

ДУШЕВНОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА – ДУХОВНОЕ ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ

**Материалы V Всероссийской
научно-практической конференции
по психотерапии
и клинической психологии**

18–22 июня 2002 г.



**Издательство Института Психотерапии
Москва
2002**

формировался в работу, в которой эмоциональное состояние, переживания человека вышли на первый план.

Сама по себе работа, сеанс розен-метода состоит в том, что клиент ложится на массажный стол, работающий — розен-практик — определенным образом водит руками по телу клиента, параллельно осуществляется вербальный контакт, который может состоять и из нескольких слов и из довольно долгого разговора. Эффектом его может быть облегчение мышечного напряжения, изменения телесных ощущений, образа тела, облегчение движений, избавление от физического дискомфорта. Наряду с этим происходят изменения и в сфере психики. Может происходить эмоциональное расслабление, или же наоборот, напряженное обращение к пережитым или переживаемым эмоциям, осознание их и катарсическое облегчение.

За счет чего достигается этот психотерапевтический эффект именно в этом методе? В первую очередь, работая с мышечными зажимами, исследуя реакцию мышц и дыхания на прикосновение и слова, розен-практик обращается к бессознательному своего клиента, к тому, какие переживания держат мышцы в состоянии напряжения. Во-вторых, создается особая атмосфера безопасности и поддержки, в которой человек может обратиться к своим чувствам, встретиться в них. В розен-методе эта атмосфера возникает за счет мягкости и недирективности воздействия. Клиенту не дается никаких заданий, он ничего не должен делать, следовательно, необходимость контролировать себя, свои действия уменьшается. Он не должен проводить какую-то специальную работу с имеющимися неприятными симптомами или тягостными переживаниями. Розен-практик может подвести его к значимым переживаниям, значимому эмоциональному опыту и поддержать его на этом пути, но «войти» в этот опыт, эти переживания — это выбор клиента, чаще всего — его бессознательного. Соответственно уменьшается необходимость усиливать защитные механизмы и становится легче подойти к самому себе.

Сама Мэрион Розен так говорит о розен-методе — он «позволяет нам перейти от того, кем мы думаем, мы являемся, к тому, кто мы есть на самом деле».

Компоненты музыкальной речи в ракурсе индивидуальной и групповой психокоррекции

Карасева М. В. (Москва)

Музыка как процессуальное искусство по смысловой направленности близко соотносится с пространственно-временным искусством психотерапевтической сессии, поскольку оба они являются некоторой *архетипической формой*, внутри которой может быть заключено метафорическое решение задачи по изменению психологического состояния.

В настоящем докладе излагается авторская концепция музыкальной психокоррекции, базирующаяся на выявлении системных аналогий между основными компонентами музыкального языка и базовыми приемами психотерапевтических техник (в том числе НЛП). В качестве базового принято положение о том, что творчество композитора и его продукт, музыкальное произведение, можно рассматривать как *проекцию состояний*: а) длящихся,

б) динамически изменяющихся. В современной музыкотерапии пользуются преимущественно первым типом проекции как наиболее доступным для подбора произведений психологами, немусыкантами. Для того чтобы эффективно работать со вторым типом музыкальных проекций, специалистам необходим определенный уровень знания об основных компонентах музыкального языка и приемах развития музыкального материала.

Анализ психотерапевтических возможностей компонентов музыкальной речи представлен в докладе на примерах: а) индивидуального слухового восприятия аккордов, б) группового восприятия музыкальной формы.

Проведенные автором опыты по синестезийному выявлению визуальных и кинестетических субмодальностей в аккордах различной структуры показывают, что определенные типы аккордов устойчиво воспринимаются слушателями в определенного рода цвете (или секторе цветового спектра), геометрической фигуре, четкости, объеме, контрастности, плотности, температуре, вкусовом ощущении, запахе. У каждого аккорда могут быть выделены несколько критических (наиболее характерных для него) субмодальностей. Таким образом, помимо культурно-стилевых особенностей аккордов, возможно выделить и классифицировать их собственно терапевтические особенности. В частности, аккорды, вызывающие устойчивые ассоциации с синим, холодным, мерцающим цветом, кристаллической структурой, можно использовать в качестве вспомогательного средства для понижения кровяного давления, соответственно аккорды, ощущающиеся в «красном спектре» — для его повышения.

Возможности привлечения музыкальных форм, обладающих внутренней терапевтической динамикой, рассматриваются на примере сонатной формы. Прослушивание таких произведений в концертных залах может стать сеансом направленной групповой терапии, где в общую единицу времени все могут слышать одну и ту же *формонаправленность*, наполняя ее *индивидуальным* содержанием.

Представляется, что дальнейшая практическая разработка предложенной концепции будет плодотворной как для психотерапевтов, так и для педагогов, преподающих музыкальные предметы на разных ступенях общего и специального образования.

Проблемы восстановления душевного здоровья заикающегося человека и его ближайшего окружения

Карпова Н. Л., (Москва)

Проблема душевного здоровья человека с необходимостью предполагает решение важной социально-психологической проблемы — человек в системе отношений, которая в свою очередь затрагивает вопросы межличностного и диалогического общения, особенностей семейной коммуникации и последствий ее нарушений. Внимание к данной теме позволит предупреждать появление неврозов у детей и взрослых, а разработка эффективных методик целенаправленной организации оптимальной для человека психоэмоциональной СРЕДЫ будет полезна при решении задач воспитания и психокоррекции.