

МЕЖДУНАРОДНЫЙ СЕМИНАР ПО МЕТОДИКЕ EMDR (позитивного переструктурирования травматического опыта человека)

В июне 1997 года в университете г. Кельна (Германия) проходил семинар по обучению психотерапевтической технике EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) I-го уровня. EMDR – это психотерапевтическая методика, направленная на уменьшение тяжести стрессогенных переживаний и воспоминаний, на позитивное переструктурирование травматического опыта человека посредством направленных движений глаз. Семинар проводился по методике, созданной д-ром Ф. Шапиро (Dr. Francine Shapiro), психологом Института психического здоровья, Пало Альто, Калифорния, США (Mental Research Institute, Palo Alto). В 1987 г. она разработала эту методику, которая получила широкое распространение среди психиатров, клинических психологов и психотерапевтов США и Европы. EMDR используется в работе с широким спектром патологий и прежде всего в лечении людей, перенесших посттравматический стресс. В настоящее время данной психотерапевтической технике обучены более 22000 клиницистов из 38 стран.

Семинар проходил по программе, разработанной в 1990 г. д-ром Шапиро, и осуществляется обычно лично ею или специально подготовленными ведущими. Нынешним летом подобные семинары проводились д-ром Дж. Паком (Gerald Puk, Ph.D.) в Кельне, Утрехте (Голландия) 26–28 июня, в Лондоне (Англия) 18–20 сентября.

В работе семинара участвовали 120 человек, большинство из которых – немецкие психологи и психотерапевты, работающие в государственных и частных клиниках. Россию представляли *Н.П. Шарова, Т.Н. Глебова и Н.М. Поплавская*, сотрудники Московского центра психологии и психотерапии, приглашенные доктором А. Хофманном (A. Hofmann, M.D.) из Института Медицинской психологии и психотерапии при Кельнском университете. В качестве супервизоров и фасилитаторов тренинговых групп выступали психиатры и психотерапевты из США, Англии, Норвегии, Голландии, использующие в своей работе технику EMDR.

Первый день семинара был посвящен теоретическим основаниям методики EMDR. Она представляет собой комплексный метод психотерапии, который успешно интегрирует многие элементы разных психотерапевтических подходов, используя направленное движение глаз (Eye Movement) или ритмическую стимуляцию других сенсорных модальностей (слуховой или тактильной). Эта методика позволяет активизировать систему информационных процессов мозга (the brain information processing system), благодаря которой нормализуется психическое состояние пациента, снимается тяжесть травматических переживаний и воспоминаний (Desensitization), а затем позитивно переструктурируется полученный травматический опыт (Reprocessing).

Дж. Пак отметил, что пока нет достаточных знаний о том, как функционирует мозг при применении в терапии EMDR. Он подчеркнул, что в настоящее время проводятся широкие научные исследования для объяснения производимого эффекта. Направленное движение глаз, осуществляемое в терапии с EMDR, сходно с движениями глаз в REM – стадии сна, когда человек обучается новому материалу в процессе его запоминания. EMDR инициирует рефлективные изменения в нейропсихологическом функционировании мозга, которое приводит к нормализации психического состояния человека. В настоящее время большой интерес вызывает феномен EMDR-терапии. Проводятся исследования в Институте EMDR, издаются монографии, журнал, создана Международная Ассоциация EMDRIA. В научных исследованиях доказывалась эффективность этого метода по сравнению с другими в лечении травматического опыта клиента. EMDR-терапия показывает стабильный эффект, который не исчезает со временем и достигается в сравнительно короткие сроки. Круг применения EMDR непрерывно расширяется: с его помощью помогают людям, пострадавшим от военных действий и катастроф, лечат фобии, тревоги, депрессии.

Доктор Пак рассказал о методике, которая четко структурирована и состоит из восьми фаз. По мнению автора методики, жесткое соблюдение структуры необходимо для EMDR-терапевта. При этом, как подчеркивал Дж. Пак, направленное движение глаз (Eye Movement), – это лишь компонент терапевтического процесса, в котором используются психодинамические, бихевиоральные и когнитивные методы. Процедура серии повторов движения глаз проводится

в течение 90-минутной сессии. У многих терапевтов эта процедура вызывает скептическое отношение, они сравнивают ее с шаманством. Поэтому Дж. Пак отмечает важность психометрического измерения изменений эмоционального состояния пациента. Обычно это проводится после каждой серии направленных движений глаз с помощью "Шкалы субъективной оценки беспокойства" (SUDS: Subjective Units of Disturbance scale).

По мнению ведущего семинара, важным условием проведения терапии является не только структурированность методики EMDR, но и профессиональное мастерство терапевта. И поэтому терапевт сам подбирает методики, определяет длительность терапии, ориентируясь на индивидуальные особенности клиента.

После теоретического курса всем участникам семинара предложили применить методику EMDR на практике. Были созданы группы по 9 человек, в каждой из которых был фасилитатор, наблюдавший за точностью выполнения требований к технике EMDR. Упражнениями служили учебные ситуации, в которых члены группы тренировали применение элементов техники EMDR. Потом группа делилась на "тройки", в которой каждый побывал в ролях клиента, терапевта и супервизора. Основной целью работы было получение практического опыта в каждой из ролей.

Семинар, проведенный в Кельне, был направлен на теоретическую и практическую подготовку EMDR-терапевтов первого уровня. Полный курс подготовки включает в себя два уровня. Предполагается, что участники семинара, успешно освоившие первый уровень, получают возможность обучения на следующем.

Н.П. Шарова, Т.Н. Глебова,
Москва

В марте этого года в Екатеринбурге состоялась Российская научно-практическая конференция "Интеграция академической науки и высшего гуманитарного образования", организованная Министерством общего и профессионального образования РФ, Уральским отделением РАН, Советом ректоров вузов Свердловской области и новым негосударственным учебным заведением — Уральским гуманитарным институтом, представившим в сообщениях преподавателей концепцию подготовки специалистов в своих стенах.

Проблема, заявленная в названии конференции, обсуждалась представителями гуманитарно-естественных наук на заседаниях семи секций, среди которых была и секция, организованная факультетами психологии Уральского гуманитарного института и Уральского госуниверситета. Ее работа посвящалась *психологическим основам построения эффективных образовательных технологий* (председатель — декан факультета психологии УрГУ проф. Г.А. Глотова, сопредседатель — зав. кафедрой медицинской психологии УрГИ проф. Б.А. Трифонов).

Вниманию участников психологической секции было представлено 19 докладов. В докладе "Общие направления совершенствования образовательных технологий" Г.А. Глотова (Екатеринбург), напоминая, что учебный предмет всегда является "двойным" отражением — науки, лежащей в его основе, и психологической теории учения, остановилась на переломном моменте в развитии учебных предметов: наблюдается переход от их стихийного формирования к целенаправленному использованию новейших достижений психологии и педагогики. Совершенствование системы обучения осуществляется по трем направлениям: содержательное учебного предмета (С-технология), операционально-техническая, познавательная (П-технология), сфера личностных взаимодействий субъектов педагогического процесса (Л-технология). Отмечается тенденция к слиянию этих направлений в интегрированный комплекс повышения эффективности обучения.

В докладе Б.А. Трифоновой и С.И. Ворошилина (Екатеринбург) ставился вопрос о преподавании медицинской психологии; в стране складывается ситуация, определяющая составительный характер в работе медицинских (клинических) психологов с базовым психологическим и медицинским образованием.

Дискуссию вызвало сообщение "Изменение парадигмы высшего образования и новые психотехнологии", сделанное В.М. Танаевым (В.М. Танаев, Б.А. Трифонов, И.И. Карнаух, Екатеринбург). В основе проблем высшего образования лежит системный кризис преподавания, выражающийся в разрыве между тем, чему хотят обучить, и тем, что реально получает обучаемый. Выход из ситуации кризиса видится в учете особенностей и непосредственном

включении в учебный процесс глубинных структур личности студента с помощью современных психологических технологий, базирующихся на идеях К. Юнга.

Важная мысль была высказана *В.Д. Семеновым* (Екатеринбург) в докладе "Гуманистически прагматический подход к организации педагогического процесса": время "предметного" преподавания прошло, сегодня высшей (и еще в большей степени – средней) школе нужны менеджеры познавательной деятельности учащихся.

Развернувшаяся по докладам дискуссия наметила как в сфере методологического анализа проблематики, так и в области технологических разработок перспективные направления работы. Первое касается выработки единого языка, базовых категорий, современной парадигмы высшего гуманитарного образования; второе связано с интеграционными возможностями психологии, позволяющей решать многие проблемы преподавания разных предметов гуманитарного цикла в едином ключе. Секция выработала рекомендации в рамках этих направлений, которые были одобрены участниками конференции и вошли в ее итоговый документ.

А.М. Боднар, Б.Г. Ушаков,
Уральский гуманитарный институт,
Екатеринбург

* *
*

Оргкомитет V Международной конференции "Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф", которая состоится в Минске с 29 мая по 1 июня 1998 г., приглашает Вас обсудить методологические и методические проблемы оказания психологической помощи, особенности подготовки специалистов и другие вопросы, связанные с этими проблемами.

На конференции предполагается обсудить следующие вопросы:

1. Теоретические и практические проблемы кризисной психологии
2. Чернобыльский травматический стресс: методология, методы диагностики и оказания психологической помощи населению, пострадавшему от аварии на ЧАЭС
3. Модели учебно-воспитательного процесса в общеобразовательных школах Чернобыльской зоны
4. Семья в посткатастрофный период
5. Психологические проблемы адаптации мигрантов
6. Эффективность различных форм организации психологической помощи
7. Профессиональные качества и личностные особенности специалистов, оказывающих психосоциальную помощь
8. Психологическая помощь пострадавшим от военных конфликтов и социально-экономических потрясений
9. Проблемы подготовки и переподготовки специалистов, оказывающих психосоциальную помощь
10. Психолого-педагогические проблемы оздоровления
11. Помощь профессионалам (психологам, врачам, военным и др.), подвергшимся повреждающим воздействиям

Может быть заявлена любая оригинальная работа объемом 1 стр.

Каждый автор может представить только 1 (одну) работу, в соавторстве не более 3-х работ. Тезисы представляются в секретариат в двух экземплярах.

Материалы выступления принимаются до 1 февраля 1997 г.

Адрес секретариата: 220023, Республика Беларусь, г. Минск, ул. Чайковского, 7.

Телефоны:

(0172) 63-44-03 (Пергаменщик Леонид Абрамович);

(0172) 63-44-73 (Сазонов Сергей Семенович)

Факс: (0172) 20-56-35 nieby@minisk.sovam.com