**Методы психотерапии. Русское и психотехническое**

Что происходит с человеческой психикой во время «голого» поглощения психологических знаний?

Начнем со статистического примера.

Через несколько лет изучения и применения психологических техник (самих по себе эффективных) психолог приходит к убеждению, что данная деятельность вредит его здоровью и, мало того, судьбе его близких. Не понимая, что происходит, он бежит от себя, своей работы, близких…, часто мистифицируя происходящее.

Кто же остаются в профессии? Это люди, по своей сути понимающие, чтобы лечить - не надо самому болеть. Надо дистанцироваться от личности больного и воспринимать ее, как механизм.

Вот как говорят об этом великие мастера своего дела Джон Гриндер и Ричард Бендлер:

«….Решить о том, какую модель терапии или диагностики вы будете использовать, это всего лишь означает, когда и как вы решите соврать. Я говорю совершенно серьезно. Если я внимательно посмотрю на кого-то в группе и скажу: « Смотрите, у вас есть такая часть, которую все это немного пугает, и я могу понять это», - то это огромная ложь. Часть чего? Я не знаю, что это означает…»

«…Самое опасное, я думаю, летальное – это потерять кавычки относительно себя и поверить, что ваши мысли и являются реальностью: поверить в то, что люди на самом деле являются «визуальными», «кинестетическими», или «аудиальными», поверить в то, что люди на самом деле являются «утешителями», «сверхрациональными» или кем-то еще. Поверить в то, что вы в действительности имеете «родителя», «взрослого», «ребенка» - это означает впасть в психоз! Эти понятия можно использовать только для того, чтобы сделать хорошую работу – организовать чье - либо поведение. Но совершенно другое дело потерять кавычки и поверить, что все это реальность….»

От себя хочется сказать, что сюда можно отнести любые новомодные типологии человека, астрологию, однозначные учения о психике и душе человека, религиозных экстремистов и т.д.

Тема слишком серьезная, наболевшая, особенно в среде практических психологов, психотерапевтов, чтобы обойти ее стороной.

На своем преподавательском опыте знаю. Что люди с удовольствием поглощают определенную порцию психологических знаний. Затем, используя полученные навыки, люди превращаются либо в циников, либо депрессируют, направляя свое негодование на преподавателя.

То есть наступает период, когда знания вступают в противоречие с глубинными структурами личности человека («глубиной потока»).

Здесь стоит рассмотреть опыт русской психотерапии, при котором, происходит гармоничное восприятие психотехнического материала.

Для этого проведем экспериментальное сравнение методологий. Возьмем то, с чем оперируют психологи всех направлений:

образы, телесные ощущения, поведенческие акты.

Не «бросая камень» в другие школы, начнем приводить примеры:

НЛП – допускает (в субмодальностях): «Измените яркость будущего и оно, станет вам привлекательней». Для не особо посвященных скажу, субмодальности - это как настройки в телевизоре: яркость, четкость, цветность и т.д. вашего воображения.

Так вот, оперируя данными настройками, можно влиять на поведение человека. И это действительно так. Но надолго ли? Что несет в себе та или иная настройка в голове человека. Зависит ли она только от данного человека? Что называется «здесь и сейчас»?

По русской идеологии человек - существо в звене поколений, растянутое во времени и пространстве. Поэтому «субмодально плохо освещенное» будущее не значит, что это желание именно этого человека.

Если вы это допускаете, то получается - «дергая» данную субмодальность, вы причиняете неудобство как предкам, так и потомкам. Которые, в свою очередь, долго этого терпеть не будут, поскольку это производит изменение в их мире.

Как результат, непонятно откуда взявшееся чувство дискомфорта, которое все поставит на свои места.

О таком феномене знают многие нлпишники.

Но это не есть тупик. В предлагаемом русском подходе, прежде чем произвести подобную коррекцию, выясняются ситуации предков и потомков, породившее в настоящем данную аномалию. Происходит оказание посильной поддержки в прошлом и будущем. И лишь после этого совершается субмодальное изменение в реальности.

ГЕШТАЛЬТ – считается, если человек в своей голове образно завершит какие - то отношения с каким - то человеком из прошлого, то все будет о’к. Но почему-то забывают при этом о патопсихическом круге, когда нарушение в поведении образовалось за несколько поколений до протекающих событий. И для того, чтобы грамотно завершить гештальт, его необходимо завершать за несколько десятилетий, иногда столетий до рождения сидящего перед вами клиента. Иначе он превращается в вашего постоянного клиента….

ТРЕНИНГ НАВЫКОВ – дрессура сильная штука до тех пор, пока не уйдет дрессировщик. Тогда все рушится. Человек оказывается на развалинах своей личности. И это страшно. Такие люди превращаются в вечных подчиненных, ищущих своего «гуру».

А вот бывает и такое, в противовес такому подходу: человека вдохновило (будущее сошлось с прошлым), человек почти не спит и не ест – он работает. Человек меняется за один день, если в его жизни происходит то, что подсознательно он ждал всю жизнь…. Такие изменения уже навсегда….

И здесь русская психотерапия имеет свои методы. В подсознании человека начинают «дружить» предки с современными подсознательными структурами, которые данными навыками обладали (например).

Все данные примеры приведены для более полного подхода к процедуре восприятия новых знаний и навыков.

Если смотреть более широко, так сказать, в государственном масштабе, то речь идет об экологии мышления человека, защите его от ненужной информации, сохранения интеллектуального наследия нации. И НЕ МЕНЬШЕ!!!

А простому человеку, «впадая» в очередной информационный поток, нужно научиться спрашивать у своей «глубины», а пригодиться ли это мне? Учусь из страха или любопытства?

Ответы могут быть странными. Иногда отказ «глубины» без видимых сознанию причин. А иногда неоправданная сегодняшним положением дел необузданная жажда определенных знаний. Которые, как окажется через несколько лет, понадобятся вашим ближайшим потомкам…

Возможно, написанное тяжело принять логически. Но на карту поставлен вопрос психического здоровья. Стоит ради этого рискнуть, заняться именно под таким углом психологическими методами.

Подхватилин Н.В.