь и судьбу, создавать ему внутренние проблемы. Какой секс нужен вам? По крайней мере, у вас есть информация для своего выбора. А выбор, естественно, человек всегда делает сам.

Использованная литература:

1. Менегетти Антонио. Проект «Человек» — М.: ННБФ «Онтопсихология», 2005.
2. Популярная медицинская энциклопедия. Гл. ред. Б.В. Петровский. М.: «Советская энциклопедия», 1979.
3. Саяпин Е.В. Мужское сознание. Выход из кризиса. — М.: Бослен, 2008. — 304 с.
4. Эзотерика. Универсальный словарь-справочник. Автор-составитель А.И. Ивасенко. — Амрита-Русь, Белые альвы, 2005. — 384 с.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@pppl.ru



Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2019 год / Выпуск 8 / Е.В. Саяпин - Психологическое изнасилование мужчины

Е.В. Саяпин - Психологическое изнасилование мужчины

Психологическое изнасилование мужчины, или Почему у одних рождаются девочки, а у других мальчики?!

Странный заголовок, не правда ли? Но не торопитесь с выводами. Ведь изнасилование случается не только с женщинами, но и с мужчинами.

Что такое изнасилование?! Согласно словарю: принудить женщину к половому акту (по Кузнецову С.А.). Это определение относится к физическому насилию. Но то же самое можно сказать и о психологическом насилии — когда принуждают человека к тому, что он не хочет делать. Бывает такое? Конечно, бывает!

Например, мужчина хочет секса с девушкой, но не желает брать за нее ответственность, а она на него «наезжает», «вынося мозг». Или если мужчина не хочет ребенка, а женщина его «подставляет» с беременностью — разве это не психологическое насилие? Откуда сегодня столько «залетных» детей? Многие мужчины не готовы быть отцами. Особенно это касается женатых мужчин, которые ищут утешения на стороне. Но с другой стороны, если периодически не насиловать мужчину, то так вообще может прек-

ратиться процесс деторождения? Конечно, это шутка, но в шутке есть и своя «правда»!

Год назад я поднял тему: почему у одних рождаются мальчики, а у других девочки (<https://www.menconsulting.ru/pochemu-vsevyshnij-odnim-roditeljam-dajot-malchikov-a-drugim-devochek/>). Здесь этот вопрос также затронут на конкретном примере.

ВАЖНО: в данной статье не идет речь о том, что женщина не имеет права рожать от мужчины без его согласия. Но! Женщина не имеет права применять к мужчине методы психологического насилия, заставляя его жениться!

Сегодня тема брошенных детей и разводов уже не столь остра. Это уже приняло массовый характер и зачастую даже набивает оскомину. В каждом случае все происходит индивидуально, но практически всегда остается боль, непонимание, ненависть, агрессия, неверие или апатия.

На своих консультациях в отделении гинекологии я часто слышу от женщин о втором-третьем браке (официальном или гражданском). И, как правило, от первого брака есть ребенок (дети), который остался с мамой. Я задаю вопрос: «А родной отец общается с детьми?» — «Да, конечно, общается, я же не дура, чтобы препятствовать этому», — отвечают 90 процентов женщин.

Но есть 10 процентов, которые говорят: «Я категорически против, чтобы мой ребенок общался с этим уродом/недоноском» или «Мой сын/дочь не желает слышать о нем» и т.д. Возникает вопрос: «А кто такие мысли детям «вогнал» в сознание?!» Правильно, в первую очередь обиженная женщина и отчасти отец, который когда-то оставил ребенка и не общается с ним. И еще вопрос: «Если твой бывший мужчина — урод, то зачем ты рожала от него?»

Оставленная женщина «вгоняет» в сознание ребенка свою нереализованность, злобу, обиду и т.д. А детская психика как губка — все впитывает и всему верит!

Однако, как показывает практика, мужчина оставляет женщину, но не ребенка. Но общение с ребенком зачастую проецируется на «общение» с его мамой. Сложно? Да! Другими словами: если отец выстроит нормальные человеческие отношения с сыном или дочерью, то ребенок автоматически попадает в разряд «предателей мамы», так как не поддерживает ее линию поведения в отношении «козла-отца». Да, когда дети подрастают и начинают набивать собственные шишки в отношениях, они часто возобновляют общение с некогда оставившим их отцом. Но порой чувство обиды, ненависти, непонимания остается на всю жизнь, застилая сознание и разум. К чему это ведет? Паршивые отношения с противоположным полом, болезни и психосоматического характера.

ИЗ ПРАКТИКИ ПСИХОЛОГА

Ко мне на прием пришел мужчина (59 лет), назовем его Сергей. Парадокс в том, что он работает психотерапевтом, но не может самостоятельно разобраться в своей ситуации! Сергей разрешил мне опубликовать его историю, так как считает, что это может кому-то помочь!

В 40 лет Сергей ушел из семьи (но официально оставался в браке), у него было двое детей — дочь (13 лет) и сын (8 лет). Дочь решила жить вместе с Сергеем, а сын остался с мамой. С сыном Сергей всегда общался и общается сейчас.

В этот же период в его жизни появилась Мария (29 лет), привлекательная и стройная девушка, в разводе, без детей. Сергею от Марии нужен был только секс, ее молодое тело.

А вот что надо было Марии, Сергей не уточнил. Хотя смутно догадывался: семья и дети. Но на том этапе он попросил Марию не подставлять его залетным ребенком, так как ему надо воспитывать одному несовершеннолетнюю дочь. Мария пообещала исполнить эту просьбу.

Они периодически встречались: ездили на природу, ходили на концерты, посещали друзей, путешествовали по Европе. Через полтора года Мария пришла к Сергею домой и бросила ему на стол фото УЗИ со словами: «Это самое дорогое фото в твоей (?) жизни — ты скоро станешь счастливым папой!» Сергей удивленно открыл рот, но Мария сразу сказала, что аборт делать не будет, независимо от его решения. Комичность ситуации была в том, что Мария — врач, кандидат медицинских наук. Он робко спросил ее: «А что, в медицинских институтах на кафедре гинекологии не изучают менструальный цикл?» Ответ был такой: «Бывает, хотя очень редко, что в организме после овуляции остается блуждающая клетка». Почему эта клетка «догнала» именно Сергея, никто толком тогда не объяснил. Сергей уже психологически испытал, что такое аборт, поэтому согласился принять этого ребенка, дать ему свою фамилию и отчество. Но жениться на Марии отказался, хотя обещал финансово помогать (он был обеспеченным человеком). Если бы Мария была понахрапистее, то она бы додавила с женитьбой! Но тогда сошлись и на этом.

Через пару месяцев Мария позвонила Сергею и со слезами в голосе сообщила, что у нее угроза выкидыша. Сергей интуитивно ответил ей «таинственно» (возможно, это был голос еще не родившегося ребенка?), что хочет, чтобы ребенок появился на свет, и будет рад этому. Угроза миновала. А что такое угроза выкидыша с позиции психосоматики? Это когда душа ребенка «чувствует», что ее не хотят

видеть в этом воплощении, поэтому и пытается «свалить» из физического тела?! А чья была неуверенность и сомнения? Конечно, будущих родителей!

Родилась дочь, и Сергей был воскресным папой на протяжении четырех лет. Но Мария постоянно требовала «что-то решать». Она начала давить на Сергея, чтобы тот на ней женился, забыв при этом их первоначальные договорённости. Как-то в порыве ярости она сказала: «А тебе не кажется, что твоей старшей дочери будет лучше жить с родной мамой, а мы бы могли все вместе жить у тебя?!» Этим она окончательно отдала Сергея от себя. Да и родители Марии, когда он появлялся у них дома по выходным, постоянно спрашивали: «А если жениться не собираешься, то зачем появляешься в нашем доме?» В общем, Сергей сказал Марии, что они расстаются, так как жениться на ней он не собирается.

Он периодически задавал себе вопрос: «Почему я не хочу быть рядом с женщиной, у которой красивая фигура, статус, ученая степень и даже мой ребенок?!» Он спрашивал себя: «Почему внутреннее неприятие?» И откуда-то из глубины появлялось: «ОБМАН, ЛОЖЬ, ПОДСТАВА» — эти слова он не хотел тогда принимать и анализировать. А самое главное — не хотел сесть и честно поговорить с Марией!

Сергей предложил Марии сразу выплатить все деньги (алименты) до совершеннолетия дочери, чтобы больше не встречаться с ней. Даже привез ей проект договора, в котором четко было прописано, что Сергей имеет право видеться с дочерью и участвовать в ее воспитании. Мария внимательно прочитала договор и сказала, что деньги возьмет, но ничего подписывать не будет, так как Сергей может ее обмануть?! Опять в их поле прозвучали слова: ОБМАН И ЛОЖЬ?! Сергей положил деньги на страховой счет в

банк и озвучил Марии свое решение: когда дочери исполнится 18 лет, он отдаст эти деньги только ей, дочери.

К тому времени старшая дочь Сергея выросла и окончила университет. Сергей официально развелся и женился второй раз, у него родился четвертый ребенок — сын.

С момента расставания прошло 14 лет, с Марией они общались всего два раза:

— Марии надо было получить разрешение на выезд дочери за границу, и Сергей дал его на 10 лет вперед, до совершеннолетия. Тогда Мария пообещала, что будет возможность видеться с дочерью.

— Через пару лет Сергей напомнил об обещании. На что Мария заявила: «Общение возможно только при официальном браке или хотя бы гражданском!» Опять ОБМАН и невыполнимое условие?!

Сергею это надоело, и он постарался «вычеркнуть» Марию из своего сознания?! Да, Марию как мог он вычеркнул, но не дочь, с которой всегда мысленно общался. Он перенес на нее свое доброе отношение, которое было у него к его другим детям. Сергей хотел быть хорошим и порядочным человеком, пытался вернуть долг дочери и получить общение с ней. Как же он мечтал перевести дочери деньги в банке со счета на счет и потом сразу же познакомиться ее с братьями и сестрой, которые уже знали про нее и готовы были встретиться! Но оказалось, что отдать эти деньги — большая психологическая проблема!

В этом году дочери исполняется 18 лет, и Сергей узнал из соцсетей, что она поступила в институт. Сергей позвонил Марии, которая «не узнала» его, спросив: «А это кто?» Правда, потом сразу узнала?! Он сказал, что хочет отдать деньги дочери, на что Мария опять «наивно» поинтересовалась: «Какие деньги?» Это были две первые реперные

точки, которые моментально включили старый механизм неприятия. Но все же они пообщались по телефону, и Мария пообещала, что если дочь будет согласна, то сама ему позвонит и они сходят в банк, чтобы открыть счет для перевода денег. В другом случае, позвонит Мария и объявит ответ дочери. Сергей попросил решить этот вопрос в течение десяти дней (это было связано с требованием банка). До указанного срока Сергею никто не позвонил!

Опять ЛОЖЬ И ОБМАН?! Прошел месяц, и Мария все-таки позвонила и раздраженным голосом сообщила, что были обстоятельства, которые он не поймет, и поэтому она не будет даже их объяснять. Она с дочерью открыла счет в указанном банке и сейчас скинет ему на WhatsApp номер, куда он МОЖЕТ ПЕРЕВЕСТИ деньги. Сергей снова открыл рот от удивления?! Это была третья (последняя) реперная точка: его действительно «поимели» с особым цинизмом! То есть, ему разрешили отдать деньги, не видя при этом людей, кому эти деньги предназначены?!

«Но как же так? — спросил он Марию, — ведь я просил, чтобы дочь подъехала и мы бы пообщались хотя бы один раз и вместе оформили эту банковскую операцию, тем более, что сумма немаленькая?» «Дочь не хочет тебя видеть», — был ответ!

Тут уже Сергей сказал резко: «А деньги дочь хочет получить? Нет общения — нет и денег! В таком варианте я не знаю, кому перевожу эти деньги: дочери или тебе?!» Ответом был истеричный крик: ты непорядочный человек, пусть это останется на твоей совести. Мария бросила трубку.

В таком состоянии Сергей пришел ко мне на консультацию. Его запрос был понятным, но «тяжелым» для восприятия: «Почему за столь короткий период времени у него возникло неприятие к Марии, которую он не видел

много лет? Он знает, что время лечит, но в его случае эта боль стала еще сильнее! Почему он уже не хочет видеть свою дочь, общение с которой так маниакально добивался (дочь, может быть, и не знает всей правды и о «разборках» с Марией). И как «выстроить» себя, чтобы принять и осуществить «правильное для себя» решение?»

При анализе жизни Сергея мы выяснили: что привело его к этой ситуации и что делать:

1. Необходимо осознать и принять, что Сергей — отец (биологический, генетический), но он не Папа, который был в жизни дочери и с Любовью участвовал в ее воспитании?!

2. Принять, что его дочь — «чужой» для него человек! Да его генетика присутствует на 50%, но ее воспитание и мысли «чужие»! В настоящее время дочь — инструмент шантажа своей матери?!

3. Принять и подождать, что когда дочь будет «более» взрослой и у нее появятся вопросы к жизни, то может быть, она сочтет нужным встретиться с отцом?! Правда, сколько времени должно пройти, никто не знает.

4. Принять внутренний страх Марии за то, что она патологически боится какой-то «своей» правды?! Возникает предположение: может быть, это не дочь Сергея, раз ее так тщательно скрывают? Или возможно, Мария боится, что ее дочь уйдет жить к отцу, как когда-то сделала его старшая дочь? Или это «что-то» другое?

5. Принять, что отношения Сергея и Марии изначально были построены на обмане и лжи и постоянно «подпитывались» ими!

6. Сергею необходимо осознать свою беспринципность и вялотекущее безразличие?! Ведь он мог через суд получить разрешение общаться с дочерью, раз Мария признала его отцовство (фамилия, отчество)?!

7. Осознать, что «недальновидные» люди меряют по себе — и свои мозги, мысли и пожелания им «не пришить»?!
Проанализировать, с каким родом Сергей «породнился»?!

8. Принять и осознать, что его «поимели» (психологически изнасиловали), что его заранее выбрали как спермодонора, при его же добровольном участии! И ответственность он несет только сам за себя!

9. Осознать, что Сергею «дали» снова дочь, а не сына, так тогда у него были сложные отношения с Женщинами (жена, любовницы, Мария). Поэтому ему и «дали» возможность снова научиться выстраивать отношения с женским полом «глобально», по принципу step by step, но уже через маленькую дочь! Насколько «эффективно» он прошел эту ситуацию?!

10. Слушать себя и свою интуицию: не идти по наезженной колее, по которой он шел раньше. Т.е. не стоит стараться всегда понравится любой ценой, быть «порядочным человеком слова» в отношении тех людей, которые хамят в лицо!

11. Слушать свое сердце и свою интуицию — они редко подводят.

12. Отдать деньги (с приятием) своим другим детям и внукам, которые его действительно любят и хотят с ним общаться!

Хочется сказать мужчинам, оказавшимся в подобных ситуациях: «Включайте свои мозги (если они есть), не переоценивайте свои возможности, не бойтесь обсуждать все «сложные» темы, связанные с детьми!!! И вообще быть осознанными в отношениях с женщинами! Чтобы потом, в будущем, не услышать слова от женщины: **«СЕЙЧАС Я СБРОШУ ТЕБЕ РЕКВИЗИТЫ СЧЕТА, КУДА ТЫ МОЖЕШЬ ПЕРЕВЕСТИ СВОИ ДЕНЬГИ, НО ТВОЙ**

РЕБЕНОК ОБЩАТЬСЯ С ТОБОЙ НЕ ХОЧЕТ И НЕ БУДЕТ?!»

О себе: Саяпин Евгений Владимирович.

По первому образованию инженер-механик, кандидат технических наук (СТАНКИН, Москва).

Более 15 лет проектировал и производил медицинские инструменты для общей хирургии и эндоскопических операций.


Накопленный жизненный опыт подтолкнул меня к написанию книг по популярной психологии, в которых я попытался познать внутренний мир человека. Углубившись в тему познания души, в 2009 г. я закончил Московский педагогический государственный университет (ГОУ ВПО «МПГУ») по специальности «практический психолог».

Сразу после окончания университета пошел работать практическим психологом в больницу Центросоюза РФ (г. Москва). Оказываю психологическую помощь гинекологическим, урологическим, терапевтическим, ЛОР больным. Работаю с зависимыми пациентами (алкогольная, наркотическая, игровая) и их родственниками (созависимость). В последнее время приходится много работать с проблемами «психологического бесплодия».

По результатам клинической и частной работы написал ряд научных статей и книг по практической и популярной психологии. Психосоматика стала неотъемлемой частью моей работы!

Параллельно работаю доцентом на кафедре «Педагогика и психология» в Московском Государственном Гуманитарно-Экономическом Университете (МГГЭУ). Преподаю дисциплины: «Психодиагностика», «Психология стресса», «Конфликтология».

Веду частную практику. Сайт: menconsulting.ru



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@ppp.ru

Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2019 год / Выпуск 12 / Е.В. Саяпин. Стоит ли искать своего человека в брачных конторах.

Е.В. Саяпин. Стоит ли искать своего человека в брачных конторах.

Рубрика «Статья номера»

Стоит ли искать «своего» человека в брачных конторах?!

САЯПИН Е.В., к.т.н., практический психолог. Доцент кафедры «Педагогика и психология» Московского Государственного Гуманитарно-Экономического Университета.

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru, сайт: www.menconsulting.ru

Исследуются психологические причины одиночества, поиска «своего» человека и поиска «самого себя». Также приведен алгоритм нахождения «своего» человека и описаны этапы его осуществления. Приводятся конкретные примеры общения психолога с людьми, которые обращаются в брачные агентства за тем, чтобы им помогли найти «свою половину», а также даны рекомендации: на что следует обратить внимание, чтобы не оказаться обманутым или разочарованным.

Тема одиночества очень актуальна в наше время. Нас, людей, на Земле становится все больше, но при этом мы внутренне одиноки: приходим в этот мир одни и уходим в

одинокестве. Да, у многих из нас есть семья, друзья, дети, но при этом мы одиноки в общении друг с другом: вроде живем с человеком, говорим с ним, слушаем его, но не всегда слышим?! Классики психоанализа справедливо утверждают, что ты можешь быть хорошим профессионалом в какой-то области, но если ты при этом не умеешь общаться с другими людьми, особенно с противоположным полом, то грош цена твоим трудовым заслугам [1].

Казалось бы, с приходом научно-технического прогресса найти «своего» человека не составляет труда, но зачастую получается совсем наоборот: НТП во многих случаях делает нас ленивыми, особенно в отношении самих себя [2]. Мы «уходим» в цифровую жизнь, следуя ее законам, которые сегодня не совсем изучены?!

Тогда зачем нужен «свой» человек, для каких целей? Где его найти? А самое главное: нужен ли он вообще, этот «свой» человек? На эти вроде очевидные и простые вопросы я постараюсь ответить в данной статье.

Итак, где можно искать? Самое современное — специализированные сообщества, группы в Интернете, соцсети. Ну и конечно, традиционные клубы по интересам, библиотеки, театры, спортзалы, дискотеки, тренинги личностного роста, больницы и т.д. Но предлагаю начать с брачных контор, которые «пасутся» на специализированных сайтах. Видение на эту тему я дам свое личное, так как немного знаю это явление изнутри. И как всегда, предупрежу: включайте мозги и интуицию!

Из практики психолога

БРАЧНЫЕ АГЕНСТВА: ПОДВОДНЫЕ КАМНИ

«Ваша задача заставить клиента принести деньги в кассу, а потом делайте с ним все, что хотите!» Вот основной девиз брачной конторы, как принято еще называть такие заведения в народе.

Такие «волшебные» слова я услышал от своего куратора-женщины в первый же день, когда пришел работать психологом в брачную контору на испытательный срок! Да, у меня есть опыт деятельности в таком заведении, правда совсем небольшой, так как эгрегор [3] меня выдавил! Профессиональные психологи с академическими знаниями, там особо не приживаются, хотя они очень нужны для этикетки, и их массово приглашают на собеседование. Но когда уважающий себя психолог после двух бесплатных дней работы начинает осознавать, что в конторе надо просто-напросто врать или манипулировать (НЛП), то надолго там не задерживается. Хотя, если бы психологи реально там работали, то качество создаваемых союзов М + Ж было бы другим. Не скажу, что браков стало бы больше, но их качество точно повысилось бы.

Нашел я такое агентство по объявлению в интернете. Когда прошел собеседование, куратор честно и искренне сказала мне: «Вы нам подходите, правда, не понимаю пока зачем, но чувствую, что нужны!» Я поставил условие: работать «свахой»/«свахом» (постоянный обзвон) не буду, и мы вместе «нашли» работу — психолог по кризисным запросам. Сегодня понимаю, что это «надуманная» должность, они там не нужны! Вот приходит ко мне на прием расстроенная, грустная женщина, которая уже когда-то

ходила к психологу агентства, причем первая консультация включена в ее контракт, и смотрит на меня непонимающе: «Почему деньги я заплатила (немалые), а меня не выбирают претенденты?» Или: «Я ходила на свидание, но это не мой вариант?!» Или: «Почему я просила метр девяносто с голубыми глазами и обеспеченного, а мне предлагают метр семьдесят «в прыжке» и нищеврода, или пожилого мужчину, у которого масса проблем со «здоровьем»? Или: «Почему он пришел на первую встречу подшофе и сказал, что у него нет денег, чтобы заплатить за ужин?! Ведь я уже жила с алкашом, а мне опять такого же подсовывают?!». И таких «почему» много!

Небольшое уточнение: в агентстве работает психолог-мужчина, который на первом приеме рассказывает байки про эфемерного, не встречающегося в жизни персонажа: что он хочет, что он любит, что ему можно говорить, а чего нельзя и т.д. Получается такой собирательный образ? Т.е., женщине психолог показывает шоу, но не разбирает: что ее заставило за такие деньги искать партнера? А если и спрашивает, то только по касательной! Произносит «спич» в основном он, психолог. Но он не говорит женщине, что если она хочет найти себе мужчину, прежде всего, пусть «разберется» в себе, а только потом ищет, задавая вопрос: «Для чего и как?» Естественно, я начал хоть как-то «выстраивать» претенденток, показывая, насколько это возможно за одну консультацию, реперные точки их жизненных проблем. Многие после часовой консультации уходили в задумчивом состоянии и искренне говорили себе: «А действительно, зачем мне нужен мужчина такой ценой?!»

Нет, в мою задачу не входило показать женщине, что ей не нужен «ее» человек. И не ставил целью сказать, что брачная контора — зло! Наоборот, даже предлагал руко-

водству ряд вариантов по консультированию «проблемных» клиентов! Я хотел показать, что если женщина не поменяет приоритеты внутри себя, не начнет исследовать свою душу, жить своей жизнью, уважать в себе Женщину, то если и будет с ней «пассажир», предложенный агентством, в ее жизни мало что поменяется.

До кого-то это дошло, и они даже написали мне благодарственные письма, а кто-то (таких было две) побегал жаловаться руководству, мол, за что их обидел психолог, сломав «сладкую» мечту и надежду?

Относительно сладкой мечты: женщина 55 лет, «бАльшой» человек, директор производства, которое ей оставил в наследство муж. Запрос ее «простой»: мужчина до 57 лет, непьющий (первый муж был алкоголиком) и чтобы занимался с ней сексом хотя бы 2-3 раза в неделю! На первом месте в ее приоритетах стоял секс. Естественно, я порекомендовал, чтобы они вместе со свахой подобрали ей мужчину 40-44 года, так как за ее деньги проще «купить» сексуальное либидо более молодых мужчин?! Ее реакцию вы уже знаете!

Также мне было предложено «разводить» кризисных женщин на дополнительные деньги. Я должен был говорить им, что вот видите, как у вас все запущено, поэтому вам надо походить ко мне на консультации. И отчасти это правда, но когда я узнал сумму, которую они были должны заплатить за эти 5 консультаций, у меня от стыда язык не повернулся ее озвучивать!

Мужчины, которые заключают такие же контракты на поиск своей женщины, находятся в более выигрышном положении. Во-первых, их меньше, чем женщин, и потому они могут «кочевряжиться». К психологу мужчины агентства практически не ходят, также по двум причинам:

во-первых, «все сами знают про психологию и себя», свои реперные точки. Во-вторых, а это самое главное и неприятное, есть элементарный страх услышать о себе правду, в которой никто из них не хочет себе признаваться! [3]

Все мои консультации записывались на аудионоситель, о чем естественно, я знал, но все равно говорил правду! Правда, в таких агентствах никому не нужна. Как вы понимаете, я там долго не продержался, поэтому сейчас делюсь с вами «сокровенным». Бывает ли иначе, спросите вы?! Неужели нельзя найти своего человека через подобную контору? Конечно! И вам даже может повезти, причем за ваши же деньги! Это может быть кармический человек или совершенно «случайный», которого вы искали всю жизнь! «Разное» бывает. Но таких «бывает» почему-то гораздо меньше, чем «не бывает». Любое чудо должно быть заранее подготовлено! Пока вы не «выстроите» себя внутри, все будет похоже на игру в бисер: мечи — не мечи... Хотя, это также для кого-то урок и путь!

Основной штрих про брачные агентства. Кто туда обращается? В основном, обеспеченные люди, искренне верящие, что за деньги могут купить общение и «своего» человека. Обращаются также отчасти лентяи и «экстремалы», которые перекалывают свою ответственность на сваху. Кто работает в таких конторах? В основном одинокие и малообеспеченные женщины, которым очень нужна работа. Как вы думаете, они испытывают зависть к своим клиентам, у которых есть деньги и которые «легко» с ними расстаются?! Конечно, завидуют — и это очень слышно, когда за глаза они обсуждают того или иного клиента. Я хотел спросить (но не успел): «Почему вы сами не можете найти себе «кренделя», тем более что у вас так лихо получается «разводить» богатеньких и клиентская база всегда под ру-

кой?» Единственное, что удачно выходит в таких конторах — создавать внешний лоск: фотографии свадебных пар, расклеенные по стенам офиса; красивые фото женихов и невест, размещенные на сайте. Работает профессиональный фотограф с классной оптикой, и для съемок есть большая комната.

Теперь главный вопрос: если приходит женщина, испытывающая проблемы в общении с мужчинами, то кого ей предлагают? Правильно? Такого же проблемного мужчину, который пришел в это же агентство! Подобное притягивает подобное! Задача свах соединить и предложить то, что у них есть в клиентской базе. Так что всегда думайте, кому несете свои деньги и для чего?! И что получите «на выходе»? И напоследок напомним девиз сотрудников таких агентств: «Заставить клиента принести деньги в кассу, а потом можно делать с ним, что угодно».

Приведу основные рекомендации в отношении заявленной темы:

Прежде, чем начать поиски, ответьте себе на самые важные вопросы: «Для чего мне нужен кто-то в этой жизни? Зачем мне нужен «свой» человек?»

Например:

- для создания семьи и рождения детей
- для поиска своей Любви
- для поиска и исследования своего Я
- для свободных сексуальных отношений, ничем не обязывающих
- для сожителства, для гражданского брака
- для ведения домашнего хозяйства
- для вынашивания ребенка (суррогатное материнство)
- для гостевого брака
- для дружбы, совместных интересов, хобби

- для путешествий
 - для борьбы со своим страхом и разными фобиями
 - для решения жилищных вопросов, так как негде жить
 - для создания бизнеса
- и т.д.

Следующий, более «каверзный» вопрос, на который надо честно себе ответить: Как найти «своего» человека? И тут важно понять смысл вопроса.

В хорошем техническом вузе меня учили аналитически мыслить. Начав писать на эту тему статью, я прописал общий алгоритм поиска человека, учитывая психологию мужчин и женщин, их желания и помехи на этом пути — и увидел закономерность. В жизни мы, как правило, бежим «вперед паровоза» и хотим все сразу. «Быстрее познакомиться — и другое не обсуждается!» И получаем не того человека, кардинально противоположные взгляды, несходство характеров, болезненные разводы, дележку имущества, измены, предательства, алкоголизм и т.д.

Поэтому я предлагаю такой алгоритм решения задачи и «выстраивания» мыслей:

1. Зачем и для чего «свой» человек?
2. Как найти «своего» человека?
3. Где найти «своего» человека?


Обычно мы начинаем сразу с третьего пункта! Но ведь надо прежде всего **СОБРАТЬ** себя, выстроить свои мысли, узнать свою психологию и причины своих поступков. Вопрос «Как найти своего человека» подразумевает: **КАК НАЙТИ САМОГО СЕБЯ!** Когда вы начнете с достоинством относиться к самому себе, знать свои цели, объяснять свое поведение, грамотно выражать слова и мысли — только тогда вы найдете «своего» человека. Или он сам придет к вам?!

Если целью станет борьба с одиночеством, поиск родственной души; борьба со скукой и т.д., то вы так и проведете в поисках всю жизнь. Ведь кого вы притянете в свое поле? Правильно! Таких же одиноких людей, с такой же целью. А помните слова Иисуса Христа из Евангелия: «Если два слепых идут вместе, взявшись за руку, то они обязательно упадут в яму!» [5] И еще известная фраза: «Пока Учитель не будет готов, ученики не придут!» Ну, а если ваша цель — найти самого себя, свое Я, свою истинную любовь через «своего» человека — то с поиском и выбором не будет особых проблем.

Но подчеркну еще раз: задайте себя главный вопрос, с которого необходимо начать основной поиск: «Для чего мне нужен «свой» человек?»

Список литературы:

1. Ялом Ирвин. Экзистенциальная психотерапия /Пер. с англ. — М.: РИМИС, 2008. — 608 с.
2. Саяпин Е.В. Как общаться в соцсетях. Психология для НЕпсихологов — М.: Древлехранилище, 2017 — 256 с.
3. Эзотерика. Универсальный словарь-справочник. Автор-составитель А.И. Ивасенко. — Амрита-Русь, Белые альвы, 2005. — 384 с.
4. Франц Мария-Луиза фон. Вечный юноша. Puer Aeternus. — М.: Независимая фирма «Класс», 2009. — 384 с. — (Библиотека психологии и психотерапии).
5. Кузнецова В.Н. Евангелие от Матфея. Комментарий. — М.: Общедоступный Православный Университет, основанный протоиереем Александром Менем, 2002. — 568 с.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@oppl.ru

Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2020 год / Выпуск 2 / Е.В. Саяпин - Общение в соцсетях

Е.В. Саяпин - Общение в соцсетях

Рубрика «Статья номера»

Общение в соцсетях: устранит одиночество, решит жизненные проблемы или заведет в тупик?!

Саяпин Е.В., к.т.н., практический психолог. Доцент кафедры «Педагогика и психология» Московского Государственного Гуманитарно-Экономического Университета.

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru, сайт: www.menconsulting.ru

Теме одиночества посвящено много научных и популярных работ в области психологии. Вместо определений такого явления, как «одиночество», представленных моими уважаемыми коллегами, приведу своё понимание одиночества. Одиночество — это когда тебе душевно плохо, когда внутри пустота, когда ты абсолютно один и понимаешь, что никто тебя не понимает и никто тебе не объяснит причину «разбалансировки» твоего внутреннего состояния. Ты один! Парадокс в том, что можно иметь хорошую

семью (детей, внуков), приличную работу, достойных коллег, верных друзей/подруг и т.д., но, при этом всё, в душе ощущать глубокое одиночество.

В наше время многие люди «лечат» свое одиночество в соцсетях, но признаться в этом даже самим себе способны очень немногие. Общение «вживую» для многих становится редкостью. Соцсети позволяют хоть как-то избавиться от чувства одиночества, однако пока нельзя утверждать, насколько это хорошо или плохо. За неимением лучшего многим приходится пользоваться соцсетями.

С целью выявления рецепта устранения чувства одиночества, было проведено исследование в соцсетях на примере историй друзей и клиентов. Для этого в 2016 г. на Facebook была создана группа под названием «Психология для НЕпсихологов». В группу входили друзья по жизни, коллеги по работе, друзья по соцсетям и просто незнакомые люди.

По результатам проведенной работы были написаны три книги [4, 5, 6]. Следует отметить, что на написание первой книги «Как общаться в соцсетях. Психология для НЕпсихологов» [4] ушел ровно год. Материал собирался буквально по крупицам, однако единая и законченная картина сложилась достаточно быстро. Книга обращена к думающим, взрослым людям, которые хотят научиться общаться в соцсетях, помогает отличить адекватного человека от неуравновешенного, учит выражать свои мысли так, чтобы быть «услышанным». Основная аудитория, для которой предназначены книги — это люди, которые пытаются осознать свою жизнь, устранить недосказанности в отношениях с окружающими, используя для этого соцсети.

С периодичностью раз-два в неделю задавались темы для обсуждения в группе. Необходимо подчеркнуть очень

важный момент в работе психолога в таких соцгруппах: никогда не участвуйте в публичной переписке с клиентами, которые проходят с вами психоанализ в настоящий момент. Это опасно, прежде всего — для вас! Ваши слова в публичной переписке могут быть восприняты клиентами неадекватно, либо диаметрально противоположно. Вступать в публичный диалог в соцсетях с клиентом можно только после того, как закончите с работу с ним!

Темы в группе обсуждались самые разные, но достаточно актуальные: отношения между мужчиной и женщиной, здоровье, отношение к социуму и т.д. Эти обсуждения во многом похожи на ток-шоу на телевидении. Лишь с той разницей, что по TV оппоненты видят друг друга и «знают», что и кому отвечать. В соцсетях эти обсуждения больше похожи на общение «в потемках», и даже на «рулетку». Здесь могут не только внимательно выслушать, но и жестоко оскорбить.

Комментарии участников группы к выложенным для обсуждения статьям на заданные темы были выборочными, поскольку весь пул комментариев представлять было нецелесообразно — объем его был огромен. Однако на некоторые важные с точки зрения модератора темы количество комментариев было максимальным. Сделано это было ради более полного раскрытия темы. Все комментарии намеренно не редактировались для сохранения их аутентичности. Кроме того, для достижения наивысшего эмоционального накала, искренности высказываний цель проводимой работы не была известна никому из участников дискуссий.

Еще один важный момент. Когда участники начинают обсуждение заданного вопроса, они практически всегда «уходят» от темы в рассуждения о своем наболевшем. Более

того, в группе свои посты (темы) для обсуждения выкладывали практически все желающие. Из этических соображений в опубликованном материале имена участников были изменены.

Следует заметить, что были периоды, когда обсуждение проходило недостаточно бурно и активно, и, как ни странно, это зависело от таких факторов, как расположение звезд на небе, атмосферное давление, новостные программы, состав участников группы, их настроения и т.д.

Немаловажное наблюдение: темы читают многие, но немногие участвуют в публичных обсуждениях. Модератору надо быть настроенным на то, что он пишет только для самого себя. Много зависит от того, как модератор относится к самому себе. Если относится с приятием и достоинством, то и написанное им будет транслировать читателю именно это. А если имеет место злость, обида на себя, раздражение, то и общий тон дискуссии будет задан негативный. Но, как ни парадоксально, даже такое общение (неприятие и агрессия) необходимо. Только задавать такой эмоционально отрицательный тон следует осознанно, поскольку выход из зоны эмоционального комфорта рождает свежие идеи, задает новые темы.

Хочу отметить важное, на мой взгляд, наблюдение: в обсуждениях всегда присутствует человек или группа людей, которые постоянно раздражают и модератора и участников дискуссий. Возникает злость (это вполне нормально для живого общения людей), появляется желание удалить кого-то из группы. Прежде чем делать это, необходимо подумать и принять следующую информацию: на место удаленного «вампирёныша», обязательно придет новый, но уже со своими «тараканами» в голове. Свято место пусто не бывает. Прежде чем нажимать на клавишу «удалить»,

следует сделать правильный выбор. Причем это правило относится и к индивидуальным участникам, так как многие из них постоянно жалуются в личную почту на то, что их бесит тот или иной человек, и его надо удалить из обсуждения.

Для наглядности и раскрытия темы приведу пару «на-сушных» тем с выборочными обсуждениями участников группы, а в конце статьи сделаю общие выводы по всей заявленной теме.

Тема 1. КОМУ И ЗАЧЕМ ИЗМЕНЯЕТ МУЖЧИНА?

Господи, сколько статей написано и перенаписано на эти темы, а мы мужики изменяли, изменяем и будем изменять!

Так кому мы изменяем? Жене, любовнице, детям, семье, любимой женщине? Ответ такой: мы изменяем только сами себе, своим принципам, своему воспитанию, своим установкам, себе как Личности.

Несколько лет назад я опубликовал статью «Секс на стороне. Кому он нужен и чем грозит», и мои коллеги-хирурги включились в игру: А ты какой номер по квалификации Саяпина? Игра быстро закончилась, а жизнь продолжается. Мужчина еще может изменять женщине с другим мужчиной или, не приведи Господь, другому мужчине с другим мужчиной (на подобные темы я опубликовал статью «О странностях любви»).

Случай из жизни, который я приведу, не так часто встречается, но он нагляден для затронутой нами темы. Игорь (29 лет) попал в больницу с диагнозом «цирроз печени». Когда у него взяли общие анализы, выяснилось, что он бо-леет еще СПИДом. Обычно «циррозники» сразу, на первой

встрече, без всяких прелюдий клятвенно обещают мне, что с завтрашнего дня бросят пить. Игорь, приятной внешности, с умным взглядом, четко сказал мне, что от алкоголя получает кайф и пьет для того, чтобы легче было «снять» женщину. Игорь родился в полной и любящей его семье. Родители интеллигенты до третьего колена, образованные и воспитанные люди. Но половым воспитанием своего сына не занимались в силу своей застенчивости. Игорь рос застенчивым мальчиком и свой первый половой опыт получил в 21 год с проституткой. Далее у него начался «полный разнос» с букетом венерических заболеваний. Игорь работает водителем у высокопоставленного чиновника. Красивая машина, красивая жизнь + красивый антураж помогают легче охмурять девушек. Два года назад Игорь официально женился и через три месяца у него должен родиться сын. Только в больнице Игорь узнал о своем страшном диагнозе и на встрече со мной он судорожно вспоминал, кто его мог заразить, кого он мог заразить, как об этом сказать уже зараженной жене, и что будет с малышом. Я не знаю дальнейшей судьбы Игоря, так как его сразу перевели в специализированную больницу на Соколинке.

Я постоянно задаю вопрос: Что должно остановить мужика от походов на сторону? Болезнь? Кризис? Смерть? Измена жены? Импотенция? Развод?

А главное — надо ли останавливать? Ну, гуляет, нехай гуляет, ведь когда-то все равно остановится!

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Леонид: Остановить может: 1. Смерть. 2. Кастрация. Конечно, исключения из правил должны быть! Мечтать не вредно. Только эти мечты и толкают мужиков на поиски приключений на свою задницу, Вам не кажется?

Юлия: Не хочу показаться странной, но я бабников уважаю, по крайней мере, это не противоречит главному закону жизни — продолжению рода человеческого. Да и, вообще от них много пользы миру, и не скучно. Ну что поделаешь, мужчина запрограммирован на многообразие, на эксперимент, на поиск и риск, сопряженный с опасностью. Надо как-то с этим если не мириться, то использовать в своих интересах. Не можешь изменить ситуацию, измени свое отношение к ней!!! Это классика.

Наталья: Жалко парня! Измена на почве страха, мести, стремления самоутвердиться, доказать что-то кому-то в большинстве случаев ведет к таким грустным последствиям. У него все эти мотивы очевидны, от того и пил горькую, чтобы и совесть заглушить и комплексы подавить. Почти не рискуют те, кто искренне обожает женский пол, и занимается обсеменением, движимый просто зовом половых гормонов, восхищением актом плотской любви и женской красотой.

Елена: Похоже мужчины, что-то получают от «походов на сторону» того, чего видимо нельзя, а вернее не могут, получить в постоянных отношениях.

Евгений: От походов на сторону мужчина получает тоже, что и женщина. Ведь он идет на сторону, к женщине, которая является также чьей-то девушкой или женой. Я вчера консультировал в гинекологии трех женщин одновременно, т.е. всю палату. Я всем задал общий вопрос: изменяли ли они своим мужьям? Все трое ответили утвердительно. Естественно я спросил причины, которые побудили это сделать. Ответы: Месть, чтобы обратил на меня внимание, назло и бесподобный ответ — а просто так! Какой смысл им было врать? В больнице со многими пациентами мы встречаемся два раза в жизни, т.е. в первый и последний раз. Более того, многие искренне верят и правильно делают (неосознанно),

что если говорить всю правду, относительно себя, то процесс выздоровления идет намного эффективнее.

Юрий: *Дорогие женщины! А вы думаете, что мужики ничего не боятся? Именно страх жизни двигает нами когда мы ходим на сторону. Ведь когда оставляешь частицу себя в теле женщины, многие из нас думают, что когда тебе будет плохо, то туда можно снова вернуться. Только от этой мысли твой страх уменьшается! Еще относительно страха — вы же видите как «активно» мы, мужчины, участвуем в дискуссии?*

Ольга: *Я думаю, что мужчины гуляли и будут гулять. Я за то, чтобы женщина об этом не знала. Параллельную жизнь никто не отменял.*

Татьяна: *Если мужчина хочет сходить на сторону, то он это обязательно сделает, как ни запрещай, и ни ругай. Дело в том, чтобы ему не хотелось ходить, можно просто посмотреть по сторонам, притом с удовольствием, обсудить с тобой все варианты, это как игра, если хотите ролевая, под названием «свой парень» или «любимая сестрёнка». Наглядевшись, намечтавшись, навоображавшись, наговорившись на эту тему, он, поверьте мне, вполне удовлетворится, проголодается от возбуждения, и домой обедать, или ужинать, а там кроме тебя никого нет, Вот вся его сексуальная энергия тебе и достанется. Главное, чтобы он всегда знал, что дома его поймут, какие бы интересы и проблемы у него ни были.*

Тема 2. ПРАВДА ЛИ, ЧТО ЖИЗНЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ЧАЩЕ ВСЕГО «БЬЮТ» ПО СПИНЕ?!

Мне нравится фраза, которую я услышал от неординарного человека, окончившего школу ГРУ. Она звучит так: если появилась проблема, то ее надо решать незамедлительно, чтобы она не закручивалась по спирали и не заты-

нула тебя в «узел». Тогда я спросил его: «А как же время на «понаблюдать», на «подумать»? Или, может быть, дать этой проблеме самой «устаканиться»? Или она выведет на другую орбиту?». Спросил я это, учитывая свой опыт работы в научно-исследовательской среде, где требовалась осторожность и дипломатичность, а быстрое решение вопросов не всегда приносило положительные результаты.

Зачем я это вспомнил? Сегодня, работая в больнице и консультируя людей с болезнями психосоматического содержания, лишний раз убеждаюсь, что мой знакомый был прав, особенно в отношении здоровья. Появилась проблема — надо решать ее сразу!

Приведу пример из своей психологической практики по поводу такого распространенного недуга, как боли в спине. У подобных заболеваний есть много наименований и причин: физиология, работа ЦНС, генетика, неправильный образ жизни, питание и т.д. Но хочу на конкретном примере показать психосоматические причины возникновения боли в спине.

История болезни.

Игорь (35 лет), диагноз — сильные боли в плечах и спине (остеохондроз). Выпускник МГУ, кандидат наук. Имеет свою фирму, которая занимается IT-технологиями. Но все это — внешнее благополучие. А вот с внутренним содержанием, мягко говоря, беда!

У Игоря с детства сложные отношения с мамой, поэтому он сразу после первого полового опыта, в 19 лет, он сбежал из дома к своей девушке, с которой потом расписался. В браке родились два сына. Игорь жил у родителей жены, и тесть-отец постоянно придирался к зятю: мол, не мужик, нельзя с ним накатить стакан, не может достойно содержать семью. Тесть постоянно «капал на мозг» своей дочери,

что Игорь у нее «слюнтяй», и его надо «послать на БАМ». Доченька в итоге это и сделала, не забыв оформить алименты и запретить Игорю видеть сыновей. Сегодня Игорь считает, что его просто «поимели», как «спермодонора»!

Он недолго страдал в одиночестве. Встретил женщину с двумя сыновьями, которая также выгнала своего мужа. В итоге у Игоря как будто ничего не поменялось. В психологии это называется синхронность, т.е. повторяющаяся ситуация. Игорь, как порядочный мужчина, женился и настаивает на том, чтобы его новая жена родила ему ребенка. Идея о ребенке стала маниакальной: Игорь уверен, что ребенком можно привязать к себе женщину! Но жена, которой 38 лет, якобы считает, что сначала надо поднять на ноги сыновей, а только потом, думать о новых.

В итоге Игорь ТАЩИТ НА СВОЕЙ СПИНЕ, ПЛЕЧАХ, ШЕЕ родных сыновей, с которыми ему не дают общаться, неродных сыновей, нынешнюю жену и свою фирму! Молодой мужчина, похоже, НАДОРВАЛСЯ и, самое главное, не понимает, что ждет его в будущем.

Один из моих вопросов как будто вывел Игоря из затянувшегося ступора: «Если вы так хотите своего ребенка, то что вам мешает это сделать с женщиной, которая не обременена детьми»?

До тех пор, пока Игорь не осознает ситуацию и не меняет отношение к самому себе, к окружающим женщинам, к ответственности за воспитание детей, то он, скорее всего, будет годами ходить по замкнутому кругу, постоянно жалуясь на невезучесть и боли в спине!

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Карина: Говорят, кто не любит себя — не любит никого. И что гиперответственность — это маска, за которой пря-

чется страх, желание внимания и незнание: что делать со своей жизнью... А мне еще нравится фраза о том, что в самолете надо сначала себе маску надеть, а потом уже — ребенку. Во всем этом есть большой смысл, даже если не про детей говорить. Смысл: ты можешь дать много хорошего близкому человеку, если сам будешь наполнен жизнью, энергией и т.д. А если пуст или в тебе один негатив — что ты отдашь? Его и отдашь!

Владимир: Где-то год назад у меня прихватило спину. Первый раз в жизни. Точно знаю, что от перенапряжения. Даже знаю, в какой момент. Друг показал два нехитрых упражнения. За пару дней все прошло. Показывал другим людям — тоже проходило.... Упражнения такие: лечь на спину, на гладкую поверхность на пол или на диван. Прямо. Плашмя. Не отрывая обратную сторону колена (ноги прямые), стараться не отрывать плечи от поверхности тянуть левую руку к правой ноге. И правую руку к левой. Суть в том, чтобы ягодичцы «ходили» друг относительно друга. Чем больше амплитуда ягодичцы, тем лучше... Тело прямое. Не разгибаться. Второе — просто шевелить ягодичцами не отрывая ног и спины от поверхности.

Ирина: Поясница — это еще страх про деньги, что их не будет, что их недостаточно. Помню, когда была на курсе теста «Манифестация изобилия», мы через одного уходили с больной поясницей. В моем случае дает о себе знать, даже когда с чужими финансовыми проблемами работаю.

Евгений Саяпин: Друзья! Подводя итог обсуждаемой темы, я хочу обратить внимание на следующее:

1. Если заболела спина, поясница, шея, седалищный нерв и т.д., не занимайтесь самолечением, а обратитесь к врачу. Надо сделать рентген, УЗИ, МРТ, КТ и другие исследования!

2. Если боль не проходит, даже после посещения врача, то надо уже обращать внимание на психосоматические причины, т.е. анализировать свое внутреннее состояние.

3. Принимать или не принимать лекарственные препараты — зависит от степени боли и от вашего выбора. Растирать себя разными мазями — это временное устранение боли! Уверенно могу сказать, что реальной помощью выступают:

— лечебная гимнастика (кому интересно, пришлю комплекс упражнений в картинках, которые рекомендуют наши невропатологи).

— иглотерапия (включая различные аппликаторы Ляко, Кузнецова и т.д.)

— гирудотерапия (пиявки)

— плавание (регулярное посещение бассейна)

— лечебный массаж

— ЛФК (магниты, токи и т.д.), аппарат МИЛТА

— посещение практического психолога.

Не болейте и берегите себя!

По результатам работы группы в соцсетях были сделаны выводы и даны рекомендации:

— Поставьте для себя четкие цель и задачу своего участия в социальных сетях (например: писать о своем личном мире, о своей жизни, получение информации, знакомства работа, общение, дискуссии, лекарство от одиночества и т.д.).

— Выбирайте друзей по соцсети осознанно, даже того, кого знаете лично! Прочитайте заранее ленту своего друга, его мысли, о чем он думает и что пишет и т.д. «Почувствуйте» друга: он ваш или нет?!

— Осознанно выбирайте для своего общения людей, сообщества и группы. Не лезьте сразу без оглядки куда

попало. Почувствуйте своим внутренним Я: моё или не моё?!

— Будьте искренни в переписке, но не открывайтесь полностью. Не грубите, не хамите и не оскорбляйте других людей, это может привести к конфликту с Законом! Помните золотое правило нравственности: относись к людям так, как ты хочешь, чтобы они относились к тебе!

— Не гонитесь за «дешевой» саморекламой (пиаром). Ваши слова и мысли читает весь Интернет и вы «входите» или уже вошли в историю. Стереть, подредактировать свои мысли вы можете, но если вы их уже опубликовали и кто-то их прочитал, а вы потом их стерли, то при «огромном» желании их всегда могут восстановить.

— Не скупитесь на добрые и искренние слова и фразы даже незнакомым людям, вам это зачтется!

— Если вас «распирает» от слов и мыслей, но при этом присутствуют стыд или неуверенность — пишите от третьего лица! Старайтесь не писать сразу много, так как это трудно читать! Разбивайте свой текст на части, сохраняйте загадку.

— Не посылайте вперед себя свои сомнения, неуверенность, страхи и тревожность, так как они прекрасно «считываются» другими людьми!

— Думайте и анализируйте: кому пишете, что пишете и для чего пишете!

— Общение «вживую» принципиально отличается от виртуального общения в соцсетях!

— Не корите себя за ошибки в выражении своих мыслей, ведь главное — их осознавать. Вы живой человек и вправе ошибаться!

— Всегда анализируйте свою неосознанную привязанность к соцсетям и задавайте вопрос, в каком состоянии

находитесь — в осознанном или неосознанном? Свой ответ вы получите быстро!

— Неосознанное общение в соцсетях приводит к зависимости от них. Одна из разновидностей — это зависимость от постоянного ожидания ответа или получения информации.

— Вы никогда не получите четкие ответы для себя, если не будете тактично направлять участника обсуждения в нужное для вас русло. Даже если и получите, то этот ответ будет в корне отличаться от того, который вам озвучили бы в живом общении.

— Помните, что вы никогда «не залезете» в сознание собеседника. Вы никогда не сможете узнать его искренние мысли. В соцсетях отсутствует психоэмоциональная связь, они душевно «мертвы»!

— Примите для себя: то, что вы пишете в соцсетях, никто не поймет и не услышит до конца. Вы думаете одно, мысль выражаете иначе, а прочитают вас вообще по-другому. Цифры все переформатируют!

— Не пытайтесь доказать свою правоту — все равно вас не услышат. Ваши мысли необходимы только вам.

— Если вас оскорбили, то примите для себя, что оскорбление относится не к вам, а к человеку, который вас оскорбил. Мы много говорим людям, тем самым «отбрасывая» от них наши же слова, чтобы мы услышали их через призму своего собеседника. Например, меня называли непрофессионалом и не психологом. Поверните эти слова к сказавшему человеку. Правильно, это он сказал, прежде всего, сам себе: я непрофессионал и не психолог. На любое оскорбление внутренне скажите фразу: «Возьми себе, что сам дал» — и пошлите ему свою любовь. Потом смело ставьте лайк (нравится). Я надеюсь, что вы уважаете людей, кото-

рые относятся к себе самокритично. Если да, то подтвердите это своим лайком!

— Если вы чувствуете, что вам некомфортно, неприятно переписка, то «выходите» из нее, так как бороться с энергией психически неуравновешенного человека бесперспективно, тем более, вы не видите его. Эта энергия мощная, она сметает все на своем пути!

— Если есть возможность, старайтесь общаться «вживую» — так вас еще могут как-то понять и услышать (хотя и не всегда). Или общайтесь по видеоканалам, например, по Скайпу.

Несколько рекомендаций по созданию и участию в группах:

— Если вы решили создать свою группу, помните основное правило: «Везёт тот, кто везёт». Без вашего энтузиазма и энергии, за вас, никто не будет ничего делать!

— Создать группу может абсолютно любой человек. Главное — это желание, идеи и мысли! Дайте группе красивое и «провокационное» название, чтобы оно цепляло слух людей.

— Идите на свой опыт осознанно, зная, что вы хотите получить в конечном результате (например, устранить свою недосказанность к окружающей жизни, написать книгу, помогать людям, двигать бизнес и т.д.).

— Излагайте свои мысли, отвечайте на все комментарии, даже если они будут вам неприятны и непонятны. Со временем вы уже будете «отсеивать» ненужную для вас информацию.

— В своей группе вы всегда можете направлять людей в обсуждаемую тему, так как у вас есть необходимые «инструменты» (закрывать обсуждение, удалить чужой комментарий и т.д.).

— Помните, что при участии в чужих (неизвестных вам) группах, особенно без ваших заслуг и «авторитета», вы постоянно будете находиться в ожидании неадекватного ответа или незаслуженного оскорбления!

— Когда вы задаете тему для обсуждения, в ее конце всегда должен стоять вопрос! Желательно, чтобы в статье была «провокация» (не путать с урологической манипуляцией). И, конечно, не забывайте про юмор! Если вам необходимо обсуждение, то задайте вопрос так, чтобы получить на него ответы!

— Если кто-то из ваших «активных» участников не участвует в обсуждении, то примите для себя, что это «не его» тема и ему может быть больно. Но об этой боли он вам не расскажет!

— Наполняйте свою группу «живой» энергией и поддерживайте ее интересными темами. При желании, со временем вы можете познакомиться уже «живую» с интересными для вас людьми из группы. Т.е. виртуальные друзья могут перейти в разряд реальных — живых.

— Не бойтесь участвовать в соцсетях, ведь любой осознанный опыт делает нас сильнее. Берегите себя!

ПОСТКРИПТУМ

Прошло ровно три года с тех пор, как я поочередно опубликовал свои книги, связанные с соцсетями, нес, что называется, в жизнь свои знания — студентам, клиентам и пациентам. В прошлом году, во время подготовки к международной конференции в Университете, мне попалась тема для освещения психотерапевтических аспектов общения в соцсетях, и я обнаружил, что эти вопросы очень глубоко изучались и изучаются во многих странах. Такие

исследования нацелены на изучение работы головного мозга и влияния на него цифровых технологий соцсетей. Если мои выводы-рекомендации больше направлены на изучение психологических аспектов при общении в соцсетях, то выводы врачей-исследователей (А.В. Курпатов, Тео Компернолле, Манфред Шпитцер, Кэлвин Ньюпорт) предупреждают об опасном влиянии неосознанного общения в соцсетях (Facebook, VK, Instagram, Twitter, WhatsApp) на психическое и физическое здоровье.

Приведу основные выводы вышеназванных ученых [1,2,3,7]:

— При повседневном использовании смартфонов и соцсетей возрастает неадекватность в поведении и уровень тревожности.

— Социальная сеть — это игровой автомат в телефоне человека.

— Соцсеть опасна для психики, особенно молодых людей!

— Следует отказаться от психологической установки о том, что только соцсеть поможет найти работу.

— Неосознанное общение в соцсетях приводит к отупению мозга человека.

— Цифровое слабоумие развивается в основном у молодых людей, которые привыкли воспринимать только визуальный контент (быстрая нарезка видеороликов).

— Выявлен синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ), который адаптировался к современной цифровой реальности.

— СДВГ не поддается медикаментозному излечению.

— Информационная псевдодебильность заставляет мозг человека работать в разных режимах.

— В мозге существуют 3 сети: сеть выявления значимости, центрально-исполнительская сеть и сеть дефолт-системы мозга.


— Чтобы мозг начал думать и перерабатывать информацию, ему необходимо 24 минуты без отвлечения на другой контент.

— Жизнь без соцсетей возможна. Чтобы избавиться от зависимости от них требуется от двух до трех недель под присмотром специалиста.

Принимать или не принимать те или иные знания — выбор каждого человека в отдельности, но, с моей точки зрения, информацию необходимо знать и уметь ей пользоваться. А вот какой сделать выбор для себя, в чью пользу — это уже зависит от желаний и мотивации человека. Но не следует забывать об осознанной, разумной золотой середине!

Список литературы:

1. Компернолле Тео «Мозг освобожденный» — Альпина Паблишер, 2018 — 571 с.
2. Курпатов А.В. «Законы мозга» — М.: Капитал, 2019 — 288 с.
3. Курпатов А.В. «Красная таблетка» — М.: Капитал, 2018 — 588 с.
4. Саяпин Е.В. «Как общаться в соцсетях. Психология для НЕпсихологов» — М.: — Древлехранилище, 2017 — 256 с.
5. Саяпин Е.В. «Психология для НЕпсихологов или on-line приколы» — М.: Древлехранилище, 2017 — 302 с.
6. Саяпин Е.В. «Как найти «своего» человека. Психология для НЕпсихологов» — М.: Древлехранилище, 2019 — 212 с.
7. Шпитцер Манфред «Антимозг» — М.: АСТ, 2013 — 288 с.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@oppl.ru

Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2020 год / Выпуск 5 / Е.В. Саяпин. Зарисовки о психологах

Е.В. Саяпин. Зарисовки о психологах

Рубрика «Статья номера»

Зарисовки о психологах: изнутри и снаружи?!

Саяпин Е.В., к.т.н., практический психолог. Доцент кафедры «Педагогика и психология» Московского Государственного Гуманитарно-Экономического Университета.

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru, сайт: www.menconsulting.ru

«Доктор, у меня все нормально с головой, поэтому мне ваша консультация не нужна! И зачем мой врач послал меня к вам?» — сколько раз я слышал эту фразу, когда садился напротив пациента в палате или у себя в кабинете..!

На мой вопрос «Общались ли вы когда-нибудь с психологом?!» девяносто процентов людей отвечают, что не общались. Другие десять процентов знают о психологах, поскольку в семье школьники, и они сталкивались с работой школьных психологов.

И еще одно немаловажное наблюдение. Когда я разъясняю всем, кто не в курсе (а таких пока в стране большинст-

во), что практический психолог «головой не занимается», что таблеток не выписывает, диагнозов не ставит, и что практический психолог не врач-психиатр, многие сразу расслабляются и доверяются мне полностью.

В России пока недостаточно развита практика обращения к помощи психологов в силу объективных и субъективных причин. На Западе дело обстоит иначе! Там психологическая помощь — национальная программа, за работу психолога платит государство, и люди могут посещать психолога по страховке, иногда несколько раз в неделю по самым различным запросам. Но и доводить до абсурда, как в некоторых цивилизованных странах, также не стоит: там, прежде чем подписать какой-либо документ или принять жизненно важное решение, человек обязательно должен пообщаться со своим психологом или психоаналитиком. Отчасти это верно, но только отчасти, так как во многих случаях люди привыкают перекладывать ответственность на других.

В нашей стране практическая психология не входит в разряд ОМС (обязательное медицинское страхование), поэтому за психологические консультации люди платят из своего кармана. Те, у кого нет средств или информации о таких специалистах, со своей душевной болью справляются самостоятельно. Им остается лишь поплакаться родному человеку, принять спиртосодержащей жидкости, пообщаться с друзьями и т.д. и т.п.

Как-то раз, в больнице, я порекомендовал пятидесятилетнему мужчине (диагноз: хронический простатит) найти психолога в своем городе и пообщаться с ним на тему дальнейшей самореализации и более продуктивного общения с противоположным полом. Он внимательно меня выслушал и сказал: «Полностью с вами согласен, но в данный

момент у меня нет денег на стоматолога, а вы советуете психолога»?! Без комментариев!

Тем не менее, психология у нас в стране живет, развивается, и даже наблюдается популяризация психологической помощи среди населения. Некоторые предпочитают общение с психологом по видеоканалам связи (Skype, WhatsApp), нередко и обычную телефонную связь. Насколько это эффективно и правильно, пока ответить сложно, но хорошо, что психологов стали «посещать» хотя бы так. Однако в этой ситуации имеется существенный недостаток — не всегда есть эмоциональная связь между клиентом и специалистом.

Для продвижения своих идей, применения наработанных методов и привлечения в практику большего числа клиентов, я создал в соцсетях группу «Психология для НЕпсихологов», которая проработала около двух лет, и по результатам ее работы было опубликовано несколько книг [3, 4, 5]. Жизнь не стоит на месте, я также продолжаю общение в соцсетях, но уже не в таких масштабах [1, 2]. На своих страницах в Facebook и VK я периодически задаю различные темы, которые волнуют людей. Несколько раз предлагал темы, связанные с нашей профессией, чтобы лучше понять и услышать мнение людей о нас психологах, об отношении к нашей профессии.

То, что мы думаем о себе и своей профессии, и то, что есть на самом деле — две большие разницы! Чтобы придать живость обсуждению, чтобы заставить людей острее реагировать и выразить свои мысли на поставленные вопросы, приходилось использовать приемы провокации.

В данной статье приведены три темы, которые обсуждались в разное время на странице «Психология для НЕпсихологов» на Facebook. Приведу по несколько коммен-

тариев к каждой теме (предварительно изменив имена участников) и постараюсь особо не редактировать их стиль, чтобы придать дух аутентичности.

Да простят меня коллеги, за то, что для интернет-обсуждения были выбраны такие эпатажные темы, возможно, обидные для серьезных ученых-психологов. Но темы подсказаны самой жизнью. А раз так, то важно их анализировать, изучать, раскрывать причины возникновения, выявлять пути решения проблем, связанных с подобными настроениями в нашем обществе. И не секрет, что большинство проблем в сообществе не только практикующих психологов, но и в научном психологическом сообществе (вопросы финансирования, позиционирования, репутации) связаны именно с преобладанием таких настроений и тенденций. Настало время корпоративной сплоченности, защиты не только финансовых, но и морально-нравственных аспектов профессии психолога и отечественной психологии в целом, особенно если обратить внимание на последнюю тему обсуждения.

Тема 1. ЛУЧШЕ ПЛАКАТЬ У ПСИХОЛОГА, ЧЕМ СМЕЯТЬСЯ У ПСИХИАТРА?! (2017 г.)

Как вы думаете: плакать вредно или полезно? Такой вопрос я часто задаю своим коллегам — врачам и студентам, будущим психологам. Многие из них отвечают: «Смотря где и при каких обстоятельствах». Надо заметить, что в их словах есть своя доля правды!

Если вас незаслуженно обидели или не дай бог применили к вам физическую силу или насилие другого рода, конечно же, вы можете непроизвольно заплакать. А если, например, вы на приеме у психоаналитика заплакали,

тогда как? Полезно или вредно? Стыдно или противно? Вопрос не праздный, так как не все люди знают и понимают, что именно через слезы выходят наружу многие внутренние проблемы человека. Еще раз подчеркну, смотря где, и при каких обстоятельствах человек плачет, а самое главное — осознанно или нет.

Отношение врачей к слезам — это вообще отдельная тема! Например, продвинутые врачи допускают и принимают в своей практике, что когда человек плачет, то это во многом идет ему на пользу. Да и что греха таить, это в конечном результате, влияет на размер вознаграждения от пациента, так как ему становится намного легче — как физически, так и морально. Но есть врачи, которые отвергают подобные методы. Кстати, на вопрос «Помогает ли психолог пациенту в больнице?» у многих врачей нет однозначного ответа.

Когда плачет мужчина? Когда ему плохо, морально или физически плохо. Когда его предали. Когда ему сделали подлость или гадость. Когда он не может ответить, например, из-за своего воспитания. Когда он смотрит душераздирающий фильм. И т.д. и т.п. Я не рассматриваю случаи душевных расстройств, когда человек по поводу и без повода истерит или плачет.

Когда плачет женщина? Все то же самое, с одной поправкой: женщина плачет чаще, чем мужчина. Есть мнение, что женщина и живет дольше отчасти из-за этой способности чаще плакать.

Почему мужчинам плакать неприлично, а женщинам можно? Какие слова нам, мальчикам, говорили в детстве наши родители? «Ты мужчина, а мужчина не должен плакать. Мужчина должен терпеть». Эти же слова, эти же установки я говорил и говорю уже своим сыновьям. Однако не могу назвать тот возраст, когда мужчине позволительно

плакать, когда он уже может не копить в себе все свои эмоции и вытаскивать их «наружу» через слезы. Кто-нибудь может назвать этот возраст?

Недавно я консультировал в больнице парня (29 лет) с проблемами в легких. Так получилось, что мы общались с ним в больничном кафе, и проходящие люди видели, но не слышали, о чем мы разговаривали. Этот парень плакал, особо не стесняясь окружающих. Он плакал навзрыд, когда зашла речь об его взаимоотношениях с девушкой, которая постоянно контролирует его и требует жениться на себе. После консультации, врачи, ставшие невольными свидетелями этой сцены, спрашивали меня, зачем я его так сильно мучил и терзал? Действительно, зачем? Мне что, больше всех надо? Мне что, приятно наблюдать, как люди плачут, особенно мужчины? Может быть, я извращенец и получаю кайф от этого? Но это те вопросы, на которые я постоянно ишу ответ.

Отвлекусь: однажды я услышал «страшную» тайну о себе самом, что «Саяпин, якобы, бесчувственный человек, к нему лучше не попадать на прием, так как после его общения с больными многие женщины плачут навзрыд». Проблема в том, что в медучилищах не учат основам психоанализа, да и в мединститутах тоже. Будущим специалистам не сообщают официально, что слезы многим женщинам реально приносят облегчение и помогают в принятии жизненно важных решений. О целебной силе слёз все знают из личной практики, и только.

Когда же полезно и не стыдно плакать?

— в процессе психоанализа, когда наружу «вылезают» внутренние проблемы, страхи, непонимание и т.д.;

— когда вы делаете (плачете) это осознанно, зная и представляя, зачем вам плакать;

— когда вы четко знаете, что слезы вам помогут расслабиться и сделать свой внутренний сосуд «пустым». А вот чем вы его будете наполнять потом — это уже ваше решение.

Когда плакать не стоит?

— когда вы умеете справляться со своими эмоциями;

— когда вы можете анализировать вашу жизнь и окружающих вас людей;

— когда вы показываете свою силу воли, силу духа, силу своей личности, своего Я и т.д. и т.п.

Ну и напоследок цитата из анекдота: «...лучше плакать у психолога, чем смеяться у психиатра!»

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Екатерина: Слезы — естественный «предохранитель» нашего организма. Он дан нам Богом (Природой, Вселенной — как кому ближе) для того, чтобы время от времени очищать душу от «накипи» и справляться со стрессом. Ведь даже очень сильные положительные эмоции ведет к стрессу. И поэтому люди плачут даже от счастья — тем самым, спасая себя от разрушения.

Петр: Я плакал последний раз, когда учился во 2-3 классе из-за поставленной мне незаслуженно единицы. Ещё плакал в этом же возрасте, когда проигрывал в шахматы отцу. Однако считаю, что лучше плакать у психолога, чем смеяться у психиатра!

Марина: Слезы порой выражают то, что словами сказать невозможно, есть в них своя «глубина». Плачут ведь и от того, когда физически больно, когда не поняли, когда обидели, когда что-то отобрали, когда не обращают внимания, когда кажется что нисколько не любят, когда одиноко, и когда... Люди еще могут стыдить «ну чего ты плачешь? Как не стыдно тебе плакать», тем самым преуменьшая значимость пере-

живаний события, обесценивая. И человек усваивает, что он не такой, каким его хотят видеть другие. Что плакать стыдно. А стыд, как правило, очень тяжело переживается, причем в любом возрасте.

Леонид: С точки зрения медицины (физиологии), слезная железа должна контролироваться парасимпатической нервной системой, наравне с другими железами внешней секреции, такие как потовая, слюнная и др. Это определяет тесную связь между железами эмоциональной сферой, и как правило, трудно поддающуюся осознанному контролю. Если принять то, что чрезмерные эмоции вредны для человека, то должен существовать механизм сброса внутреннего напряжения, как защитная реакция. Я считаю, что повышенная активность желез является одним из таких защитных клапанов, позволяющих снимать запредельные эмоциональные реакции. У мужчин и женщин, по разным причинам (воспитание, гормональный фон) величина запредельного раздражения будет разной, как правило, у мужчин она выше, поэтому, считается, что мужчины плачут меньше и реже.

Наталья: Я плачу очень редко. Могу терпеть и физическую боль, и предательство, и разочарование, не проронив ни слезинки. Но никогда не думала, что потеряв близкого мне человека, со мной случится истерика. Это был не просто плач и слезы, а настоящая истерика! Легче мне стало или нет, это большой вопрос. Вредно или полезно ответить сложно. А вот насчёт отношения врачей к слезам пациентов у всех разное. Я около 35 лет работаю в медицине. 20 лет врачом гинекологом и 15 в косметологии. Когда работала гинекологом, то приходилось делать аборт без анестезии, по причине её отсутствия. Практически все женщины терпели и не плакали, они мужественно переносили физическую боль, а при разводах... слезы рекой. Да и сегодня женщины терпят физическую

боль ради красоты и молодости во время косметических манипуляций, а если кто-то скажет гадости по поводу её внешности, то лицо мокрое от слез. Поэтому плакать, наверное, полезно. Только всегда нужно анализировать ради чего и кого!!!

Тема 2. ПРАВДА ЛИ, ЧТО ЭКСТРАСЕНСЫ КРУЧЕ, ЧЕМ ПСИХОЛОГИ? (2018 г.)

Нет, неправда! Но если я сразу отвечаю на этот провокационный вопрос, то зачем дальше вести дискуссию? Это моя точка зрения и мое мнение, которые я постараюсь коротко выразить.

Почему же в головах большинства людей такая «каша» по части психологии? На подобные темы уже вышло несколько моих статей в журнале в «Здоровье в доме» (ИД «Собеседник»). Но сегодня хочу сделать акцент на другом.

Давайте определим, кто такие психологи и кто такие экстрасенсы.

1. «Психолог — тонкий наблюдатель, знаток человеческой психологии» (словарь Кузнецова). Психология это: «психо» — душа, «логия» — ведение, т.е. ведение души. На психолога надо учиться, получать высшее образование, защищать диплом. Я не буду говорить о разного рода «левых» учреждениях, которые дают сомнительные сертификаты о том, что ты психолог. А с экстрасенса никто не спрашивает наличие высшего образования. По крайней мере, я не знаю вузов, где учат природным способностям и подтверждают официально государственным дипломом. С психолога можно спросить официально, он за свой непрофессионализм может лишиться диплома. Психологами могут быть практически все, главное получить диплом — и это сейчас

распространено повсеместно. У психолога есть «инструменты» для работы, полученные во время учебы. Он владеет знаниями, приемами, методиками, тестами и т.д., которые во многом базируются на научных знаниях. А вот «выдавить» из себя то, что тебе не дано природой и стать хорошим экстрасенсом — довольно проблематично и опасно. Не раз во время беседы в клинике пациенты признавались мне, что когда-то сами «бодяжили» экстрасенсами, работали с «тонкими энергиями» — но отдали бы все на свете, чтобы этого не было в их жизни. Говорили, что во сне такие образы приходили и приходят, что жутковато приходится. Страх и тревожность — всего лишь «цветочки» в их жизни. Да и степень их заболеваний оставляет желать лучшего.

2. «Экстрасенс — человек, обладающий сверхчувственными способностями для распознавания и лечения заболеваний, психических расстройств и т.д.» (по Кузнецову). Все четко и лаконично написано. Здесь нет ни слова про природный дар, про ясновидение, про преемственность поколений, через которую дар передается от рода к роду. Более того, в этом определении говорится о психических расстройствах, а ими, как известно, в большей степени занимаются врачи — психиатры или психотерапевты.

Здесь начинаются вопросы. Может быть, само слово «экстрасенс» звучит более красиво, поэтому им «прикрываются» многие нечистоплотные люди? Ведь было же раньше такое слово, как прозорливость! Куда оно исчезло?

Я не отрицаю, что есть хорошие специалисты — экстрасенсы, которым дано от Природы. Но таких единицы, и, как правило, такие люди не пиарятся, а спокойно и тихо выполняют свой тяжелый долг (наверное, перед Богом). К огромному сожалению, примеров шарлатанства очень

много — подобные «специалисты» цепляют человека за его низменные чувства (суеверие, безответственность, желание добиться всего и сразу и т.д.) и манипулируют ими, используя глубинное чувство страха.

В какой ситуации человек обращается за помощью к экстрасенсу?

Я думаю, что когда он разочаровывается в системе здравоохранения, в системе правоохранительных органов и т.д. Человек уже ни во что не верит, поэтому пытается найти ответы у нетрадиционных специалистов. Идет к ним, как ему кажется, за правдой, за справедливостью, за поддержкой. Человек идет за подтверждением «своего прошлого». Хотя справедливости ради стоит сказать, что многие люди идут узнать свою судьбу, а это уже похоже на психологические приемы (установка — аффирмация).

А когда человек идет к психологу? Когда ему плохо, душевно плохо. «Ходить к психологу» с некоторых пор даже стало модно (при наличии свободных денег). НО, в связи со сложной ситуацией в стране и обеднением населения такие визиты становятся редкими. Только если совсем «допечет».

Еще есть разница подходов к цене: у психолога четко оговоренная сумма за консультацию, а у экстрасенса стоимость услуги практически всегда «размытая («дайте столько, сколько считаете нужным» — это сразу приводит многих в состояние «должника» или вызывает «чувство вины»).

Основное отличие:

И психологи, и экстрасенсы, и другие специалисты, которые работают с душой (психотерапевты, психиатры, священнослужители, маги и т.д.) — обычные люди. У каждого из них свое представление о жизни. Отличие одно, и очень важное: научно-исследовательский подход. Психология

базируется на научных исследованиях законов развития тела и души. На основании этих знаний любой грамотный психолог обязательно предложит своему клиенту взять ОТВЕТСТВЕННОСТЬ за свою жизнь и судьбу на себя, т.е., активно заняться исправлением того, к чему привело его нарушение этих законов. Нетрадиционные специалисты обещают это сделать сами, т.е., помочь и решить за клиента все его проблемы, избавляя от каких-либо усилий, кроме материальных. Психология русского человека на этом как раз и базируется: «Вот, придет барин, барин всё рассудит!» или «Прилетит вдруг волшебник в голубом вертолете!»

К кому же обращаться и у кого искать помощь?

Я всегда советую идти к тому специалисту, к которому есть доверие. Главное — осознавать, куда вы идёте, зачем и что хотите для себя получить.

Как человек, имеющий прямое отношение к науке, я предпочитаю исследовательский подход, т.е. традиционную психологию.

По логике выходит, что психологи круче, чем экстрасенсы, но почему к нам так редко обращаются за помощью? Боятся? Не видят отличий, или это что-то другое?

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Юлия: *Наукой доказано, что на Земле есть люди с особенными сенсорными способностями. Но эти способности сильно зависят от состояния здоровья этих людей, атмосферного давления, магнитных бурь, температуры воздуха, житейских условий, а также их кровных родственников и сексуальных партнеров, от физических травм, от экологической ситуации в местах их проживания... много от чего. Поэтому экстрасенсорные способности таких людей не могут «работать» безотказно, стабильно, по заказу (!!!). Прозрения, про-*

светления, пророчества, тревожные предощущения, состояния — всё это очень нестабильно, непредсказуемо самими экстрасенсами, это словно сваливается на тебя откуда-то сверху, или сбоку, непонятно откуда.

Елена: Я искала помощи и в эзотерике, и в психологии. Помощь пришла и с одной, и с другой стороны. С экстрасенсами не сталкивалась в этой жизни, но прочитывая новости о работе шарлатанов из «Битвы экстрасенсов» рискну предположить, что туда без страха идёт вся «помойка черная». Жаль людей, которые попадают на дорожную удочку лжеспециалистов... От знакомых много раз слышала отзывы (не самые лестные) о работе психологов. Пыталась объяснить, что стоит попробовать разных специалистов, есть же консультанты, психоаналитики, психотерапевты и т.д., но «обжегшись на молоке, на воду дуть будешь». Так и не решаются на вторую попытку.

Ирина: Абсолютно согласна с Евгением Владимировичем! Человек идет к психологу (экстрасенсу, астрологу, магу...), когда попадает в тупик и не может сам выбраться. Естественно, ищет помощи. И именно психолог высвечивает тот путь (или несколько путей), по которым оказывается можно пойти и найти выход. Но психолог побуждает человека к работе над собой, к осмыслению, принятию, очищению. Как скорлупу снимает. И если человек готов принять себя и поработать, он обязательно увидит свет в конце тоннеля, обновиться и дальше пойдет сам, возможно без помощи психолога. Экстрасенсы (и уже с ними), которых развелось и которые «стригут газон» — все вампиры. Им как раз не надо, чтобы человек сам оправился и шел. Им надо привязать жертву намертво, что б и думать не могла без него!

Екатерина: Расскажу, почему мне близка тема этого поста: психологи и экстрасенсы. Недавно одна моя подруга, впол-

не себе успешная женщина, спросила меня: «Посоветуй мне хорошего экстрасенса, хочу узнать, почему у меня проблема с деньгами и как она решится в будущем». Я отвечаю ей: «Дорогая, тебе лучше бы к хорошему психологу сходить»! Она: «Нет, я хочу увидеть будущее»! И тут я, обладая определенными знаниями в Эзотерике, понимаю, что экстрасенс-то, может, и увидит ее будущее (допустим, хорошее), но если при этом с ее психикой не поработать как психолог, то будущее это может быть другим!!! И получится, что экстрасенс сошел.

Леонид: *Что не запрещено — то разрешено. Пока что экстрасенсов официально не подвергают гонениям, и это хорошо! Так вот, к примеру, лечится человек у врачей, то у одних, то у других — все, сначала, обещают помочь, мол знаем, что с вами, а потом руками разводят — нет результата от лечения. Хорошо, что такая ситуация встречается не часто, НО бывает, и у того человека, с кем это случилось глубоко плевать, что он такой уникальный — он хочет выздороветь. С точки зрения традиционной медицины у пациента неправильно установлен диагноз, отсюда и отсутствие результата, а значит надо дообследовать, пробовать другое лечение... и так может происходить, пока, либо больной не исчезнет из поля врачебного зрения, либо банально помрет. Еще в начале своей врачебной практики встречался со случаями, когда мои старшие коллеги, в подобных случаях, аккуратно, когда намеком, редко открыто, отправляли пациентов к экстрасенсам. Я на это тогда смотрел крайне скептически — советский врач и такие дремучести, а сейчас своих коллег понимаю и разделяю их позицию — работает это. Жалко, что многочисленные псевдоэкстрасенсы подрывают доверие к нетрадиционной медицине.*

Павел: *Поставленный вопрос, на мой взгляд, является модификацией вопроса о преимуществах любителя перед про-*

фессионалом. Профи опирается на свой и чужой опыт. Но!!! Опыт осмысленный. Экстрасенс, о чем свидетельствует само название, опирается на свой опыт, который сам не может понять. Его опыт есть опыт выхода за рамки того, что может быть понято и, следовательно, внятно изложено. Отсюда — замысловатость речи, напускная таинственность. Отсюда же нежелание опираться на интеллектуальную традицию. Эту традицию можно оспаривать, пересматривать. Но ее надо знать и о ней думать. Я полагаю, массовое увлечение экстрасенсорикой — это стремление экономить усилия мысли. Для простецов — нежелание учиться и обращаться к знаниям экспертов. Для образованных людей — завышенная самооценка. И у всех желание халявы! Самое важное, как заключение: сказанное не означает непризнание экстрасенсорного начала. Но!!! Предполагает, что экстрасенс в каждый данный момент не является хозяином своих деяний. Говоря богословским языком, он не знает, чьим орудием стал — Бога или беса.

Дмитрий: Лет двадцать тому назад, когда я только начинал свой путь декана факультета теологии, одна моя коллега (декан факультета психологии) спросила меня: «Ты понимаешь, что мы обречены собирать людей с психическими проблемами. Они интуитивно чувствуют потребность оказаться на такой площадке. Это не означает, что приходят только с отклонениями от традиционных норм, но они приходят обязательно.» Соответственно, наша задача, во-первых, дать одним людям возможность попытаться артикулировать свои состояния, а другим — попытаться ассистировать в этом. Ни тому, ни другому научиться заочно нельзя. Ни священник, ни практикующий психолог без второго субъекта диалога ничего сделать не смогут. Перед ними стоит ведь сугубо практическая задача и очень важно обозна-

читать те вопросы, которые имеют базовое значение для всех участников диалога. Конечно, соблазн использовать готовое книжное знание велик. Но в том-то и сложность: каждый раз эти формулы надо обновлять, открывая заново. Словом, диалог — это встреча личностей, нуждающихся друг в друге для поиска ответа на жизненно важные вопросы. Начинается все с того, что решить вопрос крайне необходимо, а собственных ресурсов недостаточно. Как только богослов или психолог начинают «изображать интерес», все рушится. Если такое состояние дано, можно и с экстрасенсом взаимодействовать. Тут ведь каждый проходит свою часть пути и для себя. Труднейший, потому запустить его как конвейер не получается. Получается профанация. Тем более, как хорошо бы изготовить массовую технологию поиска смысла. А может быть получится!?

Тема 3. ПСИХОЛОГ: ПРОФЕССИЯ МОШЕННИКА ИЛИ БЕЗДЕЛЬНИКА?! (2019 г.)

Четвёртый год пытаюсь ответить себе на вопрос, который стоит в заголовке поста. Может быть, сегодня, с вашей помощью, я найду ответ? Четвертый год мое резюме размещено на HeadHunter, где я пытаюсь найти достойную работу психологом не в больнице, а «в миру»!

Может быть, я «что-то» не так делаю? Может быть, не так резюме написано? Может быть, мое первое техническое образование мешает? А может быть, возраст уже не подходящий? В общем, голова идет кругом!

Почему возникают такие вопросы? Честно скажу, что за эти четыре года я раз десять ходил на собеседование. Когда приглашают, пишут, говорят по телефону одно, приезжаешь, а там всё наоборот! Раза три «попадался» на риэлтер-

ские компании. Тогда мне четко говорили, раз психолог, то должен знать НЛП (нейро-лингвистическое программирование), а если им владеешь, т.е., умеешь манипулировать (обманывать), то риэлтор — это то счастье, о котором ты даже и мечтать не мог!

Несколько раз «накальвался» на сетевой маркетинг. Но там все понятно, надо конкретно обманывать! Недавно ездил в брачную контору, где пришлось заполнить массу документов и тестов, после чего уже больше не хотелось ничего! Подумалось, что кто-то из сотрудников этой компашки либо диссертацию защищает по психологии, либо ФСБ меня проверяет на профпригодность!

Но недавно мне всё-таки счастье «привалило»: позвонили из наркологического диспансера, где действительно требуются психологи, и пригласили на собеседование. Заметьте, что там реально требуются практические, а не клинические (чуть ниже опишу в чем разница) психологи. Когда я ждал в приемной вызова на собеседование, то в этот момент привезли такого «синяка», какого я видел еще в своем детстве на Дальнем Востоке: посиневший, грязный и несчастный мужик! Рядом сидела его дочь, которую по-человечески было очень жалко.

На собеседовании девушка-психолог в белом халате сразу задала вопрос: «Представьте, что я алкашка и хочу уйти из диспансера не долечившись. Что вы мне скажите, чтобы я осталась?». Ответ, что это ваша жизнь, ваше право, сразу отметался! На ее вопрос я все-таки ответил, и она даже произнесла: «Вы нам подходите!» Я понял, что там, тоже надо обманывать и «сажать» синяка и его родственников на «психологическую иглу»: если они заплатили за 5 дней лечения, то, со временем, их надо «развести» еще на 10! Но меня подвело то, что я сказал, что у меня есть статьи по из-

бавлению (облегчению) от алкогольной и наркотической зависимости, что человек я пишуший и публичный. Как вы понимаете, шансы мои сошли к нулю!

Все вышесказанное относится к вопросу о мошенниках!

Теперь о бездельниках: психолог ничего не производит, в отличие, например, от слесаря, токаря, фрезеровщика, парикмахера, повара, юриста и т.д. Психолог полностью зависит от своих клиентов и не всегда может свободно планировать личное время! Даже учитель может увидеть и «пощупать» плоды своего труда! А психолог? Его совет можно трактовать так или иначе, но всё зависит от человека, которому оказывается помощь, или от ситуации. Очень трудно «потрогать» плоды его труда! Может быть, именно поэтому психология не входит в разряд ОМС (обязательное медицинское страхование)? Хотя сегодня стали выпускать клинических психологов, но это «промежуточное звено» между психиатрами, психотерапевтами и неврологами. Однако все «сажают» на таблетки!

Вот и получается, что «потенциальные» работодатели считают практических психологов, априори людьми, которые способны обманывать или манипулировать! Кто может поменять этот имидж, и надо ли это делать? Ну сидишь без работы, ну и сиди дальше, зато сиди честным и принципиальным профессионалом!

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Юлия: Простое общение простых людей — уже определенное психологическое воздействие друг на друга. Такова природа человеческого общения (да и не только человеческого, в мире животных также общение направлено на определенные цели, которые достигаются в процессе взаимодействия). Ловкие люди всегда и обязательно пытаются использовать

разные «инструменты» воздействия для достижения корыстных целей, так же как изобретательные люди умеют использовать для изготовления чего-либо инструменты, которые традиционно для этого не предназначены (например, забивание гвоздей с помощью не молотка, а... чугунной сковородки, или каблука ботинка). Так и с психологией, которая в своём арсенале имеет богатый запас именно приёмов воздействия, но только с высокой, целебной целью. И не вина психолога и науки Психологии в том, что её инструментами пытаются пользоваться негодяи. Пример Е.В. наглядно показывает, что здесь всё зависит от морального уровня психолога, его гуманитарной позиции. Внутренне «гнилой» человек (даже если он психолог) поддастся корыстному соблазну, человек духовно чистый, морально устойчивый отвергнет всякое предложение стать «опасным инструментом» в руках мошенников. Сказано же, что зло обязательно приходит в наш мир, но горе тому, через кого оно в наш мир проходит, т.е., тех, кто способствует проникновению зла (мошенничества) в мир людей.

Анастасия: Психолог — это профессия! А вот мошенником, бездельником или специалистом, оказывающим реальную помощь, каждый человек в этой профессии решает самостоятельно исходя из своих жизненных ценностей.

Сергей: Да, психологи ничего не производят, но выполняя свою работу добросовестно, они помогают оздоровить душу человека (при условии, что человек готов работать над собой). Чем больше в мире психически здоровых и адекватных людей, тем лучше, но только это не всем выгодно. Думаю, что работу психолога отследить тоже можно, сравнив результат работы с клиентами до и после. Когда у клиента происходит осознание себя, улучшается качество жизни. В тех сферах, где были проблемы, наблюдается положительная

динамика, благодаря работе психолога. Такая вот причинно-следственная связь работы психолога с клиентом!

* * *

В первоначальном варианте статьи в этом месте я поставил точку и написал последнюю фразу: *«Обычно я привожу выводы — рекомендации. Но в данном случае этого делать не буду, так как прекрасно знаю, что это издание читают в основном профессионалы, которые знают психологию не понаслышке и владеют разносторонними знаниями. Насколько это получилось или нет, т.е. ответить на заголовков статьи, судить только вам, уважаемые читатели!»*. Статью отправил на редактирование своему другу — практическому психологу Рыбаковой Ю.К., но внутри осталось чувство незавершенности и недосказанности, что не все «главное» сказал и написал.

Ее ответ не заставил долго себя ждать, вот выдержка из письма (*орфография и пунктуация сохранена — прим. ред.*): *«... Е.В., все то, что мы обсуждали тогда (2016-2019 г.г.) на Facebook, раскрыло глубокую трагедию положения психологии в нашей стране. Если психологи не объединятся, не сплотятся корпоративно, не станут «воевать» за репутацию своей профессии, то они так и останутся в представлении народа «психами», «мошенниками», «тунеядцами», «болтунами», и нашими отечественными научными работниками в мире будут пользоваться все, кому угодно, только не мы сами. Если сообщество психологов продолжит пребывать в аморфном состоянии, структурно неорганизованным, позволяющим называться «психологами» и, тем более, выступать публично всем, кто «отсидел» несколько часов на лекциях по психологии, то Психология так и останется «продажной девкой ка-*

питализма». Нужна корпоративная сплоченность. Необходимо выработать и утвердить жесткие правила, предположим, Гильдии или Хартии Психологов. Надо четко и подробно прописать требования к уровню образования, количеству прослушанных часов по психологии, опубликованных работ, научным степеням, этику, жесткие имиджевые критерии, вплоть до внешнего облика, стиля одежды. Больно смотреть, когда по телевидению в качестве психолога-консультанта выступает некая дама чуть ли не в кринолине, с вульгарно крашеными и взбитыми под потолок волосами и широкополой шляпе с перьями и кружевами, либо в вызывающе ярких, неуместных при серьезном разговоре туалетах, или некий господин, поведение которого, моторика, речь выдает в нем явные признаки аутизма, фобий, психопатии, очевидных даже для неподготовленного зрителя. Замечу, что невнимательность к внешнему виду и публичному поведению может быть оправдана для ученых любых наук, кроме Психологии. Для психолога непродуманность внешнего вида и поведения — признак Профнепригодности. Ради поддержания положительного, достойного уважения имиджа Психолога можно было бы узаконить и штрафовать те телевизионные каналы, которые осмеливаются допускать к эфиру «психологов», официально не согласовав вопрос с Гильдией или Хартией Психологов. Не станет государство доверять и, тем более, финансировать тех, кто сам не способен внушить народу и государству уважение к самому себе, к своей науке и профессии».

Ее слова меня сильно зацепили и я не стал далеко ходить за примерами, особенно касательно практической психологии: я взял их из своей сегодняшней жизни (работа в больнице, работа в университете, периодическое участие в ток-шоу на Первом канале). То, что люди к нам так относятся, это вполне нормально и ненормально, так как мно-

гие из нас идут в психологию за помощью, прежде всего самому себе. Это хорошо, когда человек «знает», что ему необходима психологическая помощь, и он ее осознанно/неосознанно ищет для себя?! А кто не знает, тому, что делать? Вообще всем ли нужна психологическая помощь и поддержка? Я уверен, что всем. Государственная система отношения к психологии, например в Швейцарии, хорошо показывает положительные результаты, особенно по уровню жизни и реализации людей.

В России многие люди вообще не представляют, зачем нужны психологи, особенно практические, особенно в больнице. Увы, об этом не знают даже многие врачи. Вспоминаю начало своей практики: коллеги-врачи всегда воспринимали меня, как создателя инструментов для эндохирургии (по первой специальности), но не как практического психолога. Только через 5-7 лет некоторые понемногу стали задавать мне вопросы психологического характера, особенно касательно их личной жизни, но даже не пытались проконсультироваться по поводу психотипа их пациентов.

Да, в толстых медицинских реестрах по ОМС есть упоминание о практических психологах, по конкретным болезням, но кто из нас видел этих психологов в больнице? Я имею в виду практических психологов, без медицинского образования? Хотя страховые компании требуют, чтобы в историях болезней пациентов, отметки о том, что они получили психологическую помощь, всегда должны присутствовать? Это хорошо, что главный врач больницы, где я работаю, продвинутый и умный человек, признающий важность работы психолога. А много ли таких в нашей системе здравоохранения?

Кроме того, работая в системе высшего образования, я заметил, что к психологам, преподавателям психологии

также «неоднозначное» отношение среди сотрудников всего коллектива. В лучшем случае нас считают за бездельников. Я преподаю психологию студентам, будущим психологам, которые уже знают, что после окончания университета они не будут работать психологами: в силу отсутствия достойной интересной работы, низкой оплаты и т.д. Тогда зачем учатся, спрашиваю я? Ответ стандартный: нужен диплом о высшем образовании!

Сегодня стало модно приглашать психологов на телевидение в качестве экспертов, и я также не остался в стороне. Это вроде бы хорошо — пропаганда нашей специальности. С другой стороны, непрофессионализм некоторых горе-специалистов наносит колоссальный вред нашей профессии. Психоанализ — это долгий и кропотливый процесс, а на таких ТВ-шоу психологу надо за одну-две минуты «показать свой фокус-покус» и сразу выдать анамнез героя.


И главное, следует заметить, что психология — наука аналитическая, поскольку преследует выявление проблем и путей решения не только личности, но и всего общества. Без поддержки государства, без системной программы и финансирования, психологи будут всегда разрозненны, и выполнять свои отдельные задачи, направленные, в основном, на физическое выживание, а не на профессиональный и научный рост.

Список литературы:

1. Курпатов А.В. «Законы мозга» — М.: Капитал, 2019 — 288 с.
2. Курпатов А.В. «Красная таблетка» — М.: Капитал, 2018 — 588 с.
3. Саяпин Е.В. «Как общаться в соцсетях. Психология для НЕпсихологов» — М.: — Древлехранилище, 2017 — 256 с.

4. Саяпин Е.В. «Психология для НЕпсихологов или on-line приколы» — М.: Древлехранилище, 2017 — 302 с.

5. Саяпин Е.В. «Как найти «своего» человека. Психология для НЕпсихологов» — М.: Древлехранилище, 2019 — 212 с.



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@oppl.ru

Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2020 год / Выпуск 10 / Е.В. Саяпин. Лечебная педагогика.

Е.В. Саяпин. Лечебная педагогика.

Рубрика «Статья номера»

Лечебная педагогика или зачем «штампуют» психологов?!

Саяпин Е.В., к.т.н., практический психолог. Больница Центросоюза РФ (г. Москва).

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru, сайт: www.menconsulting.ru

— Уважаемые коллеги, поднимите, пожалуйста, руку, кто будет работать по специальности психолога, после окончания учебы в университете?

Одна — две руки из 12... 15 человек! Были группы, где и этих рук не было!

— А если не пойдете работать психологами, тогда зачем учиться?

— Во-первых, «не так сложно учиться в этом университете», во-вторых, «нужен диплом о высшем образовании», в-третьих, «когда стану старше, то, может быть, «когда-нибудь» я надумаю работать психологом» (?!), в-четвертых, «трудно найти работу психологом и на достойную зарплату» (?!)... Есть и в-пятых, и в-шестых.

Это — основные ответы студентов, которым я преподавал ряд предметов по психологии в Московском университете инклюзивного обучения (МГГЭУ). Следует заметить, что в этом университете учат не только на психологов, но и на экономистов, социологов, математиков, юристов и др.

Сегодня в системе высшего образования РФ многие вузы берутся обучать людей с ограниченными возможностями по здоровью. История обучения инвалидов довольно богата и обширна, но один из первых вузов — МИИ (Московский институт инвалидов), ректором которого был профессор Л.А. Саркисян. Немаловажное уточнение: Саркисян Л.А. сам был инвалидом, поэтому проблему «видел» буквально изнутри, и на его энергии была реализована мощная идея создания «Города для инвалидов». Под «городом» понимается жизнь и обучение ребят в одном месте в зеленом районе г. Москвы. В институте (поначалу он был интернатом) ребята могли жить в общежитии, активно общаясь, учиться, питаться три раза в день, получать первую медицинскую помощь и т.д. Повторю, что всё это происходило в одном месте, на одной территории. По результатам проделанной работы ректор совместно с группой учёных-единомышленников написал прекрасную монографию «Лечебная педагогика» [3], которую обязательно следует прочесть всем родителям, направляющим своих детей-инвалидов получать высшее образование.

Сразу замечу, что в данной статье выражаю только свое, субъективное мнение, и оно может в корне отличаться от мнения корифеев высшего инклюзивного образования. Но, я уверен, что два года преподавания (доцент-почасовик) студентам дневного и заочного обучения позволяет мне поделиться опытом и наблюдениями хотя бы в одной объемной статье.

Теме инвалидов посвящено достаточно много специальных трудов, но в данном случае хочу обратить внимание на «популярные», житейские моменты обучения инвалидов и на их внутренний мир. Подобные темы требуют тщательного взвешивания слов и мыслей, чтобы не оскорбить чувства инвалидов. Наверное, поэтому по таким вопросам обычно распространяются неохотно, но есть расхожая фраза, что от судьбы не зарекайся: сегодня ты здоровый, а что будет завтра — неизвестно?! Поэтому предложенная информация не будет лишней и никому не повредит!

Что такое инклюзивное образование? Сейчас модно употреблять иностранные слова, поэтому английское слово «inclusive» (включающий, охватывающий) стало употребляться и в этом случае. Т.е., включение в один состав двух разных групп людей: инвалидов и НЕинвалидов. Идея хорошая и правильная, только работает она не всегда эффективно и как хотелось бы. Что это значит? В студенческой группе, состоящей из 10-15 человек половина — инвалиды, остальные НЕинвалиды, и все они должны тесно взаимодействовать между собой. По логике, инвалиды, глядя на здоровых студентов, «должны» подтягиваться до их уровня, а здоровые, видя трудности инвалидов, «должны» помогать им как морально, так и физически, избавляясь через это от неприятия факта «инаковости», неполноценности другого человека, становясь терпимее и, если не сострадательнее, то нейтральнее, без внутреннего болезненного протеста, который в наше время часто можно слышать от физически здоровых людей: «Мне больно смотреть на их страдания!», «Почему я должен это терпеть, глядя на них!»

Но, увы, человеческая природа устроена несколько иначе. Наблюдения показали, что здоровые ребята, общаясь с инвалидами, на бессознательном уровне [6], сами

начинают «заражаться» их страхами, фобиями, неуверенностью, обидами, комплексами и т.д. Конечно, это происходит не сразу, а постепенно от курса к курсу до момента выпуска. Самым опасным в такой ситуации становится смещение акцентов, подмена понятий и «перелицовка» стандартов, когда, к счастью — редко, инвалидность становится нормой, а «здоровость», если не недостатком, то ощущением несоответствия.

Что происходит в жизни студентов-первокурсников? Поначалу они всему радуются, что называется, «летят» по жизни. Особенно это касается инвалидов. Они общаются между собой, видят, чувствуют, что не одиноки, что есть общие проблемы, болезни, делятся своими мыслями, опытом о том, как выходить из трудных ситуаций, обсуждают общие темы и т.д. Но по мере приближения к старшим курсам, т.е. к окончанию учебы, к моменту получения диплома о высшем образовании, к выходу «за забор», в реальную жизнь, они часто впадают в уныние или депрессию. Бывает ли так со всеми? Конечно, нет, но в большинстве случаев дело обстоит именно так.

Прежде всего, несколько слов о важнейшем на этапе получения высшего образования вопросе — о половом воспитании: как показывает мой многолетний опыт работы психологом, тема полового воспитания для многих — «непролазный мрак»! Это касается здоровых людей. А что же происходит с совсем еще молодыми студентами-инвалидами? К сожалению, многие родители никогда не обсуждают с детьми-инвалидами подобные темы, так как их родители тоже не говорили с ними об этом, и так далее в глубину рода. Поэтому многие студенты, оказавшись вдали от дома, в самостоятельной жизни, методом проб и ошибок набираются сексуального опыта (кто способен на это физически),

на собственной «практике». Где еще, как не в общежитии имеются условия для «живого и непосредственного общения» с противоположным полом? Такова жизнь во всей ее полноте, и биологические инстинкты отменить невозможно! Поначалу у меня возникла идея, и я даже высказал ее администрации — проводить лекции на общепознавательные темы для всех студентов университета: один-два раза в год приглашать коллег-врачей (гинекологов, урологов), чтобы они в доступной форме рассказывали о половой жизни, с учетом физиологии и распространенных болезней. Но идея так и осталась идеей, а вопросы особенностей сексуальных отношений людей с различной степенью физических недостатков, возникающих на этой почве, непреодолимые ограничения в общении и, как результат, всевозможные фобии и социофобии, фрустрации, снижение самооценки, утрата веры в себя и людей, — все это становится непреодолимым препятствием и деструктивным фактором в создании единой, так называемой инклюзивной среды вузов.

Очень важный вопрос, который мучает практически всех студентов-инвалидов — это куда пойти работать и что делать со своим высшим образованием? Самая главная версия, куда пойти работать инвалиду — будущему психологу — это устроиться в крупную или среднюю фирму в отдел кадров и принимать людей на работу. Благо, что они уже могут разбираться в психологии людей и грамотно набирать персонал.

Еще среди них живёт другая «сладкая мечта» — устроиться в среднюю школу психологом и помогать таким же детям-инвалидам, как они сами.

Признаю сразу, что идеи правильные, но, учитывая число выпускаемых каждый год специалистов-психологов, устроиться по специальности чрезвычайно трудно. Могу

сделать предположение, что специалистов выпускают гораздо больше, чем существует школ, фирм, предприятий, заводов, где требуются психологи. Надо заметить, что это касается не только инвалидов, но и здоровых выпускников. При этом инвалиду найти работу гораздо сложнее, чем здоровому человеку. Карьера инвалида во многом зависит от степени его заболевания (способа передвижения), имеются в виду инвалиды-опорники, колясочники, ДЦП, ампутанты и т.д. Если подходить к вопросу основательно — это должна быть государственная поддержка и программа по трудоустройству инвалидов.

Если я и упомянул о мечтах и фантазиях студентов-инвалидов, то лишь потому, что мне часто приходилось слышать практически от всех, что родились они здоровыми, но в результате несчастного случая стали инвалидами. Немногие готовы принять и признаться, что родились инвалидами, с врожденной болезнью. Хотя на втором курсе студенты изучают такой предмет, как генетика, при анализе собственной жизни не все учитывают знания, которые получили по данному предмету.

Опыт показал, что психология человека, который, например, до 20 лет жил здоровой жизнью, а потом, в результате несчастного случая, стал колясочником, в корне отличается от психологии человека, того же возраста, но с врожденной инвалидностью, например, ДЦП. Люди с приобретенной инвалидностью зачастую задают себе вопросы: «Почему именно со мной ЭТО произошло?», «И зачем я там оказался?», «Можно ли было этого избежать?» Такие вопросы для молодых людей не всегда продуктивны, так как ничего не меняют в их жизни, но подобными навязчивыми мыслями они нередко загоняют себя в уныние, депрессию или панику. Однако, более позитивные и конст-

руктивные вопросы, например «Что я буду делать?», «Что мне в данный момент следует предпринять?», «Для чего мне дана эта ситуация?» лучше влияют на внутреннее состояние студентов, и на наших занятиях мы искали и находили ответы на них. Но порой настораживали негативные действия и реплики студентов с приобретенной инвалидностью в адрес своих сокурсников с врожденной инвалидностью. Зачастую ситуация была сильно похожа на дедовщину в армии!

Замечу сразу, что студенты-инвалиды, как правило, люди довольно закрытые, и разговорить их на их личные темы сложно. Но в доверительных групповых занятиях мы выходили на главный вопрос: «Как вы думаете, почему вы стали или родились инвалидом?». Этот вопрос многих ставил в тупик, а некоторые вообще замыкались в себе. Вполне допускаю, что эта информация им не нужна, и, как я уже отмечал, ответ на эти вопросы в их жизни ничего не меняет. Но когда вопрос переводился в более развернутую и привлекательную для молодежи эзотерическую плоскость, когда речь шла о прошлых воплощениях души, — многие сразу с интересом включались в подобные дискуссии [2]. А мой вопрос был довольно прост: «Может быть, в прошлой жизни Вы сильно «разогнались», наделали ненужных для Вас поступков, и поэтому в этой жизни Вас реально «тормозят» болезнью? Может быть, в этой жизни надо спокойно поразмыслить и осознать, что надо поменять в своей душе, сознании и мировосприятии? Может быть, надо получить новые знания о себе, и не потому ли Вы пошли учиться на психологов? Ведь чтобы помогать другим людям, надо сначала разобраться в себе и помочь сначала себе?»

Подобные вопросы я задавал и здоровым студентам — «Что они должны пройти в совместном обучении и обще-

нии с инвалидами»? — но сразу получить от них осознанные ответы было достаточно трудно.

Канадский психоаналитик Лиз Бурбо [1] очень доходчиво ответила на вопрос о том, какое метафизическое значение имеют врожденная, наследственная болезнь:

«...такая болезнь говорит о том, что душа, которая воплотилась в новорожденном, принесла с собой на эту планету какой-то неразрешенный конфликт из своего прошлого воплощения. Душа воплощается много раз, и ее земные жизни можно сравнить с нашими днями. Если человек травмировал себя и не смог вылечиться в тот же день, то на следующее утро он проснется с этой же травмой и должен будет ее лечить. Очень часто человек, страдающий от врожденной болезни, относится к ней гораздо спокойнее, чем окружающие. Он должен определить, что эта болезнь мешает ему делать, и тогда у него не возникнет трудностей с выяснением ее метафизического значения. Кроме того, он должен задать себе вопросы, подобные тем, которые приведены в конце этой книги. Что касается родителей этого человека, они не должны чувствовать себя виновными в его болезни, так как он выбрал ее еще до своего появления на свет.

На первый взгляд, наследственная болезнь говорит о том, что человек унаследовал образ мыслей и жизни того из родителей, кто является переносчиком болезни. В действительности же он ничего не наследовал; он просто выбрал этого родителя, так как им обоим в этой жизни необходимо усвоить один и тот же урок. Отказ признать это обычно проявляется в том, что родитель винит себя в болезни ребенка, а ребенок винит в своей болезни родителя. Очень часто ребенок не только винит родителя, но и делает все возможное для того, чтобы не стать на него похожим. Это создает еще большую сумятицу в душах обоих.

Таким образом, человек, страдающий от наследственной болезни, должен принять этот выбор, потому что мир дал ему чудесную возможность сделать огромный скачок в своем духовном развитии. Он должен принять свою болезнь с любовью, иначе она так и будет передаваться из поколения в поколение».

Не секрет, что многие студенты «кочуют» из одного вуза в другой по ряду объективных и субъективных причин. При этом многие сразу отмечают, что в инклюзивном вузе учиться гораздо проще, чем в «классическом». Когда я спрашивал: «Что, качество преподавания другое, или преподаватели менее требовательные?», здоровые студенты отвечали мне, что качество знаний практически как и везде, и что, да, в инклюзивном вузе другой спрос за эти знания! Отмечу, что многие вещи на лекциях приходилось говорить по несколько раз, в силу того, что не все студенты-инвалиды одинаково быстро успевают воспринять информацию. Действительно, есть общая установка и рекомендация вуза относиться к инвалидам также как и к здоровым студентам. Однако когда видишь отчаянный, испуганный взгляд инвалида, осознаешь всю несостоятельность такой установки. Но самая главная «привлекательность» инклюзивного образования — это система оценивания знаний! А выражаясь проще — обыкновенная уравниловка по оценкам. В этом кроется основной подвох: если инвалид, например, получает свою объективную оценку двойку или тройку, то он автоматически лишается стипендии или вообще отчисляется из вуза, поэтому встает риторический вопрос: «Товарищи преподаватели и вообще старшие люди, многие ли из вас смогут пойти на такой антигуманный шаг, как лишить студента-инвалида куска хлеба? Многие ли из вас смогут потом спокойно спать, зная о том, что вы обрекли практи-

чески еще совсем ребенка-инвалида на суровое, скудное существование?» Конечно, совсем безнадежного и трудно обучаемого инвалида никто не будет «тянуть» до окончания вуза, но и специально не будут его «валить», как это делается в обычных вузах. К инвалидам отношение более гуманное и относительно лояльное. На этом фоне, если здоровый студент не «конченный» дебил, то под общую установку инклюзивного образования он также обязательно получает свою «усредненную» четверку или пятерку!

На основании изложенного сделаю предположение: если человек хочет получить только диплом о высшем образовании, не прикладывая особенных усилий, то «You are welcome!» в инклюзивный вуз. Если человек хочет получить и диплом, и знания к нему, каждодневные занятия и развивающие упражнения для своего мозга и т.д., надо выбирать академические проверенные учебные заведения! Но возникает вопрос: «Разве в инклюзивном вузе не может быть по-другому, например, диплом, подкрепленный солидными знаниями»? Конечно, такое возможно! Но для этого требуется постоянное самообразование и саморазвитие! Много ли таких сознательных молодых людей в возрасте 18-25 лет, которых не надо ни подгонять, ни напоминать им об учебе? Зачастую их лень бежит впереди них самих и впереди всего университета!

В университете я преподавал нужные и интересные предметы «Психодиагностика» и «Практикум по психодиагностике». На лекциях и практических занятиях всегда царил живой диалог, напоминающий групповой психоанализ, проводились тесты, составлялись опросники, поэтому у меня накопился довольно богатый материал по состоянию внутреннего мира моих подопечных. На одном из таких занятий я на доске выписал две колонки вопросов и

ответов: Преимущества и Недостатки инвалидности. Как часто бывает в таких опросниках, ответов получается приблизительно 50 на 50%. В данном опросе, со слов самих студентов вышло, что быть инвалидом сегодня выгоднее, чем быть здоровым. Без комментариев!

В настоящее время студенты очного и заочного факультетов также кардинально отличаются друг от друга. Как ни парадоксально, но в отличие от Советских времен, когда предприятия, где трудились заочники, требовали от них лишь «корочки» о высшем образовании, сегодня многие заочники стали приходить не только за дипломом, но и за знаниями. Могу сделать предположение, что современная жизнь и условия стали диктовать людям иные принципы в отношении своей будущей жизни, карьеры, финансов, продуктивного общения между людьми и т.д.

ПРО СОЦСЕТИ

Учитывая то, что инвалиды — люди непубличные и довольно скрытные, а проблема с трудоустройством стоит довольно остро, я предложил им поучаствовать в социальных сетях. Поучаствовать на моей странице Facebook в обсуждениях с людьми, среди которых, как мы предположили, могут быть потенциальные работодатели. Поначалу моя идея всем им показалась интересной и перспективной.

Целью и идеей моего эксперимента было научить молодых людей выражать свои мысли в цифровом пространстве, так как сегодня наиболее реально найти работу именно там.

По преподавательскому опыту я знал, что практически все мои студенты (до девяноста процентов, включая и здоровых) — из неполных семей. Также на опыте таких дискуссий хотелось показать им, как на многие жизненные воп-

росы смотрит общество, что называется, взгляд со стороны.

Но когда дело дошло до реального осуществления моей идеи, то среди участников чата моих студентов оказалось совсем немного. Сработал, прежде всего, страх сболтнуть что-то лишнее, а также стыд и боязнь выражать свои мысли. Но были и смельчаки, активно участвовавшие в обсуждениях. Гарантией стало мое заверение о том, что я не позволю опускаться до оскорблений и хамства, которое присуще некоторым обсуждениям в соцсетях. К счастью, многие мои друзья и подписчики по Facebook, оказались достаточно корректными людьми и достойно выражали свои мысли.

Как обычно [4], я задавал на цветной плашке «провокационный» вопрос, и в ленте шли обсуждения. Приведу некоторые, наиболее интересные обсуждения из соцсети. Имена участников я изменю, комментарии особо не редактирую, чтобы придать дух аутентичности.

Тема 1. КАКИЕ ЧУВСТВА ПОБУЖДАЮТ ФИЗИЧЕСКИ ЗДОРОВОГО ЧЕЛОВЕКА «СВЯЗАТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ» С ИНВАЛИДОМ?

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Юлия: Конкретно, по заданному вопросу. Какие чувства побуждают связать жизнь с инвалидом? Разные у всех. Однажды я познакомилась с человеком, который, конкретно, любил женщин с какой-то инвалидностью, лучше если колясочница. Вот такой он человек, ему нравилось заботиться о ком-то, нравилось, что женщина целиком и полностью зависит от него. Нравилось, что она особенная, что он для неё свет в окошке. Замечу, что она лицом была просто красавица, и фигурка тоже. Так вот, он её обожал, а она, в итоге,

предпочла другого. Классический треугольник. Он сильно страдал.

Светлана: Возможно не хватает оптимизма, воли и желания жить (инфантилизм) или же хочется быть нужным, востребованным (проблемы с самооценкой). Желание быть жертвой — совершить подвиг, тем самым заявить всему миру, что ты особенный (недолюбленность в детстве). Но это все печальные истории. А на самом деле мы выбираем не физическое тело, а душу. И как было сказано выше «что души многих инвалидов намного «здоровее», чем души НЕинвалидов». Поэтому люди связывают свою жизнь с инвалидами и счастливы. И здесь важно на сколько ты зрелый, как личность и сможешь справиться с проблемами внешними, бытовыми.

Евгений: Светлана, если на первом месте стоит внутреннее притяжение, т.е. Душа (полностью допускаю!), то как же биологическая тяга к размножению? Неужели секс не играет важную роль в таких отношениях? Как людям на эти темы общаться?

Светлана: Полноценный секс без души не бывает. Всегда можно найти способ.

Джуди: О том, почему неинвалиды готовы связать судьбу с инвалидами. Пример из жизни. В прошлом году стою на Пушкинской, жду подругу, и вдруг, мимо проходит парень, без ноги, но на протезе выше колена, протез он не скрывает, всё на показ, протез какой-то весь железный, с блестящими деталями, «коленка» хромированная, блестит, винтики, гайки, пружинки, какие-то поршеньки, всё в движении. Он идет так, словно это не протез, а его собственная нога, уверенно шагает, весело разговаривая со здоровым другом. Просто Терминатор, биоробот. Вау!!! Энергия и обаяние из него фонтаном. Я залюбовалась, и всё женское во мне встрепенулось так,

что я готова была бежать за ним на край земли. Образ так и поселился в моей памяти навсегда. Вспоминаю и его, и те волнительные чувства, что испытала, глядя на него. Что это? Как это? Почему так? С самооценкой у меня нормально, я здоровая, руки ноги на месте, заботиться мне есть о ком.

Алексей: *Я вот всегда думал, что «жизнь связывают» по любви.*

Оксана: *Ой, какая тема... Не знаю, наверное в каждом отдельном случае своя причина. Кого-то возбуждает физический недостаток партнера, кто-то возможно из жалости, а у кого-то это самая настоящая любовь. Я больше года, в инстаграме подписана на семейную пару блогеров, точнее сказать, семьей они стали недавно. Так вот, парень (ему 25 лет), четыре года назад в аварии потерял ногу. Через что ему пришлось пройти, описывать не буду... встретил девушку (необычайная красотка), полюбил ее, она полюбила его, создали семью. Там точно нет какого-то двойного дна, там любовь и это видно. По всякому бывает...*

Юлия: *Инвалидность инвалидности рознь. Посмотрите параолимпийские игры. Какие Женщины и какие Мужчины! Смотришь и задумываешься о том, это кто ещё инвалид? Есть чувства, отношение к партнёру, желание жить, сила и многое другое, что имеет значение для отношений, а никак не внешность и физическая «полноценность».*

Наталья: *Разновидность сексуальной девиации есть... Думаю к этому вопросу подходит. Но, знаю я одну парочку, он с Бехтерева 2 стадии, с женой все норм, так вот настолько веселый, обаятельный и общительный, душа компании да и вообще хороший человек, что наверное у нее даже не было шанса не влюбиться. Есть ребенок, он на фитнесе, работает и зарабатывает, путешествует и ведет абсолютно нормальную жизнь (за исключением употребления обезболивающих не*

массовой продажи, наркотических) жена красотка, т.е. ее выбор не из разряда «ну хотя бы тааакой».

Тема 2. НАСКОЛЬКО РЕАЛЬНО НАЙТИ РАБОТУ ИНВАЛИДАМ? ОНИ ПРИНОСЯТ ПРИБЫЛЬ ИЛИ ОДНИ ТОЛЬКО ПРОБЛЕМЫ?

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Дмитрий: Инвалид найдёт, если захочет. Другой вопрос нужно ли ему это? Большинство прекрасно чувствует себя, получая свою пенсию. А по поводу того, приносят они прибыль или только проблемы. Зависит от самого инвалида, если он работник качественный, то условия, которые придётся под него обустроить, оправдают себя, если же нет, то зачем брать инвалида на работу?

Владислав: Очень трудно давать советы в такой ситуации, но программисты сейчас востребованы, если это действительно программисты, а не люди, которые себя таковыми считают и привыкли себя так называть. Заметил, что фразу: «забудьте все, чему Вас учили» любят говорить только те, кто сам учиться ооочень не любит.

Юлия: Прежде всего, как НЕинвалидам, так и инвалидам, перед тем как выбрать профессию, надо бы, прежде всего, взвесить все «за» и «против», т.е. определиться честно, смогу ли я это сделать, моё ли это дело, насколько лучше я смогу сделать то, чем другие. Допустим, бессмысленно инвалиду стараться получить ту профессию, в которой он изначально реализоваться не может. Мечты — одно, а реальность — другое. Надо реально понимать, что есть профессии нам не под силу. Допустим, уже доказано, что инвалиды отлично справляются и гораздо лучше «здоровых» в профессиях,

не требующих большой подвижности в пространстве, но они лучше других справляются с келейной исследовательской работой, с реставрационными профессиями, и таких сфер деятельности много. Другое дело, что в стране пока недостаточно тщательно проработан рынок труда, нацеленный конкретно на инвалидов. Нет? Значит надо этот рынок труда создать. И будет всем счастье.

Алексей: Ну, с точки зрения чистой выгоды, предприятиям, а в особенности ИП, выгодно брать в штат 1-2 инвалидов, так как это предусматривает освобождение от уплаты ряда налогов, насколько мне известно. Но, в тоже время накладывает на работодателя обязательства, в плане обустройства рабочего места и территории предприятия под нужды этих 1-2 инвалидов, так что вот тут и встает вопрос, насколько это целесообразно, и для многих затраты на обустройство являются большим доводом, нежели налоговый вычет.

Тема 3. ВЕРНА ЛИ ФРАЗА: «ПОДОБНОЕ ПРИТЯГИВАЕТ ПОДОБНОЕ», или ПОЧЕМУ ИНВАЛИД ХОЧЕТ ЗДОРОВОГО СПУТНИКА ЖИЗНИ?

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена — прим. ред.):

Дмитрий: Мне кажется, это своеобразный стыд, та причина, по которой инвалид хочет именно со здоровым быть.

Евгений: Стыд — отрицательно окрашенное чувство, объектом которого является какой-либо поступок или качество (философия) субъекта. Стыд связан с ощущением социальной неприемлемости того, за что стыдно (определение из Википедии). Если следовать этому определению, то чего тогда стыдится инвалид? И почему именно на чувстве стыда он хочет быть рядом со здоровым человеком?

Искандер: Наверное хоть и телом он инвалид, но душой он здоров. И из-за этого хочет компенсировать недостаток материальный, богатством душевной. А может совсем другое..!

Юлия: Если смотреть на инвалидность как на фатальную трагедию, на безысходность, на катастрофу, то счастья не видать никогда. Есть простой приём осчастливиться: если не можешь изменить ситуацию, то измени свое отношение к ней, и тогда многие проблемы сами собой исчезнут. У нас в храме каждое воскресенье бывает семья. Папа, мама, дочь, внук, и сын в инвалидной коляске, очень тяжелый случай ДЦП, с некрасивыми деформациями, умственной неполноценностью. Я было их пожалела и предложила свои услуги, например, посидеть с инвалидом, если им захочется уехать отдохнуть. Но они искренне удивились, видно было, что они нисколько не чувствуют себя несчастными, что у них все в доме хорошо, что они любят своего инвалида, и самое главное, он тоже чувствует их любовь. Не дом, а полная чаша. Я поговорила с ними и поняла, что болезнь сына они принимают не как наказание, а как ценное испытание их человечности, им нравится, что есть о ком по-настоящему заботиться. Кроме того, их маленький внучек и его мама, их дочь, тоже рядом с тяжелым инвалидом нисколько внутренне не страдают, знаете, это когда при взгляде на инвалида внутри сильно и больно сжимается что-то, ком к горлу подступает. Нет, у них лица совершенно спокойные, счастливые. И я им верю.

Алексей: Уверен, что многие инвалиды в данном вопросе будут в первую очередь руководствоваться практичностью, ведь чувства чувствами, а двум колясочникам будет не просто жить вместе (не говорю что такое не возможно, сам знаю случаи, когда все сложилось хорошо в браке у двух людей на коляске). Однако нельзя исключать и фактор банального комплекса неполноценности или же желания окружить себя

заботой. Некоторые из инвалидов не отвергают, а напротив, требуют к себе особого отношения в силу своего положения. А значит и спутника жизни себе будут искать подобающего. К слову, подобная схема работает не только с инвалидами, но и с физически здоровыми людьми. Не обязательно иметь физические отклонения что бы иметь вагон и маленькую тележку комплексов, и компенсировать их не работой над собой, как физически так и морально, а выбором второй половинки, которая бы закрывала на все эти недостатки глаза и «принимала бы их такими какие они есть». Но отношения, это не отпуск на Мальдивах, это труд. Для построения успешных отношений нужна отдача двух сторон, нахождение компромиссов в каких-то вопросах. Только тогда возможны здоровые отношения. И не важно, инвалиды это или же нет, тут в большей степени правила одинаковы для всех.

Следует честно признать, что мой эксперимент особо «не пошел в жизнь». Как я уже отмечал, присутствовал страх, стыдливость за то, что могут сболтнуть чего-то лишнего. А чаще всего была лень и «пофигизм» по отношению к себе, по отношению к своей жизни. Но важно отметить, что комментарии читали практически все, хотя многие сами не писали. Да и взрослые люди, мои друзья по соцсетям, как-то сразу «зависли» от таких тем. И главное, к огромному сожалению, будущих работодателей для моих студентов мы так и не нашли!

Но это был опыт выражения своих мыслей, участия в дискуссиях, о которых на лекциях мне студенты прямо или косвенно говорили!

О ПРЕПОДАВАТЕЛЯХ

Профессию преподавателя можно сравнить с профессией артиста: либо есть талант, либо его нет! Так и в случае с преподаванием: ты можешь много знать, читать, писать, иметь ученую степень, звание, стаж, регалии, но... если ты не можешь доступно и понятно выражать свои мысли, то грош цена всем твоим «преподавательским подвигам»!

Преподавать — это дар Божий! А самой лучшей оценкой этого дара являются знания твоих студентов. Не оценки в зачетках, а их знания, которые они могут использовать и применять в своей реальной жизни. Можно обмануть себя, но своих подопечных — студентов — обмануть довольно сложно!

В инклюзивном вузе к этому дару надо прибавить еще такие качества как ТЕРПЕНИЕ и ПРИНЯТИЕ! Помню, как меня попросили подменить заболевшего преподавателя, и я читал лекцию группе, которая учится на факультете прикладной математики и информатики. В группе 80% студентов имели проблемы с речью, и когда я задавал им свои вопросы, то сильно раздражался из-за того, что я не понимал их слов, языка. У меня не было полноценной обратной связи. Как я тогда считал, уменьшается темп проведения лекции, и я не все им могу донести по данной теме. Но все же выход был найден: студентка, которая относительно хорошо говорила и понимала речь своих однокурсников, выступила в роли переводчика. Да, ушло гораздо больше времени на перевод, лекцию не всю прочитал, но раздражение ушло!

Как я уже упоминал выше, главной установкой инклюзивного вуза является то, что отношение к студентам-ин-

валидам должно быть таким же, как и к здоровым ребятам. Осуществлять в реальной практике не у многих преподавателей получается, так как в таких случаях срабатывает психотип самого преподавателя, его внутренний мир, его отношение к жизни.

«Цепляют» ли преподаватели на себя страхи, боль, непонимание, раздражение, зависть, обиды и т.д. от своих студентов-инвалидов? Могу утвердительно сказать, что, да, цепляют! Происходит сильное эмоциональное выгорание. Поэтому надо уметь «чиститься» при такой работе. Не зря же при работе со студентами-инвалидами преподавателю доплачивают 20 % к окладу! Доплаты доплатами, но, главное, необходимо уметь «работать» с собой!

Много ли «случайных» людей работает в таких вузах? Да, много, но они либо сразу уходят (это лучший вариант для человека), либо они безразличны как к себе, так и к студентам. Что получается «на выходе», объяснять особо не надо: преподаватель внутренне разрушает себя, начинает болеть, а студенты остаются без знаний или с установками о том, что они никому не нужны!

В инклюзивном вузе обязательно должны работать практические психологи, причем как для студентов, так и для преподавателей! Но этот постулат работает там, на Западе, но не в России, из-за банальной экономии средств и непонимания роли психологов вообще. Зачастую отношение общества к психологам и психологической помощи весьма и весьма пренебрежительное [5].

В инклюзивных вузах обязательно должны быть курсы, тренинги, лекции, называйте как угодно, для преподавателей, чтобы они знали и владели нюансами при работе с инвалидами. Независимо от факультета, от преподаваемой дисциплины, любой преподаватель такого вуза должен

знать простые, первоначальные характеристики психосоматического характера болезни своих подопечных, для кого они работают. Преподаватель обязан знать основные особенности психологии студента-инвалида.

Много ли у нас таких обучающих курсов или подготовленных преподавателей для инклюзивного обучения? Вопрос риторический и без ответа!

РЕКОМЕНДАЦИИ

В названии статьи стоит выразительное словосочетание «штамповать психологов». Похоже, что в настоящее время психологов становится уже больше, чем самих пациентов. Что же плохого в том, что сегодня психологов так много? Ответ: Здорово, что психологов стало много, по крайней мере, психологические знания широко распространяются в обществе, и это неизбежно способствует росту авторитета Психологии, затуханию почти панического недоверия к ней, просвещению населения. Но, самое главное, надо осознать, что психология — наука прикладная, и ее надо использовать в первую очередь для себя любимой/любимого. Психология также должна быть приложена к основной работе, например, вы — риелтор, и вам знания по психологии очень пригодятся для получения конечного результата — прибыли. А если Вы директор крупной компании или учебного заведения, то знание психологии, диплом по психологии — это то, что сегодня необходимо любому здравомыслящему и умному человеку!

Поэтому моя рекомендация для студентов-психологов: хотите вы этого или нет, помимо диплома по психологии, надо думать о том, чем реально зарабатывать деньги, а это уже другие знания, другие профессии.

Чем больше будет психологов-инвалидов, тем лучше будет для них самих и для общества в целом. Ведь в процессе учебы, у многих из них идет огромная внутренняя работа, причем идет неосознанно. Студенты-инвалиды прорабатывают свои страхи, неуверенность, тревоги, учатся адаптироваться к реальной жизни и т.д.

В инклюзивном вузе основной действующей силой выступают студенты-инвалиды, здоровые студенты и преподаватели. Я не затрагиваю весь остальной «обслуживающий» персонал (учебная часть, бухгалтерия, столовая, ректорат, библиотека, медпункт и т.д.), от которых в немалой степени также зависит весь учебный и организационный процесс.

Поэтому предлагаю свои общие рекомендации основной группе людей:

Студентам-инвалидам:

- научиться выстраивать отношения со своими сверстниками (инвалидами и здоровыми);
- четко выражать свои мысли, свои желания и стараться следовать им;
- не бояться делать ошибки, главное их осознавать;
- не стесняться говорить и отстаивать свою позицию;
- найти свою половину, «своего» человека;
- определиться и подготовиться в отношении своей будущей работы.

Студентам-НЕинвалидам:

- научиться анализировать свои страхи, отличать свои страхи от привнесённых извне;
- отличать реальные страхи от нереальных;
- научиться «чистить» себя от негативной чужой энергии;

- научиться понимать своё постоянно изменяющееся внутреннее состояние, почему комфорт быстро переходит в дискомфорт;
- быть терпимыми и терпеливыми;
- научиться сопереживать;
- помогать своим сокурсникам, независимо от их физического состояния;
- уметь слушать и слышать;
- активно участвовать в жизни вуза, группы;
- осознанно и корректно выражать свои мысли в отношении того, что вы не принимаете и того, что вам не нравится.

Преподавателям:

- постоянно задавать себе вопрос: «Зачем и для чего я здесь нахожусь?»;
- сопереживать себе и своим студентам;
- проходить супервизию;
- научиться «чиститься» (классическая музыка, церковь, прогулки на природе, осознанный анализ своих мыслей и поступков, чтение духовной литературы и т.д.);
- знать основные психосоматические характеристики болезней своих студентов.

* * *

Знать математические законы, знать зоопсихологию, знать историю, выучить иностранные языки, развивать свое тело физическими упражнениями — да, наверное, все это важно и необходимо всем, кто посвятил себя инклюзивному обучению и образованию, и особенно — студентам-инвалидам!

Но самое важное — это научить студентов выстраивать межличностные отношения между собой, между взрослыми людьми. Научить строить отношения между мужчиной и женщиной! Научить практике выживания в этом непростом и несправедливом мире! Научить жить! — Вот то главное, что должно быть в инклюзивном вузе и то, что должны унести с собой в этот мир, в свою жизнь наши дети после окончания учебы!

Список литературы:

1. Лиз Бурбо «Твое тело говорит: люби себя. Самая полная книга по метафизике болезней и недугов» — М.: Издательский дом «София», 2004 — 336 с.


2. Ньютон Майкл «Путешествия Души. Изучение жизни после жизни». — СПб.: Будущее Земли, 2009. — 328 с.

3. Саркисян Л.А., Латышева Т.Х., Белозеров Э.К. и др. «Лечебная педагогика» — Московский институт — интернат для инвалидов с нарушением опорно-двигательной системы, 2000.

4. Саяпин Е.В. «Как общаться в соцсетях. Психология для НЕпсихологов» — М.: — Древлехранилище, 2017 — 302 с.

5. Саяпин Е.В. «Зарисовки о психологах: изнутри и снаружи?!» — Профессиональная Психотерапевтическая Газета, №5 (208), Май 2020 — с. 14-19.

6. Юнг Карл Густав «Психология бессознательного» / Пер. с англ. — М.: «Когито-Центр», 2006. — 352 с. (Классики психологии)



ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА
ОБЪЕДИНЕНИЕ НОВОГО ТИПА ПРОФЕССИОНАЛОВ ПСИХОТЕРАПИИ, ПРАКТИЧЕСКОЙ И КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ

+7 (495) 675-15-63
+7 (963) 750-51-08
+7 (985) 383-98-07

center@oppl.ru

Главная / Издания ППЛ / Интернет-версия Профессиональной психотерапевтической газеты / ППГ 2021 год / Выпуск 3 / Е.В. Саяпин. Психоанализ одной «полубеременной» консультации.

Е.В. Саяпин. Психоанализ одной «полубеременной» консультации.

Рубрика «Статья номера»

Психоанализ одной «полубеременной» консультации

Саяпин Е.В., к.т.н., практический психолог. Больница Центросоюза РФ (г. Москва).

E-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru, сайт: www.menconsulting.ru

«Не чешите там, где не чешется»
Ирвин Ялом

12 лет я работаю практическим психологом в Больнице Центросоюза РФ. Много лет работа психолога мне очень нравилась, так как я черпал в ней массу полезной для себя информации и практических знаний! Но главное в моей работе то, что я реально помогаю людям и вижу результаты своего труда!

Знания я публиковал в центральной печати и в своих книгах, выкладывал в социальных сетях, — этим я реализовывался как человек, как мужчина, как специалист и профессионал.

Но, как пишут великие психологи старой формации, любой специалист со временем начинает выгорать, и у него появляется апатия к своему некогда любимому занятию.

Что делать в таких случаях?

Как пишут все те же великие психологи, надо проходить супервизию [1], т.е., другими словами, психологу необходимо ходить к другому психологу и рассказывать о своей жизни, о своих чаяниях и проблемах! Высказываясь, я вроде как очищаю свой внутренний сосуд, чтобы потом его снова заполнять проблемами клиентов?! Парадокс, не правда ли?

Да, я прекрасно осознаю и знаю, что это надо делать, прежде всего для своего психического здоровья, но какая-то сущность внутри меня шепчет: «да ну его на хрен, сами справимся!». Хотя, есть и огромная надежда, что, высказывая свои мысли в форме статьи, я как раз себе помогаю?!

Начну сначала:

На протяжении многих лет я периодически, два-три раза в неделю, хожу в Измайловский парк на двухчасовую прогулку. Благо, что живу неподалеку. У меня нет определенного маршрута, и я часто меняю «свои» тропинки. Иду размеренным шагом, особо не загоняя себя. Гуляя, много думаю, иногда проговариваю что-то вслух, и мой мозг всегда усиленно работает.

Мысли бегут! Иногда «умные» мысли застревают в мозгу — и я в этом случае пишу статьи и даже книги! Всегда считал, что это своего рода для меня супервизия! Ведь кто может тебя так внимательно слушать и «заводить» в сложные жизненные ситуации или тупики? Правильно, только ты сам, а вернее твой мозг!

На моем маршруте есть спортивная площадка для всех желающих, у кого нет лишних финансовых средств для

комфортного занятия спортом или желания ходить в фитнес-залы. На площадке множество самодельных и профессиональных спортивных снарядов, а в близлежащем пруду есть даже прорубь для «моржей».

Да и чего греха таить, занимаясь на свежем воздухе, ты намного сильнее связан с энергией леса, с энергией земли. Молодые люди приходят, занимаются и идут дальше. Людей в возрасте тут больше, чем молодых, им, помимо физкультуры, необходимо еще общение! Поэтому там есть «мини-зал» для домино, шахмат и простых посиделок! Внутреннее одиночество заставляет многих искать формы выражения слов и мыслей!

Двадцать лет я проходил мимо этой площадки и всегда с уважением думал о людях, которые там занимаются. Странно, но у меня никогда не было мысли самому там начать качать мышцы.

Но у меня подрастает младший сын (14 лет), которому уже стало важно состояние тела, так как он начал думать о противоположном поле. Современные дети — «компьютерные» дети, у них зачастую имеются проблемы с задом и животом от постоянного сидения в Интернете и малой физической активности.

Месяц назад сын загорелся мыслью «качать тушку», и я предложил для начала ходить со мной на пруд к спортивной площадке. Сказано — сделано! Раз пять честно мы отходили, но потом подросток «сломался», мотивируя тем, что всем этим можно заниматься во дворе дома. В первый раз, когда пришли на площадку, мы тупо стали смотреть на снаряды, не зная к чему приступить! Тогда я подошел к мужчине (назову его Петром, ~ 70 лет), и тот спокойно и обстоятельно показал нам, как пользоваться снарядами. Разговорившись, я сказал ему, что хожу в лес для получе-

ния энергии и снятия с себя негатива, так как работаю психологом в больнице. Также сказал, что если ему интересно, могу дать почитать журнал со своими публикациями по психосоматике. Он выразил интерес, и через неделю я принес ему журнал, договорившись, что когда прочитает — тогда и отдаст.

Десять дней назад ко мне на площадке подошел Василий Степанович, 75 лет (далее В.С.), имя измененное, равно как и у всех упоминаемых лиц. Он спросил меня, не тот ли я психолог, который дал почитать журнал Петру? Я ответил утвердительно, и он сразу же начал расспрашивать, где и кем я работаю. Он не представился, не спросил моего имени, а только начал говорить о «своем»! Мы с ним медленно (так как у него проблемы с ногами) пошли к выходу из парка. Да, косвенно я знал его со слов Петра — тот сказал, что на площадку ходит заниматься именитый ученый, профессор!

Всё, это моя первая реперная точка! Я всегда априори считал (какой наивный!) людей науки, особенно со степенью и званием, неординарными. Странно, ведь я сам окончил целевую очную аспирантуру, а до сих пор верю в эти сказки. Но сработала та далекая установка из моего детства на Дальнем Востоке: «ученые — интеллигентные люди»! Отчасти, конечно, это так, но только отчасти!

Надо признать, В.С. не просил меня его проконсультировать, но я по привычке «включил» психолога. Пока мы шли, я практически все основное «вытащил» из В.С.: родился на Украине, в многодетной семье, где он был последним ребенком. Естественно, что в детстве часто испытывал ревность к старшим братьям и сестрам. Женат, двое взрослых детей и внуки. По образованию биолог, доктор наук, работал всю жизнь преподавателем на кафедре в медицин-

ском институте. В 90-е годы пытался заняться бизнесом, но не сложилось.

Интересно, что в разговоре мы нашли общих знакомых. В лихие 90-е я работал заведующим лабораторией «Хирургические инструменты» во ВНИИИМТ. В те трудные годы все зарабатывали как могли. Так вот, мой бывший начальник отдела отвечал за «продажу» ученых регалий: тогда можно было за 200 баксов купить звание академика. Хотя это и было как бы легально, якобы под эгидой Минздрава, но мы, сотрудники института, понимали, что это туфта. Честно скажу, что у меня тогда тоже были мысли приобрести «корочку» академика, тем более что это все лежало перед носом и стоило недорого, но я чувствовал, что это очередная афера, которая «не прокатит» в будущем. Так что, слава богу, у меня нет купленного удостоверения академика!

Парадокс в том, что мы с В.С. оказались в синхронной ситуации [4]: покупка звания академика, знакомые фамилии, одно и то же время покупки им звания академика и моей работы в институте... Правда, я не спросил, смог ли он воспользоваться этим бонусом.

Меня поразила его фраза о том, что последние 15 лет он только и делал, что воевал со своим зав. кафедрой, который на 10 лет был его старше. Более того, не знает (или не хочет знать), жив ли еще этот человек. Полгода назад В.С. «ушли» на пенсию, и в его голосе стоит обида. В принципе, его жизнь практически такая же, как у многих советских людей: ни лучше, ни хуже.

Еще одна его фраза меня затронула: дочь (35 лет), не замужем, детей нет, и он от этого страдает! Конечно, я как психолог опять «включился». Известно, что генетика дочерей — это прежде всего генетика их отцов, отцовского рода. В данном случае присутствовала непролазная тьма: В.С.

ничего не знает о личной жизни дочери, встречается ли она с кем, были ли гадкие отношения с мужчинами, аборт и т.д. Когда я стал спрашивать его об этом, он смотрел на меня как на космонавта! А в конце диалога сказал: «Вы мне должны дать рекомендации». Я резко ответил, что ничего не должен, если он сам не попросит. Мужчина сразу съезжился и замолчал.

Что я мог ему порекомендовать? На прощание я ему все же посоветовал чаще звонить дочери и говорить, что он ею гордится, что любит, что она ему нужна; рассказать свое видение: зачем мужчине нужна женщина. Опять — взгляд на меня как на сотрудника космической корпорации! Более того, не прозвучало элементарного «спасибо»!

Вот и всё, в общем! Ну пообщались два взрослых человека, поговорили об общих знакомых и о конкретной ситуации с детьми.

По работе в больнице могу сказать, что иногда проконсультируешь пациента — вроде расстались хорошо, обсудили рекомендации и даже согласились, но на следующий день человек тебя начинает избегать или демонстративно прятаться. Пациенту после психоанализа часто становится стыдно за все то, что он рассказал незнакомому человеку!

Через пару дней, я окрыленный (так как в пространство была запущена мысль помочь человеку, который не просил меня об этом), я прихожу на спортивную площадку и спрашиваю В.С. про ноги, чтобы дать свое видение с позиции психосоматики. Он мне сквозь зубы начинает хамить: «А вы кто? Вы врач?» Я отвечаю, что работаю психологом в клинике и об этом уже говорил! Он отворачивается и махает рукой в безнадее. Я ему: «Прошу прощения, что полез куда не просили. Ведь меня сейчас не просили давать советы и рекомендации!»

Еще пару раз я видел его на площадке, здоровался с ним, правда уже без подачи руки. Он что-то бормотал, и я всегда чувствовал, что в пространстве стоит ненависть, агрессия, неприятие. Но я знал (мозгами), что не закончил с ним психоанализ (о котором меня никто не просил), и как баран пытался завершить дело. Это надо было, прежде всего, мне самому! Более того (кто знает и помнит?), я же написал книгу «Как устранить недосказанность» [3], где дал свои рекомендации в этом направлении! Ага, сейчас и потом также?!

Сегодня я иду на площадку в боевом расположении духа, хочу попросить мужика уделить мне две минуты, чтобы закрыть наши «полубеременные» отношения! В моей голове только один вопрос: какая Рекомендация, какой Вопрос, какая моя Фраза ввела его в ненависть и неприятие? Мне не хотелось расставаться с человеком на этой ноте.

На площадке В.С. уже не было, и я, решив отложить разговор на завтра, пошел домой. По дороге встретил его и, обгоняя, поздоровался. На этот раз я от «культурного» и «интеллигентного» доктора наук услышал «оть ... бись» от меня! Ни здрасте, ни до свидания, а сразу туда, в детородный орган!

Если бы я «не включил» психолога, то наверное спокойно прошел бы дальше, не трогая этот оголенный кусок боли! Но мне надо было вытащить из него реперные фразы-ответы на свой вопрос и в завершение сказать, что общения больше не будет и он может не переживать относительно конфиденциальности. Я попросил у него только две минуты времени.

Что я услышал? Что я МОШЕННИК, так как клинический психолог каждый день ходит на работу, сидит в кабинете и принимает больных, имеет медицинское образова-

ние, не шляется по лесу и не увлекает в свои гадкие сети одиноких стариков! Слово мошенник он произнес много-много раз. Я пытался сказать ему, что в данный момент у него есть классный шанс — «вытащить» из себя всю ненависть на меня, вспоминая заодно свои невысказанные отношения с зав. кафедрой. Но В.С. меня не слышал, истерил. Мое «домогательство» продолжалось минут 20. Я пытался обратиться к его разуму. Пытаясь донести свои мысли, я не учел то, что он слышал только «своё», за которое я уже не отвечаю. Так я еще никого никогда в жизни не «консультировал» и не доставал! Мне нужен был ответ любой ценой! Главное, я не услышал, чем мог его обидеть в нашу первую встречу! Постоянная мантра: «Ты не клинический психолог, а мошенник!»... Я видел перед собой зомби.

Только сейчас, прописывая эту ситуацию, я осознал в чем дело! **ВЕДЬ Я МНОГО РАЗ ГОВОРИЛ И ГОВОРЮ СВОИМ КЛИЕНТАМ, ЧТО ОСКОРБЛЕНИЕ, НАПРАВЛЕННОЕ В ТВОЮ СТОРОНУ, — ЭТО КАК ЗЕРКАЛО.** Это подсказка! Почему я это забыл?

Предложу две версии своего психоанализа:

1. До меня дошло, что то «левое» купленное звание академика, свидетельство за 200 «зеленых», не дает мужику покоя. А тут появился случайный свидетель, какой-то психолог, который сразу выложил все фамилии, задействованных в той афере. Появился человек, который знает реальную цену этому академику. Для многих ученых научная слава, степени и т.д. — смысл жизни, а какой-то «НЕклинический» психолог может все это разоблачить, особенно на спортплощадке?! И дело тут не в его дочери, не в отношении к женщинам, не в обидах на жизнь и на бессмысленную «войну» с коллегами и т.д., а в обычном СТРАХЕ, что кто-то узнает правду. Он постоянно орал, что я мошен-

ник! Поверните его слова наоборот, и получается мошенник — это тот, который больше всех об этом кричит.

2. Можно допустить еще одну стандартно-житейскую версию. Пожилой мужчина 75 лет, имеет проблемы со здоровьем, инстинктивно чувствует, что надо держаться своих близких и родных (что будет завтра — неизвестно). В молодости нашустрил: о его «боевых» подвигах многие знают или догадываются, он хочет понравиться своим жене и дочери, поэтому дома искренне рассказал про общение с психологом. А его родные в один голос закричали: «Батя, ты куда втюхался? Ведь это же мошенник, и тебя конкретно разводят на деньги!».

Какая версия Вам ближе?

* * *

Вот собственно и все! Эту статью я выложил у себя на странице в социальной сети Facebook и с вопросом о реальности версий обратился к своим друзьям и подписчикам. Статья получилась длинной, что не всегда приветствуется в соцсети (из песни слов не выкинешь). Я не предполагал, что многие люди прочитают мой пост до конца и примут участие в обсуждениях, но дискуссия получилась продуктивной. Приведу выборочные комментарии. При желании вы всегда можете зайти ко мне на страницу, прочитать и даже высказать свое мнение относительно обсуждаемой темы.

Из обсуждения (орфография и пунктуация авторов сохранена. — Прим. ред.):

Олеся: Первое, первое. Так в итоге деда до инфаркта можно довести)))... А почему Вы-то к нему такой интерес проявили? Тоже можно подумать.

Наталья: Думаю, первое предположение. Вообще желание помочь неискоренимо. Понять себя и сделать выводы, конечно важный посыл. Но, Ваша настойчивость напугала старика, и страх что Вы «мошенник» и можете воспользоваться тем, что поняли, заставил старика отбиваться.

Владимир: Вариантов может быть великое множество. Так ведь бывает, что человек просто устаёт от общения с другим человеком. Варианты: 1 — бывает так, что человек развивал всю жизнь мертворождённую идею. Развивал свято, истово. Убеждал в своей правоте других. Получал настоящие дипломы и звания, а под конец понял, что допустил ошибку в начале, «софизм». И вся его теория полетела. А звания уже есть. И это тяжелее покупки. 2 — Кого-то из его коллег попытались уличить при помощи диссернета, или уличили. Как такие варианты?

Леонид: Женя, в этой ситуации возможны оба варианта! Но возможен и третий. Мне как-то одна умная женщина сказала, что очень трудно жить со стареющим суперменом. Когда сильный, умный и красивый человек начинает слабеть от возрастных болячек и болезней, у него заметно портится характер. Он становится эгоистичным, властным, раздражительным, слушающим только себя и пр. Может быть этот старик (хотя он почти мой ровесник) и есть тот случай! Кстати, Женя, как он выглядит: рост, комплекция, лицо, голос, одежда и пр.? ...Но меня интересует вопрос, почему он тебя несколько раз обозвал мошенником? Ты же не давал для этого никаких поводов и ничего у него не просил? Мошенничество — это хищение чужого имущества или приобретение права на чужое имущество путём обмана или злоупотребления доверием.

Любовь: Евгений, с удовольствием прочла ваш пост. Пока читала вспомнила недавно просмотренный сериал «Псих» про

психолога, в главной роли с Константином Богомоловым. Потом начала думать про свою новую пожилую соседку (мы недавно переехали в новую квартиру) и в принципе про пожилых людей... Еще не дочитав до вашего вопроса, сначала я предположила второй вариант. А теперь полагаю, что и первый имеет место быть, и другие причины возможны. Понятно, что мужчина хотел воспользоваться такой удачей — встречей с психологом и надеялся быстренько получить ответы на свои вопросы. Вам же не трудно, вы же психолог)) У нас это частая ситуация, касающаяся людей разных профессий (юристов, риелторов и т.д.). Но, вы ему ответили, что НИЧЕГО ЕМУ НЕ ДОЛЖНЫ. Эта фраза могла прозвучать для него грубо и он идентифицировал вас как «плохого человека». Потом уже мог накрутить в голове остальное, какая от вас может исходить опасность...

Светлана: Люблю лес за то, что там можно не думать. Почему вы не даёте себе отдыхать? Работаете, загоняя себя в угол. От чего бежим? Про В.С. сложно сказать, что у него в голове, но когда он попросил помощи (это же защита — вы мне должны дать рекомендации), вы его остановили. Человек просто закрылся и решил, что именно вы ему не сможете помочь. Почему вас это задело? Здесь есть о чем подумать. Что хорошего дала вам эта встреча? — тему для обсуждения: — возможность задуматься о своих проблемах; — подумать о том что даёт мне роль спасателя? (это про вторичные выгоды) (можно записать в 2 колонки и напротив каждого пункта — как ещё я могу это получить?); — ...Можете продолжить...

Юлия: 2-е. Как правило человек отвечает агрессией (форма неприятия может выражаться по-разному, но однозначно носит характер прекращения общения) в случае затрагивания болевых моментов. Человек может и не осознавать, насколько этот момент для него носит фундаментальный характер,

у него может возникнуть страх, ведь если поколебать определённое восприятие себя или то на чём основывается его восприятие другими то, что он выстраивал многими годами (а ведь это та жизнь которая у него сейчас есть) тогда возникнет очень много вопросов к себе и к его жизни. Здесь не о том плохой он или хороший, не о том, как он поступал (идеальных нет), а о страхе. Но не о страхе, что кто-то просто узнает. Ну плохо я поступила когда-то, ну и что? Если я честна с собой, если я в отношениях с людьми такая какая я есть то этим людям будет всё равно и моя жизнь не изменится от признания факта моего поступка, но даже допустим что кто-то из моих бывших коллег или друзей не захочет со мной общаться ну и? А вот если этот поступок делал его значимым для себя и благодаря которому он показывал свою значимость другим тогда... И что он будет делать со своей жизнью? Весь его мир на какой то момент должен будет рухнуть. Всё что он создавал может оказаться иллюзией, за которой он прячется. Да ещё и его обиды. Согласна с вами и в том, что дело не в семье. Семья всё знала. Будь вы светилом мировой психологии и предложив ему бесплатные консультации, он и тогда среагировал бы также.

Светлана: 1-е + м.б. и 2-е (кто-то подсказал мотивы психолога или сам до этого додумался)). Видимо, он и академиком «стал» благодаря «сильно хитрой» женщине. Не все покалеченные люди достойны, быть твоими клиентами.

Настя: О, Вы просто растеребили «похороненные и молчащие» струны его души! Человек обиженный ещё с детства, имеющий ревность и зависть к людям «выше по званию»! Возможно! всю жизнь борющийся за место под солнцем, пытаюсь всем показать и доказать вот он Я, Я есть. А у него ничего не получилось. Как показывают мои наблюдения, такие люди в какой-то момент своей жизни начинают считать, что все

им должны. И тут Вы... Узнав о Вас, он нарисовал в своей голове картинку, что Вы дадите ему «волшебную таблетку», которая решит хотя-бы последнюю проблему в его жизни, это рождение внуков, чтоб здесь уж перестать страдать! С этой целью он к Вам первый подошел и прямо об этом сказал, что «Вы должны дать рекомендации». И придуманный им в голове пазлик рухнул, Вы оказались не волшебником, а «мошенником». Сам он, скорее всего!, ничего и никого не хотел понимать, только и делал, что боролся сначала со СТАРШИМИ братьями и сёстрами, потом со своими начальниками. И никакие купленные им регалии, не помогли ему стать «выше» и счастливее. И об этом Вы ему напомнили, что «Вы ему ничего не должны». Вы его осадили, и в его понимании это выглядело, не дали возможность «взлететь», напомнив ему, что не забывай ты как родился «последний» и уже никогда не будешь «первый». Его тело дало подсказку, он съезжился и замолчал, так как он знал, что это правда. Он увидел в Вас того «первого» с которым всю жизнь он борется, Вы же рассказали ему, что были заведующим. И Вы, весь такой свободный и независимый, гуляете по парку, а не сидите в душном кабинете, как будто с его стороны это было завистью, что у него так не получилось. Он хотел выиграть свою придуманную, невидимую другими «войну», стать первым, стать победителем. А на войне, как известно, все средства хороши! Выбрал он самые простые и быстрые — «купить первенство», «выклянчить «волшебную таблетку» — рекомендации. Он проиграл, так как ничего своим плодотворным и кропотливым трудом толком и не сделал, скорее всего, не было сил, все силы уходили на борьбу. И с дочерью поговорить, это ж надо напрямься! Поэтому он и смотрел на Вас, как на космонавта. И не сказал спасибо потому, что Вы дали ему не те рекомендации, которые он хотел услышать!

Юлия: Первое! И по ходу мне кое-что пора изменить в своей семейной жизни.... Это про первый фактор... обычно если у человека рыльце в пушку, он начинает в агрессивной форме перекладывать вину на другого человека, при чем точно описывая события которые, но транслируя их на тебя... все в той же агрессивной форме ... так вот читая Вас, меня тут осенило ... в отношении мужа.

* * *

Сколько людей, столько и мнений — и это хорошо видно из комментариев. В жизни всегда есть «золотая середина», и было бы классно знать, где она находится. К огромному сожалению, а может быть, и к счастью, не все люди даже догадываются о ней. Это должен знать, чувствовать, ощущать только сам человек, при условии, что он изучает свою жизнь! Много Вы таких встречали?

По традиции я представлю свои рекомендации и выводы, которые больше направлены в сторону коллег-психологов. Хотя, как показала обсуждаемая тема, многим профессиям (врачи, риелторы, юристы, адвокаты и т.д.), которые связаны напрямую работой с людьми, также будет не лишним с ними ознакомиться:

1. Психолог обязан знать мудрость жизни: «Я отвечаю за то, что говорю, но я не отвечаю за то, что Вы слышите!»

2. Учитесь «отключать» свою профессию в повседневной жизни!

3. Помните, что многие не понимают и не знают, чем занимаются психологи! Для некоторых людей, особенно пожилых, психолог рождает животный страх — что, если он придет и скажет, что жизнь прошла бездарно и многие желания ты не реализовал?!

4. Проанализируйте фразу М.А. Булгакова «Никогда не разговаривайте с неизвестными!»

5. Не пытайтесь «влезть» в мозги чужого человека, так как многие из нас не знают о работе даже своего головного мозга.

6. По возможности проходите супервизию у специалистов.

7. Примите, что способ выражения своих мыслей в форме письма (статьи, дневник и т.д.) также является хорошей практикой внутреннего очищения себя от негатива.

8. Не забывайте фразу из Евангелие: «Не мечите бисер перед свиньями, а то они попрут его ногами и обратятся против Вас» [2].

9. Никто не отменял закон жизни: «Не просят — не лезь!» Помогать надо только тем людям, которые действительно этого хотят и которые сами просят о помощи!

Список литературы:

1. Дж. Винер, Р. Майзен, Дж. Дакхэм Супервизия супервизора: Практика в поиске теории/ — М.: Когито-Центр, 2006. — 352 с. (Юнгианская психология).

2. Кузнецова В.Н. Евангелие от Матфея. Комментарий. — М.: Общедоступный Православный Университет, основанный протоиереем Александром Менем, 2002. — 568 с.

3. Саяпин Е.В. Как устранить недосказанность. — М.: Бослен, 2009. — 272 с.

4. Чемпион Курт Тойч. Наследственные модели поведения, препятствующие достижению успеха. — М.: Когито — Центр, МИЦЧ «СанРэй», 2010. — 208 с. (Золотая серия).

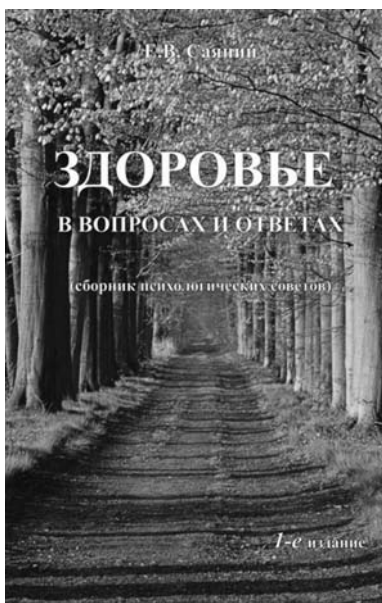
СОДЕРЖАНИЕ

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО АВТОРА.....	3
АЛКОГОЛИЗМ. БОЛЕЗНЬ ДУШИ И МЫСЛЕЙ.....	5
ОГОРОДНАЯ ИСТОРИЯ, ИЛИ СИНХРОНИСТИЧНОСТЬ ЖИЗНИ	27
КАК ОПРЕДЕЛИТЬ ГРАНЬ МЕЖДУ ОСОЗНАННЫМ И НЕОСОЗНАННЫМ СЕКСОМ.....	53
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ИЗНАСИЛОВАНИЕ МУЖЧИНЫ, ИЛИ ПОЧЕМУ У ОДНИХ РОЖДАЮТСЯ ДЕВОЧКИ, А У ДРУГИХ МАЛЬЧИКИ?!	77
СТОИТ ЛИ ИСКАТЬ «СВОЕГО» ЧЕЛОВЕКА В БРАЧНЫХ КОНТОРАХ?!.....	87
ОБЩЕНИЕ В СОЦСЕТЯХ: УСТРАНИТ ОДИНОЧЕСТВО, РЕШИТ ЖИЗНЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ИЛИ ЗАВЕДЕТ В ТУПИК?!.....	96
ЗАРИСОВКИ О ПСИХОЛОГАХ: ИЗНУТРИ И СНАРУЖИ?!	114
ЛЕЧЕБНАЯ ПЕДАГОГИКА ИЛИ ЗАЧЕМ «ШТАМПУЮТ» ПСИХОЛОГОВ?!.....	138
ПСИХОАНАЛИЗ ОДНОЙ «ПОЛУБЕРЕМЕННОЙ» КОНСУЛЬТАЦИИ	162

Типография ОЭТО Росархива представляет книги:

Евгений Саяпин.

**Здоровье в вопросах и ответах
(сборник психологических советов), 1-е издание**



В данном сборнике отражены результаты многолетнего труда психолога Саяпина Е.В. в стенах московской клиники и выводы из его частной практики. Представлены все его статьи, опубликованные в журнале «Здоровье в доме» за 2010-2012 годах. Темы публикаций не связаны явным образом между собой, каждая статья имеет законченный смысл и свои выводы. Читатель увидит, что все материалы объединяет общая нить — психологическое здоровье. Во многом от того, как

мы формируем свои мысли, как ведем себя в повседневности, зависит появление или не появление в нашей жизни того или иного заболевания. Болезни на ровном месте не возникают. Особенно ценно, что автор дает практические рекомендации относительно заявленных тем, подкрепляя их реальными жизненными историями.

Здоровье в вопросах и ответах, 2-е издание



В представленном читателю издании в краткой и доступной форме рассматриваются психосоматические причины наиболее распространенных проблем со здоровьем и даются рекомендации по их решению на основе многолетних исследований автора, практического психолога, которые он проводил не только в стенах московской клиники, но и за ее пределами. Автор использует материалы своих статей, опубликованных в Издательском Доме «Собеседник», за 2013-2017 гг. Статьи написаны на самые разнообразные темы и каждая содержит свои выводы. Однако вдумчивый читатель увидит, что все материалы объединяет общая идея – психологическое здоровье. Во многом,

от того, как мы формируем свои мысли, как ведем себя в повседневности, зависит, появится ли или нет в нашей жизни то, или иное заболевание. Таким образом, основная цель сборника: помочь каждому человеку найти свой, индивидуальный подход к важнейшим вопросам, связанным с главной ценностью в нашей жизни – здоровьем.

- Как защититься от болезней?
- Надо ли бояться смерти?
- Почему опасны обиды, страхи, привязки и пристрастия?
- Как и у кого просить для себя ребенка?
- ЭКО – последний шанс, или неверие в свои силы?
- Как простить своих родителей, и надо ли это делать?
- Как победить свою депрессию и справиться с паническими атаками?
- Сколько женщин нужно мужчине?
- Как перестать «пускать соплю» и вылечить насморк?!
- Почему лучше общаться с противоположным полом по-доброму, чем вступать с ним в войну?
- Где брать силы, дополнительную энергию, чтобы жить полноценной жизнью?

Научно-популярное издание

Саяпин Евгений Владимирович

ПСИХОЛОГИЯ СБОРНИК СТАТЕЙ

(из изданий Общероссийской Профессиональной
Психотерапевтической Лиги)

Редактор сборника
Карина Кобецкая

Верстка
Мария Моисеева

Обложка
Владимир Саяпин

Подписано в печать 28.06.2021.

Бумага офсетная. Формат 60х90 1/16.

Усл.-печ. л. — 180. Печ л. — 11,25.

Заказ № 53. Тираж 100 экз.

Отпечатано в соответствии с предоставленными материалами
с готовых файлов заказчика в типографии ОЭТО Росархива
119435 Москва, ул. Б. Пироговская, 17.

С более полной информацией
по затронутым в этой книге темам можно ознакомиться
у специалистов «Онлайн-школа психолога Евгения Саяпина»
(www.menconsulting.ru)

Телефон: +7 (926) 346-90-24
e-mail: sayapin_evgeniy@mail.ru
skype: sayapin1960