

## МУЛЬТИМОДАЛЬНОЕ СУГГЕСТИВНОЕ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ: ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИИ

УДК: 159.955:615.851

### **Манилов Игорь Феликсович**

*Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, ведущий научный сотрудник, Институт психологии имени Г. С. Костюка Национальной академии педагогических наук Украины, г. Киев (Украина)*

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3439-9913>

**Анотація.** В статті розглянуті основні модальності суггестивного психотерапевтичного впливу і показана їх зв'язь з загальною стратегією Мультимодальної суггестивної психотерапії. К основним модальностям суггестивного психотерапевтичного впливу віднесені: «психічний статус», «когнітивні процеси», «стан сони», «рефлекторні побудження-дії», «актуальні потреби», «стратегії подолання». Визначено напрямленість і зміст базових впливів в Мультимодальній суггестивній психотерапії. К специфічним впливам віднесено вплив ідеї психотерапевтичного особисто ідеального стилю життя. Показано, що для виходу на особисто ідеальний стиль життя клієнту необхідно оволодіти базовими принципами адаптивного мислення. Встановлено, що в основі адаптивного мислення лежать світоглядні ідеї-принципи неперервної змінливості, взаємозв'язі, відносності, необоротності, самоорганізації, динамічного рівноважя. Показано, що на кожному психотерапевтичному сеансі необхідно оцінювати клієнта по вільним модальностям суггестивного психотерапевтичного впливу. На основі цієї оцінки визначається «профіль проблеми» і область найближчого можливого розвитку клієнта. Даний профіль задає локальну стратегію роботи на кожному конкретному психотерапевтичному сеансі. Усереднення множини локальних «профилей проблеми» дозволяє визначити загальну стратегію мультимодального суггестивного психотерапевтичного впливу.

**Ключові слова:** вплив, суггестивний вплив, психотерапевтична стратегія, мультимодальна суггестивна психотерапія, адаптивне мислення, особисто ідеальний стиль життя, психотерапевтична конфронтаційна суггестія.

**Постановка проблемы.** Мульти-модальное суггестивное воздействие представляет собой комплексную систему психотерапевтической помощи людям с различными психическими и поведенческими расстройствами. Теоретическое обоснование такой формы воздействия наиболее полно разработано в рамках Мультимодальной суггестивной психотерапии (МСП). Ранее, в тематических публикациях уже были представлены основные положения, процессуальные модели, методический арсенал и результаты практического использования МСП [5-10]. На данном этапе исследований возникла необходимость упорядочить полученный экспериментальный материал и выделить особенности стратегии мультимодального суггестивного психотерапевтического воздействия. Информация такого рода даст возможность определять приоритетность, последовательность и интенсивность конкретных психотерапевтических процедур. Понимание общих принципов и целевой направленности мультимодального суггестивного воздействия позволяет, также, увязать в стройную логическую систему многочисленные эмпирические находки и более гибко управлять психотерапевтическим процессом. Актуальность исследований стратегии мультимодального суггестивного психотерапевтического воздействия обусловлена насущной необходимостью модификации традиционных методов суггестивной психотерапии и приведением их в соответствие с современными воззрениями

на природу психических феноменов. Кроме того, актуален и практический запрос на интеграцию суггестивной психотерапии с другими эффективными психотерапевтическими подходами.

**Анализ последних исследований и публикаций.** Мультимодальная суггестивная психотерапия (МСП) представляет собой синтетическую систему психотерапевтического вспоможения. Это следует из анализа публикаций, в которых рассматриваются ее основные концептуальные положения, технологии и результаты применения [5-10]. В МСП творчески переработаны идеи и принципы суггестивной, когнитивно-поведенческой и традиционной отечественной патогенетической психотерапии. Кроме того, в ней присутствуют определенные заимствования из психодинамической, экзистенциальной и клиент-центрированной психотерапии. Все это отражается и на особенностях стратегии МСП.

Вопросы стратегии патогенетической и традиционной суггестивной психотерапии хорошо представлены в публикациях К.И. Платонова, М.С. Лебединского, С.И. Консторума, В.Е. Рожнова, К.М. Варшавского, Б.Д. Карварсарского, П.И. Буля, А.П. Слободяника, Е.М. Бурно, А.А. Александрова, Р.Д. Тукаева [1-3; 11]. Подробное описание стратегии когнитивно-поведенческой психотерапии можно найти в работах А. Бека, А. Эллиса, Д. Прохазки, Д. Норкросса, В. Гвидано, Г. Лиотти, М. Махони, К.С. Добсона, А. Лазаруса [1; 12-14].

Несмотря на разнообразие своих прототипов, мультимодальная суггестивная психотерапия не эклектична и предлагает свою, вполне оригинальную теоретическую базу. Особый интерес вызывает проблема стратегии мультимодального суггестивного психотерапевтического воздействия. Несмотря на практическую значимость, все это не нашло должного отражения в предыдущих публикациях. Далее в статье сделана попытка восполнить данный пробел и более подробно рассмотреть проблему общей стратегии мультимодального суггестивного психотерапевтического воздействия.

**Цель статьи** – рассмотреть основные модальности суггестивного психотерапевтического воздействия и соотнести их с общей стратегией Мультимодальной суггестивной психотерапии.

**Изложение основного материала.** В процессе индивидуальной мультимодальной суггестивной психотерапии задействованы две стороны – клиент и психотерапевт. Взаимодействие всегда происходит в некотором, относительно небольшом интервале времени, который можно условно назвать «сейчас». Из этих «сейчас» и формируется психотерапевтический сеанс. Психотерапевт и клиент перемещаются по линии времени, раз за разом, попадая в новое «сейчас».

В «сейчас», реального вещественного прошлого или будущего не существует. То, что называют прошлым – это лишь следы, от-

печатки, последствие, чаще всего, в виде неких сохранившихся в памяти мыслеобразов и связанных с ними чувств. Причем все это предельно сжато и скорректировано в соответствии с нашими представлениями о том, как оно должно быть. Аналогичным образом, дело обстоит и с будущим. Оно творится с помощью нашей фантазии, желаний и, отчасти, возможностей. Будущее – лишь образ возможного или невозможного, который напрямую связан со способностью человека к прогнозу. А коль так, то работа психотерапевта всегда происходит в настоящем или в «сейчас».

В каждом «сейчас» мысли, чувства, действия обычно вращаются вокруг некоей темы, имеющей прямое либо косвенное отношение к заявленной клиентом проблеме. Чтобы эффективно работать с проблемой, ее необходимо максимально актуализировать во время психотерапевтического сеанса. Только в этом случае у клиента появляется осязаемый мотив «хотеть» прилагать усилия и целенаправленно действовать. Актуализированная проблема превращает нынешнее «сейчас» в нечто неприятное (нежеланное) и побуждает клиента стремиться к лучшему будущему или более комфортному «сейчас». Исключение составляют лишь редкие случаи, когда сам психотерапевтический сеанс становится наиболее желаемой или, даже, основной целью клиента.

Процесс психотерапии можно представить как своеобразное целенаправленное пе-

ремещение человека по некоему полю его возможностей в поисках саногенного ресурса. Это поле возможностей находится под прямым воздействием множества различных факторов – биологических, психологических, социальных. Различные комбинации этих факторов формируют «сейчас» клиента. Уровень глюкозы в крови, погода, состояние здоровья, различные образы и мысли, геомагнитные аномалии, внешние слуховые, зрительные и другие раздражители, как и множество других факторов, создают неповторимый ансамбль, определяющий состояние человека в данный момент времени.

Так как соприкосновение с проблемой случается всегда в «сейчас», то, естественно, возникает необходимость учитывать, по возможности, все, что оказывает влияние на настоящее и возможные будущие «сейчас» клиента. Необходимо выяснить, на что обращать внимание в первую очередь, в процессе психотерапии. Иными словами определить те блоки (модальности) психотерапевтического воздействия, которые в наибольшей степени влияют на выбор той или иной конкретной психотерапевтической стратегии.

Для выделения блоков (модальностей) психотерапевтического воздействия был проведен анализ материалов психотерапевтических сессий с людьми, имеющими различные психические и поведенческие расстройства. В первую очередь, речь идет о материалах, полученных при работе с клиентами, страдаю-

щими на невротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства. Было проанализировано более пятисот дневников, анкет, стенограмм встреч и аудиозаписей сеансов. Главным критерием отбора материалов было очевидные признаки улучшения общего состояния и социального функционирования клиентов под воздействием психотерапевтических процедур.

Проведенные исследования позволили выделить следующие модально стисуггестивного психотерапевтического воздействия: «психический статус», «когнитивные процессы», «состояние сомы», «рефлекторные побуждения-действия», «актуальные потребности», «стратегии преодоления». Названия взяты в кавычки, так как именуют собой определенные группы феноменов. Оценка этих информационных блоков (модальностей) позволяет задавать стратегическую направленность психотерапевтической сессии и выбирать конкретные приемы суггестивного воздействия. Далее представлен краткий обзор выделенных модальностей.

«Психический статус» – общая характеристика всего, что имеет отношение к адекватности клиента ситуации и месту. Оценке подлежит состояние сознания, мышления, эмоций, моторики и т.п. В первую очередь, естественно, оценивается состояние сознания. Речь идет не только о выявлении очевидных выраженных его нарушениях (оглушение, сумеречное состояние, делирий и др.), но и сла-

бо проявленних стертих формах не психотических порушень.

Кроме того, необходимо выяснить, наблюдаются ли у клиента те или иные проявления расстройства эмоций (депрессивные или маниакальные состояния), мышления (вязкость, бессвязность, паралогичность, символичность и т.п.), обманы чувств (иллюзии, галлюцинации), психомоторные расстройства. Все это позволяет определить стиль взаимодействия с клиентом и границы профессиональной компетентности психотерапевта.

Направленность суггестивного воздействия зависит, в первую очередь, от показателей психического статуса клиента. При расстройствах требующих специальной психиатрической помощи, внушение направлено на ситуативную стабилизацию эмоциональных реакций клиента и формирование у него готовности к общению с психиатром и согласию на возможную медикаментозную коррекцию. В остальных случаях терапевтическое внушение направлено на провокацию и последующее снижение аффективных реакций, а также формирование убеждения в необходимости освоения методов психической саморегуляции.

«Когнитивные процессы» – это все, что связано с непосредственной продукцией мышления. Мысли, убеждения, образы, способы обработки информации составляют основу этого блока феноменов, что и определяет направленность суггестивного воздействия.

Для психотерапевта основной интерес представляют всевозможные неадаптивные (дисфункциональные) мысли и убеждения, а также их структурно оформленные ансамбли вплоть до неадаптивных мировоззренческих установок и, в целом, патогенной «картины мира». Определенную сложность добавляет то обстоятельство, что степень «осознаваемости» когнитивных процессов значительно варьирует в диапазоне осознаваемые – неосознаваемые. В МСП предпочтение отдается работе с теми неадаптивными мыслями, которые вполне осознаются клиентом.

Направленность суггестивного воздействия в этой модальности наиболее разнообразна. Первым делом внушается принципиальная возможность улучшить состояние клиента, при его добровольной готовности следовать рекомендациям психотерапевта. Следующий шаг – предложение психологической легенды, позволяющей клиенту увидеть понятную, приемлемую для него, причинно-следственную связь между проблемой и обстоятельствами его жизни. После внушаются адаптогенные мировоззренческие идеи-принципы (непрерывной изменчивости, взаимосвязи, относительности, необратимости, самоорганизации, динамического равновесия) и, закономерно следующие из них правила жизнедеятельности. Следом идут различные инструментальные внушения, в рамках метода психотерапевтической конфронтационной суггестии[6; 8]. С их помощью собственно и

запускается адаптивная трансформация мышления клиента. Кроме того, на протяжении сессий, в фоновом режиме постоянно осуществляется внушение традиционных общих психотерапевтических идей креативности, самостоятельности, самодостаточности.

«Состояние сомы» – любая значимая для данной конкретной психотерапевтической работы информация о физиологическом состоянии клиента. Наличие хронических или острых заболеваний, показатели основных физиологических констант организма, а также его общий тонус, все это обуславливает выбор методов воздействия и, само собой, их результативность. Из сказанного вовсе не следует, что клиент должен регулярно предоставлять психотерапевту врачебные выписки и результаты обследований и анализов. Достаточно лишь постоянно помнить, что все происходящее с клиентом, во многом, связано с особенностями протекания его физиологических процессов. А прямое либо опосредованное воздействие на эти процессы является, порой, более приоритетным по сравнению с психологическим воздействием. Можно эту идею сформулировать и более категорично – невозможно получить стойкий психотерапевтический результат, если не обеспечить, насколько это возможно, «физическое» благополучие клиента. Любая психологическая помощь будет частичной и нестойкой без одновременно обязательного «оздоровления» клиента. Эта идея становится обязательной частью мульти-

модально госуггестивного психотерапевтического воздействия. Реализуется она через систематическое внушение необходимости поиска персонально идеального стиля жизни (ПИСЖ) для данного конкретного человека. Стиля, который позволит минимизировать или, даже, полностью преодолеть проблему.

«Рефлекторные побуждения-действия – это все, что имеет отношение к мало осознаваемым побуждениям, влечениям, реакциям, импульсивным действиям и поступкам. Тут и всевозможные проявления инстинктивного поведения, а также разнообразных условных рефлексов, приобретенных человеком в процессе онтогенеза. Сюда же можно отнести и более сложные автоматизированные способы реагирования и поведения, например, всевозможные привычки.

В первую очередь, оценке подлежит степень проявления различных инстинктов – витальных (пищевой, оборонительный, экономии сил), ролевых (территориальный, половой, родительский, эмоционального резонанса, иерархический), саморазвития (имитационный, исследовательский, игровой, свободы, преодоления). В МСП инстинкты рассматриваются как база, на которую наслаивается весь последующий «условно-рефлекторный репертуар» человека и связанные с ним проблемы. Иными словами, проработка «психологической» проблемы невозможна без учета степени вовлеченности в ситуацию базовых инстинктов и их поведенче-

ских проявлений.

Следует отметить, что большинство «второсигнальных» (по И.П. Павлову) клиентов склонны игнорировать значимость, а с ней и степень проявления инстинктивных побуждений в своей повседневной жизни. Их вера в силу рассудочного контроля, как правило, чрезмерна и не подтверждена реальными фактами. Психотерапевтическое внушение позволяет в относительно короткое время вернуть понимание важности инстинктивных побуждений, реакций, действий, а, также, лишь частичной возможности их контроля.

К рефлекторным побуждениям-действиям относятся, также, и всевозможные патогенные привычки, приобретенные в процессе онтогенеза. Не важно, идет ли речь о ковырянии в носу, курении или позднем отходе ко сну. Любая информация такого рода позволяет определить приоритетность и направленность суггестивного воздействия.

Негативные привычки, в большинстве случаев охотно признаются клиентом. А это позволяет создавать мотивационную основу для будущего сотрудничества. Очень удобно, с помощью соответствующего внушения, связывать «психотерапию вредных привычек» с решением основной проблемы. «Психотерапия вредных привычек» может служить некой завесой (отвлекающим маневром), позволяющим незаметно подбираться к неадаптивным когнитивным образованиям, которые подпитывают патогенную картину

мира. Наиболее универсальным и эффективным психотерапевтическим внушением является просветительская физиологическая легенда, которая опирается на общеизвестные постулаты учения об условных рефлексах И.П. Павлова.

«Актуальные потребности» – все то, что традиционно относится к основным или базовым потребностям человека. Тут и простые физиологические, и более сложные потребности в безопасности, принадлежности и любви, уважении, познании и творчестве, эстетические, а, также, в самореализации и самоактуализации. Наличие неудовлетворенности жизнью в отдельных ее проявлениях или в целом, во многом определяет и круг проблем, предъявляемых клиентом психотерапевту. Все что требует изменения или, находится в дефиците, вполне можно представить в виде некоей «актуальной неудовлетворенности».

Когда выявлено то, чего недостает, сразу же задается и направленность суггестивного воздействия. Сложность суггестии определяется уровнем неудовлетворенной потребности. Чаще всего используется комплексное суггестивное программирование, которое представляет собой внушение последовательности действий, ведущих к удовлетворению актуальной потребности социально приемлемыми способами.

«Стратегии преодоления» – это все осознаваемые или неосознаваемые способы, приемы, уловки и развернутые стратегии, ко-

торые использует клиент для стабилизации своего психического состояния, разрешения различных проблемных ситуаций и получения желаемого. Другими словами, речь идет о типичных, для данного конкретного человека стратегиях защиты, саморегуляции и экспансии.

При работе с патогенными психологическими защитами, суггестивное воздействие направлено на их «разрыхление» и срыв. Одновременно, с помощью внушения задается стабилизирующая альтернатива, для предупреждения развития у клиента, травмирующего дистресса. Схожим образом осуществляется и проработка деструктивных стратегий совладания.

Приведенные выше блоки (модальности) психотерапевтического воздействия не исчерпывают всего многообразия влияний, которым подвержен клиент во время психотерапевтической сессии. Они лишь позволяют выделить наиболее существенное и, тем самым, максимально эффективно структурировать психотерапевтическую работу. Всегда могут существовать некоторые «Факторы Н (неизвестные)», которые могут воздействовать на клиента, но по тем или иным причинам не замечены, проигнорированы, не учтены при реализации психотерапевтических процедур. Хотя они и неизвестны, но их влияние может быть весьма существенным.

«Факторы Н» могут быть и вполне научно обоснованными, и лежащими за преде-

лами традиционных естественнонаучных воззрений. Например, так называемые трансцендентные феномены. Сюда можно отнести Божественное Провидение, биоэнергетические явления, экстрасенсорнику, оккультизм и т.п. Это все те экзотерические и эзотерические феномены и воззрения, которые едва ли возможно научно обосновать и доказать. Однако, отсутствие строгих доказательств существования этих явлений, не дает основания полностью их игнорировать. Кроме того, сама по себе вера в них позволяет получить вполне материальный осязаемый результат. А коль так, то «трансцендентные факторы» могут и должны становиться предметом обсуждения, в случае готовности или желания клиента эту тему затронуть. Порчи, проклятия, сглазы, наказания за грехи и любые другие субъективные реальности клиента попадают в сферу прицельного суггестивного воздействия. На начальных этапах психотерапии вполне оправдано суггестивное поощрение социально приемлемых, освященных традицией ритуалов, а также медитативных (в частности молитвенных) практик.

Таким образом, какой бы ни была очевидной и понятной причинно-следственная цепочка событий, сопутствующих проблеме, все равно необходимо допускать (держат в уме!) возможность воздействия «фактора Н». Это уберегает психотерапевта от опасности превращения обычной рабочей гипотезы в твердое незыблемое убеждение. В МСП суще-



ствуєт своєобразна максима – «Если ты в чем-то полностью уверен, значит, ты заблуждаешься». Эта максима становится и формулой внушения и при работе с клиентом. Может быть все, что угодно. Ничего нельзя знать наверняка, и знание этого (точнее, принятие этого факта) повышает «психологический иммунитет» человека.

Приведенный выше краткий обзор основных модальностей суггестивного психотерапевтического воздействия позволяет определиться с направленностью базовых внушений. Именно они определяют стратегическую направленность психотерапевтической работы. В МСП, реализация психотерапевтических процедур сопровождается внушением следующих идей:

Проблема, заявленная клиентом, не является уникальной. Она может быть преодолена, или, по крайней мере, существенно уменьшена, если действовать последовательно, целенаправленно, и в соответствии с рекомендациями психотерапевта.

Проблема всегда возникает под воздействием множества факторов. Не существует единственно верной «причины» ее возникновения. Все пояснения причин – всего лишь версии. Важна не «истинность» версии, а ее способность повышать качество жизни человека.

Проблема всегда возникает на фоне какого-то определенного способа, образа или стиля жизни, который необходимо изменить. Существует такой персонально идеальный

стиль жизни, при котором проблема (проблемы) минимизируются или исчезают вовсе.

Для выхода на персонально идеальный стиль жизни необходимо научиться «правильно» мыслить, реагировать, действовать. В основе «правильного» мышления лежат базовые мировоззренческие идеи-принципы непрерывной изменчивости, взаимосвязи, относительности, необратимости, самоорганизации, динамического равновесия. На основе данных идей-принципов можно разрабатывать конкретные правила поведения, и формировать максимально адаптивную индивидуальную «картину мира».

Признаками удачного выхода на персонально идеальный стиль жизни является устранение (уменьшение) актуального страдания, а также осознание осмысленности, нужности, интересности жизни. При выходе на персонально идеальный стиль жизни существенно повышаются показатели общей адаптивности, аутентичности, самостоятельности, самодостаточности и креативности.

Приведенные выше идеи намечают контуры и общую направленность психотерапевтических внушений. На каждом сеансе подбираются индивидуальные формулы внушения, подходящие под данного клиента в данный момент времени. После систематического мультимодального суггестивного воздействия, как правило, проблема клиента устраняется или берется под контроль, ассимилируется (но не капсулируется!) и органич-

но встраивается в более адаптивный стиль жизни и саногенную «картину мира».

При реализации МСП, на каждом психотерапевтическом сеансе происходит своеобразное «сканирование» клиента по ведущим модальностям. Некоторые проблемные зоны выпячиваются больше, другие меньше. Таким образом, формируется некий «профиль проблемы». Этот профиль и задает локальную стратегию работы в «сейчас». Можно сказать, что в процессе психотерапевтической работы оценивается область ближайшего развития или устремления клиента, и в соответствии с ней осуществляется адаптогенная трансформация его мышления и поведения.

Усреднение множества локальных «профилей проблемы», позволяет определить уже общую стратегию мультимодального суггестивного психотерапевтического воздействия. Следует отметить, что подобная общая стратегия не является чем-то окончательным, фиксированным, неизменным. Она может кардинально меняться в зависимости от развития психотерапевтической ситуации.

**Выводы и перспективы последующих исследований.** Мультимодальное суггестивное воздействие является эффективной комплексной системой психотерапевтической помощи людям с психическими и поведенческими расстройствами. Модальности суггестивного психотерапевтического воздействия связаны с общей стратегией Мультимодальной суггестивной психотерапии. К основным

модальностям суггестивного психотерапевтического воздействия относятся: «психический статус», «когнитивные процессы», «состояние сомы», «рефлекторные побуждения-действия», «актуальные потребности», «стратегии преодоления». Оценка этих модальностей позволяет задавать стратегическую направленность психотерапевтическим сессиям и выбирать конкретные приемы суггестивного воздействия.

К специфическим внушениям, используемым в Мультимодальной суггестивной психотерапии, отнесено внушение идеи персонально идеального стиля жизни. Основой персонально идеального стиля жизни является адаптивное мышление. В основе адаптивного мышления лежат базовые мировоззренческие идеи-принципы непрерывной изменчивости, взаимосвязи, относительности, необратимости, самоорганизации, динамического равновесия. Данные идеи-принципы позволяют формировать максимально адаптивную «картину мира» и выбирать наиболее эффективные формы реагирования и поведения в конкретных ситуациях.

Показано, что на каждом психотерапевтическом сеансе необходимо осуществлять оценку ведущих модальностей суггестивного психотерапевтического воздействия. На основе этой оценки определяется «профиль проблемы» и область ближайшего возможного развития клиента. Данный профиль задает локальную стратегию работы на каждом кон-

кретном психотерапевтичному сеансі. Усреднення множини локальних «профилей проблеми», дозволяє визначити загальну стратегію мультимодального сугестивного психотерапевтичного впливу.

В найближчій перспективі планується продовжити дослідження по розробці концептуальних положень і процесуальної моделі мультимодальної сугестивної психотерапії.

#### Перелік використаних джерел:

1. Александров А. А. Психотерапия: учебное пособие. / А.А. Александров. – СПб: Питер, 2004. – 480 с.
2. Буль П. И. Психотерапия, гипноз и внушение в практической медицине / Д.Г. Буль. – Л., 1990. – 91 с.
3. Бурлачук Л. Ф., Кочарян А.С., Жидко М.Е. Психотерапия: Учебник для вузов / Л.Ф. Бурлачук, А.С. Кочарян, М.Е. Жидко – 3-е изд. – СПб.: Питер, 2012. – 496 с.
4. Бурно М. Е. Клиническая психотерапия / М.Е. Бурно. – М.: Академический Проект; Деловая книга, 2006. – 800 с.
5. Манилов І. Ф. Словесне психотерапевтичне навчання: можливості вдосконалення / І.Ф. Манилов // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки: збірник наукових праць. – Миколаїв: МНУ ім. В.О. Сухомлинського,
6. Манилов І. Ф. Развитие адаптивного мышления с помощью конфронтационной сугестии [Электронный ресурс] / И.Ф. Манилов // Технологии развития интеллекту. – 2016. – Т. 2, № 1(12) – Режим доступа: [http://www.psytir.org.ua/upload/journals/2.1/authors/2016/Manilov\\_Igor\\_Felixovich\\_Rozvytok\\_adaptyvnogo\\_myshleniya\\_zh\\_dopomogoyu\\_konfrontatsijnoi\\_sugestii.pdf](http://www.psytir.org.ua/upload/journals/2.1/authors/2016/Manilov_Igor_Felixovich_Rozvytok_adaptyvnogo_myshleniya_zh_dopomogoyu_konfrontatsijnoi_sugestii.pdf).
7. Манилов І. Ф. Некоторые особенности сугестивной

коррекції «картини світу» / І.Ф. Манилов // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – 2017. Вип. 3, Т. 1 – С. 209–213.

8. Манилов І. Ф. О методах мультимодальной сугестивной психотерапии / И.Ф. Манилов // Проблемы современной психологии: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. – Вип. 38. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2017. – С. 281 – 292.

9. Манилов І. Ф. О психотерапевтическом персонально-идеальном стиле жизни / И.Ф. Манилов // Проблемы современной психологии: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. – Вип. 39. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2018. – С. 146 – 156.

10. Манилов І. Ф. О психотерапевтических механизмах мультимодального сугестивного воздействия / И.Ф. Манилов // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки». – 2018. Вип. 1, Т. 2 – С. 190–195.

11. Тукаев Р. Д. Психотерапия: теории, структуры, механизмы / Р.Д. Тукаев – М.: ООО «Медицинское информационное агентство», 2007. – 392 с.

12. Холмогорова А. Б. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия / А.Б. Холмогорова, Н.Г. Гаранян // Основные направления современной психотерапии. – М.: «Когито-Центр», 2000. – С. 224-267.

13. Beck A.T., Freeman A. (1990) Cognitive therapy of personality disorders. – N.Y.: Guilford Press.

14. Ellis A. (1993) Reflections on Rational-Emotive Therapy / J. of consulting and clinical psychology. 61, 2, 199-201.

#### References (Transliteration):

1. Aleksandrov A. A. Psihoterapiya: uchebnoeposobie. / A.A. Aleksandrov. – SPb: Piter, 2004. – 480 s.
2. Bul P. I. Psychoterapiya, hipnoz e vnushenie v prakticheskoymeditsine / D.G. Bul. – L., 1990. – 91 s.
3. Burlachuk L. F., Kocharyan A.S., ZHidko M.E. Psihoter-

apiya: Uchebnik dlya vuzov / L.F. Burlachuk, A.S. Kocharyan, M.E. ZHidko – 3-e izd. – SPb.: Piter, 2012. – 496 s.

4. *Burno M. E.* Klinicheskaya psihoterapiya / M.E. Burno. – M.: Akademicheskii Proekt; Delovaya kniga, 2006. – 800 s.

5. *Manilov I. F.* Slovesne psihoterapevtychne naviyuvannya: mozhyvosti vdoskonalennya / I.F. Manilov // Naukoviy visnik Mikolaivs'kogo nacional'nogo universitetu imeni V.O. Suhomlyns'kogo. Psihologichni nauki: zbirnik naukovih prats'. – Mikolaiv: MNU im. V.O. Suhomlyns'kogo, 2014. – Vyp. 2.13 (109). – S. 140–145.

6. *Manilov I. F.* Razvitie adaptivnogo myshleniya s pomosh'yu konfrontatsionnoi suggestii [Elektronniy resurs] / I.F. Manilov // Tekhnologii rozvytku intelektu. – 2016. – T. 2, № 1(12) – Rezhym dostupu: [http://psytir.org.ua/index.php/technology\\_intellect\\_develop/issue/view/17](http://psytir.org.ua/index.php/technology_intellect_develop/issue/view/17)

7. *Manilov I. F.* Nekotorye osobennosti suggestivnoy korrektsii «kartynymira» / I.F. Manilov // Naukoviy visnik Hersons'kogo derzhavnogo universitetu. Seriya «Psihologichni nauki». – 2017. Vip. 3, T. 1 – S. 209–213.

8. *Manilov I. F.* O metodah mul'timodal'noj suggestivnoy psihoterapii / I.F. Manilov // Problemy suchasnoi psihologii: Zbirnik naukovih prac' Kam'yanec'-Podil's'kogo nacional'nogo universitetu imeni Ivana Ogienka, Institutu psihologii imeni G.S. Kostjuka NAPN Ukrainy. – Vip. 38. – Kam'yanec'-Podil's'kij :Aksioma, 2017. – S. 281 – 292.

9. *Manilov I. F.* O psihoterapevticheskom personal'noideal'nom stile zhizni / I.F. Manilov // Problemi suchasnoi psihologii: Zbirnik naukovih prac' Kam'yanec'-Podil's'kogo nacional'nogo universitetu imeni Ivana Ogienka. – Vip. 39. – Kam'yanec'-Podil's'kij :Aksioma, 2018. – S. 146 – 156.

10. *Manilov I. F.* O psihoterapevticheskikh mekhanizmah mul'timodal'nogo suggestivnogo vozdejstviya / I.F. Manilov // Naukoviy visnik Hersons'kogo derzhavnogo universitetu. Seriya «Psihologichni nauki». – 2018. Vip. 1, T. 2 – S. 190–195.

11. *Tukaev R. D.* Psihoterapiya: teorii, struktury, mekhanizmy / R.D. Tukaev – [2-e izd.] – M.: OOO «Meditsinskoe informatsionnoe agentstvo», 2007. – 392 s.

12. *Holmogorova A. B.* Kognitivno-bihevioral'naya psihoterapiya / A.B. Holmogorova, N.G. Garanyan // Osnovnye napravleniya sovremennoj psihoterapii. – M.: «Kogito-Centr», 2000. – S. 224-267.

13. *Beck A. T., Freeman A.* (1990) Cognitive therapy of personality disorders. – N.Y.: Guilford Press.

14. *Ellis A.* (1993) Reflections on Rational-Emotive Therapy / J. of consulting and clinical psychology. 61, 2, 199-201.

### **Manilov Igor**

*PhD (Psychological Science), Senior Scientist, Leading Staff Scientist at H. S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv (Ukraine)*

## **MULTIMODAL SUGGESTIVE PSYCHOTHERAPEUTIC INFLUENCE: STRATEGY CHARACTERISTICS**

### **ABSTRACT**

The main modalities of the suggestive psychotherapeutic influence are considered in the paper, also it is demonstrated their connection with the general strategy of the Multimodal Suggestive Psychotherapy. It is shown that the multimodal suggestive influence is an effective complex system of psychotherapeutic aid for humans with mental and behavioral deviations. There are specified the following modalities of the suggestive psychotherapeutic influence: «mental status», «cognitive processes», «state of soma», «reflex impulses-actions», «actual needs», «overcoming strategies». It is found that evaluation of these modalities allows to vector psychotherapeutic sessions and to choose certain techniques of the suggestive influence. The directivity and content of basic suggestions in the Multimodal Suggestive

tive Psychotherapy are also determined. Suggestion of an idea of psychotherapeutic personal ideal lifestyle is considered as a specific one. It is shown that at the behavioral level the psychotherapeutic personal ideal lifestyle is manifested in an individually comfortable level of client's social activity and the kept full contact with reality. It is illustrated that to reach the level of personal ideal lifestyle the client should learn the use of some basic principles of adaptive intellection. It is based on the ideas-principles of continuous changeability, interdependence, relativity, irreversibility, self-organization and dynamic equilibrium. These ideas-principles make the basis for developing behavioral rules and formation of an adaptive «world view». Psychotherapeutic confrontational suggestion is the key method of the multimodal suggestive psychotherapeutic influence. This technique allows to destroy rigid dysfunctional cognitive formations and to create conditions for adaptogenic transformation of intellection. It is shown that during each psychotherapeutic session it is necessary to appraise a client by means of the basic modalities of suggestive psychotherapeutic influence. In result of such appraisal the "problem profile" and the field of a client's future development can be determined. This profile sets the local strategy of work for every psychotherapeutic session. Averaging of a number of local "problem profiles" gives an opportunity to develop a general strategy of the multimodal suggestive psychotherapeutic influence.

**Key words:** suggestion, suggestive influence, psychotherapeutic strategy, multimodal suggestive psychotherapy, adaptive intellection, psychotherapeutic personal ideal lifestyle, psychotherapeutic confrontational suggestion.

**Манилов Игорь Феликсович**

*Кандидат психологических наук, старший научный сотрудник, ведущий научный сотрудник, Институт психологии имени Г.С. Костюка Национальной академии педагогических наук Украины, Киев (Украина)*

**МУЛЬТИМОДАЛЬНОЕ СУГГЕСТИВНОЕ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ: ОСОБЕННОСТИ СТРАТЕГИИ**

**Аннотация.** В статье рассмотрены основные модальности суггестивного психотерапевтического воздействия и показана их связь с общей стратегией Мультимодальной суггестивной психотерапии. Показано, что мультимодальное суггестивное воздействие является эффективной комплексной системой психотерапевтической помощи людям с психическими и поведенческими расстройствами. Выделены основные модальности суггестивного психотерапевтического воздействия – «психический статус», «когнитивные процессы», «состояние сомы», «рефлекторные побуждения-действия», «актуальные потребности», «стратегии преодоления». Установлено, что оценка данных модальностей позволяет задавать стратегическую направленность психотерапевтическим сеансам и выбирать конкретные приемы суггестивного воздействия.

Определена направленность и содержание базовых внушений в Мультиmodalной суггестивной психотерапии. К специфическим внушениям отнесено внушение идеи психотерапевтического персонально идеального стиля жизни. Отмечено, что на поведенческом уровне, психотерапевтический персонально идеальный стиль жизни проявляется индивидуально комфортно уровнем социальной активности и сохранением полноценного контакта клиента с реальностью. Показано, что для выхода на персонально идеальный стиль жизни клиенту необходимо овладеть базовыми принципами адаптивного мышления. В основе адаптивного мышления лежат мировоззренческие идеи-принципы непрерывной изменчивости, взаимосвязи, относительности, необратимости, самоорганизации, динамического равновесия. На основе данных идей-принципов можно вырабатывать конкретные правила поведения и формировать адаптивную «картину мира». Ведущим методом мультиmodalного суггестивного психотерапевтического воздействия является метод психотерапевтической конфронтационной суггестии. Данный метод позволяет разрушать ригидные дисфункциональные когнитивные образования создает условия для адаптогенной трансформации мышления. Показано, что на каждом психотерапевтическом сеансе необходимо оценивать клиента по основным модальностям суггестивного психотерапевтического воздействия. На основе этой оценки определя-

ется «профиль проблемы» и область ближайшего возможного развития клиента. Данный профиль задает локальную стратегию работы на каждом конкретном психотерапевтическом сеансе. Усреднение множества локальных «профилей проблемы» позволяет определить общую стратегию мультиmodalного суггестивного психотерапевтического воздействия.

**Ключевые слова:** внушение, суггестивное воздействие, психотерапевтическая стратегия, мультиmodalная суггестивная психотерапия, адаптивное мышление, персонально идеальный стиль жизни, психотерапевтическая конфронтационная суггестия.

Дата отримання статті: 01.07.2018

Дата рекомендації до друку: 12.08.2018

Дата оприлюднення: 27.09.2018