

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

**Холодинамический подход в психотерапевтической и консультативной работе психолога**

**Научный руководитель – Краснощеченко Ирина Петровна**

***Киричкова Маргарита Егоровна***

*Аспирант*

Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского, Калуга, Россия

*E-mail: margaritak05@mail.ru*

**Холодинамический подход в психотерапевтической и консультативной работе психолога**

***Киричкова Маргарита Егоровна***

*Аспирант*

*Калужский государственный университет им. К.Э. Циолковского,*

*Институт психологии, Калуга, Россия*

*E-mail: <mailto:margaritak05@mail.ru>*

В психологической практике особую важность имеет подход, на позициях которого стоит психолог. Если психолог хочет на что-то посмотреть объективно, он уже сделал свой личный, субъективный выбор: он смотрит на происходящее с позиции объективности, и его уже поймут не все, а только те, кто уже сделал или готов сделать аналогичные выборы. Соответственно, нет психологии вообще, есть разные психологические подходы, шире - разные психологические парадигмы. Парадигма в практической психологии - это мировоззренческая база, определяющая главные жизненные ценности и преобладающий понятийный аппарат. Когда парадигма воплощается в те или иные конкретные теории или практики, говорят уже о подходе.

Психологи, принадлежащие к разным подходам, одну и ту же проблему решают существенно разными способами. Как факт, вокруг каждого направления со временем, постепенно группируются «свои» клиенты, которым помогает именно этот метод и которые уже не понимают, плохо воспринимают другие методы, а иногда начинают относиться даже с враждебностью. Авторских школ и конкретных подходов в практической психологии, особенно в области психотерапии - многие сотни. Если их как-то систематизировать, можно выделить подходы психотерапевтические и развивающие, подходы этической направленности (гуманистический подход, православная психология, логотерапия Франкла, синтон-подход) и подходы инструментальные (НЛП, большинство техник бихевиорального подхода). По распределению власти между клиентом и психологом очевидно выделяются директивный подход и недирективный, клиент-центрированный подход. В качестве отдельных можно выделить трансформационные подходы, направленные на изменение состояний и глубинных убеждений (тренинги состояний и трансформационные тренинги), навыковые подходы, обучающие конкретным навыкам либо навыкам универсального плана, а также просветительские подходы. Целостность, как состояние в работе психолога, может возникнуть из видения общей структуры, некоего единого скрытого порядка, который состоит в существовании общих направляющих, структурообразующих осей, которыми являются трансдисциплинарные идеи, среди которых особо можно выделить идею единства объекта и его окружения. Все есть части единого целого. Трансдисциплинарный подход дает возможность жить в линейном времени, но с возможностью ощущать вневременную вечную реальность, частью которой мы являемся. Это и есть мышление, сочетающее в себе навыки интуитива и ум классификатора. Существуют две тенденции в психологическом

восприятия действительности: правополушарная - интегрирующая и левополушарное - аналитическая [2]. Наиболее преуспевающие люди используют одновременно оба процесса, причем правое полушарие обеспечивает широкое видение проблемы и энтузиазм, а левое полушарие - знание структуры проблемы и планирование.

В конце 80-х начале 90-х лет прошлого века Вернон Вульф пригласил в увлекательное путешествие граждан распадающегося СССР. Холодинамика и ее автор пришли в тот момент, когда затрепали швы государства, занимавшего одну шестую часть суши. И первая Международная конференция по холодинамике прошла в России в Москве, когда только отгремели залпы по Белому дому в октябре 1993 года.

Вернон Вульф предложил всем людям, живущим в этой реальности, заняться решением собственных проблем, и, заодно соприкоснуться с основой жизни - с Всеобъемлющей Силой Вселенной. Холодинамика - квинтэссенция нескольких десятилетий исследований и практического опыта Вернона Вульфа [1]. Холодинамика как наука является наиболее ярким представителем трансдисциплинарного подхода, она совмещает в себе многие научные положения и концепции и, прежде всего, она объединяет современные достижения в области квантовой физики с достижениями нейрофизиологии, биологии и психологии. Сочетая в себе подходы, накопленные в мировой психологической практике, холодинамика позволяет получать в экологически мягкой форме доступ к первичным самоорганизующимся информационным структурам человеческой психики с целью решения любой поставленной проблемы и раскрытия Высшего Потенциала человека. Холодинамический инструментарий дает возможность обращаться к информационным структурам генеалогического Древа клиента и осуществлять диалог с ним в его личностно-смысловом поле.

Российская школа холодинамического консультирования и психотерапии существенно продвинулась в развитии холодинамики и разработке новых методов, как групповых, так и индивидуальных. Разработаны (Л.П. Хохлова, 1989-2002) методы рефлексивного взаиморазвития интуитивного и рационального мышления (групповые и индивидуальные), метод управляемого психологического резонанса, метод холодинамического сценарного анализа и его разновидности, метод системно-структурного холодинамического анализа, метод микрогруппы, метод МРД, метод работы с абсурдами, холодинамический перекресток, метод трансформации личной истории (М.Е. Киричкова) и др.. Эти методы позволяют работать как с ретроспективной, так и перспективной неопределенностью, связанной с неоднозначностью взаимодействия причины и следствия, с тем, что последующее состояние системы не является единственным, а связано с необходимостью выбора из некоторого множества возможных состояний [3]. В действительности, для формирования навыка холодинамической рефлексии, у субъекта должно произойти понимание «запутанности» (взаимосвязанности) клубка многих смыслов, благодаря работе мышления как в сфере сознания, так и в сфере бессознательного, признания случайности как фундаментального свойства природы и овладения рефлексией случайных событий, чувствительности к синхронистическим связям (акаузальной смысловой атрибуции). Это специальный процесс научения субъектов прохождению через неизвестное. Именно в этой точке можно не силовым, а холодинамическим способом, т.е. очень слабыми воздействиями повлиять на выбор поведения системы, на ее судьбу. Чем больше человек переработает и осознает психологических игр из архетипических глубинных слоев бессознательного и, наоборот, коллективное бессознательное обретет все больше свойств индивидуальности, тем более уверенней мы можем говорить об Интегрированном Взрослом, включающем в себя архетипические (личная привлекательность и чувствительность), неопсихические (способность к объективной оценке данных) и экстеропсихические (личная ответственность) элементов.

### Литература

1. Вернон Вульф и Керк Ректор Холодинамика Вашей жизни. Сборник. Пер. с

англ./ Общ. Ред. Л.Лучко. М.: ЛАС, 1994. - 176 с.

2. Вернон Вульф Холодинамика. Как развивать и управлять своей внутренней личностной силой. Перевод с англ. Г. Соболевой.

3. Вернон Вульф Холодинамика. Танец жизни. - М. Ассоциация «Холодинамика», РОО НМО «Творчество», 1998г. - 160с.

#### **Источники и литература**

- 1) 1. Вернон Вульф и Керк Ректор Холодинамика Вашей жизни. Сборник. Пер. с англ./ Общ. Ред. Л.Лучко. М.: ЛАС, 1994. – 176 с. 2. Вернон Вульф Холодинамика. Как развивать и управлять своей внутренней личностной силой. Перевод с англ. Г. Соболевой 3. Вернон Вульф Холодинамика. Танец жизни. – М. Ассоциация «Холодинамика», РОО НМО «Творчество», 1998г. – 160с.