

Александр Моховиков

Алла Повереннова

КРИЗИС И ТРАВМА
в клинической гештальт-терапии

Учебное пособие

Редактор-составитель Е. Гончарук

Львов

2018

УДК 615.851
М 86

Издано при содействии
Всеукраинского общества психологов,
практикующих гештальт-подход
«Украинский гештальт институт»

Редактор-составитель Е. Гончарук

Моховиков А.Н.

М 86 Кризис и травма в клинической гештальт-терапии : учебное пособие / А.Н. Моховиков, А.Г. Повереннова ; ред.-сост. Е. Гончарук. – Львов : Издательский дом «Гельветика», 2018. – 130 с.

ISBN 978-966-916-648-7

В книгу вошли лекции Александра Моховикова (1955–2015) и Аллы Поверенновой, прочитанные в последние годы совместного преподавания гештальт-терапии. Они посвящены проблемам психологической травмы, кризисов, а также методологии гештальт-терапии.

Психологам, врачам, другим специалистам помогающих профессий.

УДК 615.851

ISBN 978-966-916-648-7

© А.Н. Моховиков, наследники, 2018
© А.Г. Повереннова, 2018
© ВОППГП, 2018

СОДЕРЖАНИЕ



Е. Калитеевская ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО	4
Е. Гончарук ОТ РЕДАКТОРА	7
А. Повереннова ПРЕДИСЛОВИЕ	12
ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КРИЗИС: ДИНАМИКА РАЗВИТИЯ	14
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ И ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ ОСТРОГО СУИЦИДАЛЬНОГО КРИЗИСА	47
СЕМЕЙНЫЕ КРИЗИСЫ	82
СТРАТЕГИЯ РАБОТЫ С ВНУТРЕННЕЙ ФЕНОМЕНОЛОГИЕЙ	95
МУЖСКАЯ И ЖЕНСКАЯ ИДЕНТИЧНОСТЬ	115

ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО



Александр Моховиков и Алла Повереннова. Много лет эти два имени произносились вместе, на протяжении долгого времени эти два человека создавали, развивали и укрепляли украинское гештальт сообщество. Десятилетия профессионального сотрудничества, надежности, стабильности, огромное количество учеников. И долгие годы настоящей дружбы, котерапии, коллегиальности, основанные на человеческой порядочности высшей пробы и высоком профессионализме. Три года прошло с момента ухода Саши. И вот выходит эта книга. Я очень этому рада. Хотя это только небольшое напоминание о той колоссальной работе, которая совместно проделана Сашей и Аллой, сотрудничеству которых в этом году исполнилось бы 30 лет. За текстами этой книги стоят годы работы, множество учебных программ, специализаций, интенсивов и просто разговоров..... в поездах, самолетах, ресторанах, на кухнях. Даже на кухне нашей старой московской, леонтьевской квартиры, где мы живем с Дмитрием Леонтьевым. Саша и Алла были и остаются нашими друзьями больше 20 лет.

Я по-прежнему с трудом пишу о Саше в прошедшем времени. С Аллой мы разделяли и продолжаем разделять боль

потери. Потери личной и потери для всего сообщества. Ушел друг, коллега, котерапевт и просто очень порядочный человек, которого порой пронзительно не хватает. До сих пор временами звучат слова: «Вот если бы Саша был жив...».

Саша и Алла. Кризисные терапевты, просто прекрасные терапевты. От Бога. Я не знаю никого, кто так пропускал бы через себя чужую боль, работая честно и ясно, в контакте с порой жестокой реальностью, принимая человека в его ситуации с теплом и любовью. Эта работа требует мужества, сил, невероятной честности и, не побоюсь этого слова, офицерской чести. Я уже не говорю об огромном опыте и профессионализме, сотне прочитанных лекций, множестве написанных и ненаписанных книг.

Саша и Алла. Прямые, ясные, рискующие задаваться неудобными вопросами и задавать их коллегам, и даже близким друзьям. Они те, которым не наплевать. Их можно любить. Их можно не любить. Но не уважать невозможно! И все-таки это два разных человека. Мужчина и Женщина. Два мира, соединенные диалогом, который никогда не прекращался. Этот диалог в учебных аудиториях помнится многим. Алла – красивая, женственная, теплая, рискующая, бережная, твердая, прямая. Саша – высокий, непримиримый, мужественный, самоотверженный, тёплый, порой до боли резкий. Он бесконечно эрудированный человек, действительно прочитавший книги, которые цитировал. По его работам учатся оксфордские студенты.

Саша и Алла. Они познакомились на «Телефоне доверия». И Доверие между ними стало той опорой, которая позволила именно так работать с темой кризисов и травм. Сегодня Алла президент сообщества. Сообществу повезло, а вот работа эта для Женщины трудная. Сил тебе, Аллочка! Береги себя! Сейчас общество переживает кризис. Прежний мир исчезает прямо у нас на глазах. И эта книга выходит очень вовремя.

Еще долгие годы, а, впрочем, что говорить – нам придется постоянно учиться, переживая утраты опор и иллюзий, оставаться мужчинами, женщинами, людьми, руководимыми собственной честью, совестью, а не чужой волей. Наша боль сталкивает нас с нашими истинными ценностями. И иначе не получается...

Читайте эту книгу. Говорите с учениками. Учитесь, пока это возможно. Самое главное для профессионала – у кого он учился. Это большая честь учиться у таких людей.

**С Любовью,
Елена Калитеевская**

ОТ РЕДАКТОРА



Психотерапевтическая идентичность Александра Моховикова и Аллы Поверенновой прочно связана с кризисной психологической практикой. Более того, они были в числе тех специалистов, чьими усилиями создавалась и развивалась кризисная психологическая помощь на постсоветском пространстве. Одновременно оформлялось их собственное представление о психологии кризиса, которое выросло в настоящую школу с большим количеством учеников.

Исторически (во многих странах было именно так) концепция кризисов формировалась не в академических кругах, а выростала из практики краткосрочной, доступной населению, кризисной психолого-психиатрической помощи. Очевидное достоинство этого в том, что непосредственная связь с практикой позволяла выбирать наиболее продуктивные идеи, отсеивая «нерабочие» (с точки зрения помощи людям в реальных ситуациях). Наряду с этим, формировался клинически точный язык понятий, создающий пространство диалога коллег, и возможность систематизации опыта. Основной недостаток – это оторванность развивающейся концепции от академической среды и, как следствие, спутанная система категорий и разрозненность понятий

с базовыми психологическими представлениями. Предложенная авторами концепция кризисов уникальна именно тем, что содержит в себе указанные достоинства и, в то же время, лишена недостатков.

Изложенная в книге теория о кризисах сформировалась из многолетнего труда легендарного Одесского «Телефона доверия» и масштабного международного проекта по превенции суицидов в Украине. Если к этому добавить большой академический опыт, энциклопедизм и талант концептуального мышления Александра Моховикова, то получится уникальное сочетание конкретности языка и смысловой плотности системно изложенного материала.

Несомненно, в паре авторов сборника, Моховиков – это, в первую очередь, академичность, а Повереннова – в большей степени, – практический опыт. Однако, такое грубое разделение нивелирует тонкость процесса котерапии и сотворчества в ней. Каждый из них вносил свой вклад, и, зачастую, понять, кто из них автор того или иного теоретического замысла, а кто придал ему окончательную форму – невозможно, и вряд ли стоит. Именно поэтому при расшифровке аудиолекций, было принято решение отказаться от стенографической формы изложения, и сформировать единый текст совместного авторства. (В виде стенограммы представлена только лекция «Мужская и женская идентичность», т.к. она печатается на основании более раннего издания.) Тем не менее, надеюсь, многие ученики и коллеги Александра и Аллы смогут за текстом услышать их голоса.

В сборник вошли 5 лекций. Первые 4 были прочитаны в рамках специализации «Работа с кризисами и травмой в гештальт-терапии». Это был последний набор образовательной программы 2014-2015 годов, который Александр и Алла провели вместе. Пятая лекция была прочитана на гештальт-интенсиве «Одиссея гештальта» в 2012 году.

Первая лекция сборника «Психологический кризис: динамика развития» была вводной лекцией специализации и, соответственно, задавала систему координат понятийного аппарата для всего последующего курса. Так, понятия «кризис» и «травма», в авторской концепции, принадлежат общему понятийному полю. Травма рассматривается не изолированно, а в рамках кризиса, как его патологическая форма, где, прерывание процессуальности, одного из базовых признаков кризиса, превращает кризис в травму. Такое понимание травмы наиболее соответствует, описанному Ф. Перлзом, механизму незавершенных действий или незавершенных ситуаций.

Лекция, посвященная психологическому консультированию и гештальт-терапии острого суицидального кризиса, является компиляцией знаний и идей Александра Моховикова в области данной проблематики. А он был наиболее авторитетным суицидологом в Украине, уважаемым во всем мире. Здесь в концентрированном виде изложена базовая теория и методология, необходимая гештальт-терапевту, столкнувшемуся в работе с этой непростой темой. Отдельно важно сказать о разделе «Основные психологические черты суицидального поведения». Этот раздел основывается на разработанных Эдвином Шнейдманом 10 общих чертах самоубийств. Авторская версия А. Моховикова и А. Поверенновой включает 14 основных суицидальных черт. Список из десяти суицидальных черт Шнейдмана дополнен следующими пунктами: утрата ценности как основание суицидального кризиса, аффект как компонент эмоционального процесса при суициде, одиночество (аномия) как социальная ситуация суицида, зависть как антагонист суицидальному импульсу.

Лекция «Семейные кризисы» является своеобразным руководством для семейного гештальт-терапевта. Руководством по диагностике кризисов и выделению мишеней

психотерапевтического воздействия в семье. Иначе говоря, авторы показывают, что искать, куда смотреть и на что стоит направить усилия семейному терапевту.

Лекция «Стратегия работы с внутренней феноменологией». Последние несколько лет Александр Моховиков и Алла Повереннова возрождали интерес к незаслуженно забытой и раскритикованной стратегии «работа с внутренней феноменологией», в широких кругах известной под названием «горячий стул». Для многих русскоязычных гештальт-терапевтов базовым текстом по этой теме является замечательная статья Даниила Хломова и Елены Калитеевской. Текст Александра и Аллы опирается на эту работу и развивает, заложенные в ней, идеи. В частности, авторский взгляд ценен детально разработанным представлением о внутреннем конфликте с точки зрения гештальт-теории полярностей. Пошаговая, детально прописанная процедура полезна начинающим гештальт-терапевтам, а концептуально представленная идея внутреннего конфликта будет интересна опытным коллегам, в том числе клиницистам, интересующимся гештальт-терапией невротических расстройств.

Лекция «Женская и мужская идентичность» посвящена взгляду гештальт-терапевта на понятие идентичности. А именно, ее «переживающей» части, отражающей то, как человек переживает сам себя. Кроме того, как следует из названия, авторы раскрывают свое представление о гендерной составляющей идентичности. Алла Повереннова описывает триаду зрелой женской идентичности, которая выражается в «доступности для женщины таких переживаний, как нежность, жалость и забота». Александр Моховиков говорит о признании своего рода, способности плыть против течения и устойчивости как необходимых качествах зрелой мужественности.

В заключение редакторского предисловия важно сказать о переполняющем чувстве благодарности моим учителям Александру Моховикову и Алле Поверенновой. Именно оно и послужило движущей силой в реализации идеи создания этого сборника.

Также хочется выразить искреннюю признательность Анастасии Солодиловой, Елизавете Париновой и Анне Федосовой. Без вашего неоценимого вклада этой книги не было бы.

Евгений Гончарук