

Научно-практический журнал
Республиканского общественного объединения
«Общество психологов и психотерапевтов „Гештальт-подход“»

№ 1 (4)

2026

BELARUSIAN GESTALT JOURNAL

Биография | Воспоминания | Сообщество | Наследие |

КОНСТАНТИН КОРОЛЁВ –
1960-2022

Учитель.
Коллега.
Человек.





Алена Воскресенская

Главный редактор журнала, кандидат педагогических наук, доцент, гештальт-терапевт, супервизор EAGT, ведущий тренер МГИ, член профсовета РОО «Общество психологов и психотерапевтов „Гештальт-подход“».

Слова памяти

В психотерапии мы лечим словом. С помощью слов мы передаем смыслы, эмоции, строим коммуникацию, говорим о любви и боли. В этом специальном выпуске будет много слов, посвященных нашему коллеге, учителю и другу – Константину Королёву.

В работе над выпуском приняло участие огромное количество людей, равнодушных к его наследию и затронутых его уходом. Каждый искал свои слова, чтобы передать воспоминания и чувства, связанные с Костей. Слова его близких и коллег соединяются в истории о Косте – человеке и профессионале, которого мы знали, любили, уважаем и помним. Это будут разные истории из его жизни, о взглядах на психотерапию и жизнь сообщества. Мы также включили истории, рассказанные им самим: фрагмент его книги «Три истории» и лекцию о зависимости.

Как супервизор, тренер и преподаватель Константин Королёв повлиял на становление и развитие профессиональной идентичности многих гештальт-терапевтов. Он умел находить слова,

чтобы поддержать как начинающих, так и более опытных терапевтов, был ясным в изложении своих идей и концепций, имел необычайный талант просто говорить о сложном, доносить свои мысли серьезно или с чувством юмора.

Если вам не довелось познакомиться с Костей, надеемся, наш журнал станет хорошим началом этой истории.

На одном из профессиональных интервью в проект меня спросили: кто из коллег оказал на вас наибольшее влияние? У меня не было ни минуты сомнения в том, что среди многих великих терапевтов, писателей и учителей Константин Королёв занимает в моей жизни совершенно особое место.

Я бесконечно ценю, что училась у Кости, брала у него супервизии, сотрудничала в рамках профсовета белорусского гештальт-сообщества.

Спасибо всем, кто работал над этим выпуском. Спасибо Косте, который объединил всех нас. Ты всегда будешь в нашей памяти и наших сердцах.

4	Биографическая справка	
5	ПАМЯТЬ	Коллеги вспоминают
13		Биографический очерк
30		Юрий Королёв. «Мы успели обсудить с ним все»
33		Дмитрий Королёв. «Вокруг Кости формировалось сообщество, которое шутливо называли „четвертой ступенью“»
35	НАСЛЕДИЕ	Виталий Жебентяев. Осмысление опыта совместной работы с Константином Королёвым в теме психосоматики
43		Тимофей Бимбад. Органайзер: как один журнал стал терапией и наследием моего учителя
46		Артур Синевич. «Услышать историю, которую нам рассказывают»: о чем первая часть книги Константина Королёва
47		Отрывок из книги «Три истории. Типы клиентских нарративов в психотерапевтической практике»
60		О зависимости (конспект лекции Константина Королёва)
63	Навсегда в нашей памяти	
67	В подготовке номера принимали участие	

BELARUSIAN GESTALT JOURNAL
Научно-практический журнал Республиканского общественного объединения
«Общество психологов и психотерапевтов „Гештальт-подход“»
Программа «Московский гештальт-институт»

Учредитель / Издатель
Республиканское общественное объединение «Общество психологов и
психотерапевтов „Гештальт-подход“»

Адрес и контакты редакции
Республика Беларусь, г. Минск, ул. Мележа, д. 1, оф. 1125
Bel.Gestalt.Journal@gmail.com
+37529 570-20-53 (главный редактор)
+37529 524-98-85 (ответственный редактор)
gestalt-podhod.by

Мнение авторов может не совпадать с точкой зрения редакции.
Перепечатка или тиражирование оригинальных материалов журнала в любом виде
допускается только с письменного разрешения редакции.
Рукописи не рецензируются и не возвращаются.

Подписан в печать 12.08.2026
Формат 60×90 1/8
Гарнитура PF BeauSans Pro
Бумага мелованная.
Печать офсетная, 8,5 усл.печл.
Тираж 299 экз.
Цена свободная

Номер 1 (4)
Август 2026

Издается с 2022 года. Выходит 2 раза в год.

Редакционная коллегия: Алла Вишневская, Петр Крупский,
Наталья Олифирович, Максим Пылев, Екатерина Скуратович,
Юлия Сушкова, Владимир Филипенко, Ирина Якубовская

Редакция

Главный редактор Алена Воскресенская
Ответственный редактор Марта Мартынюк
Контент-редактор Яна Соломенная
Стиль-редактор Оксана Бровач
Дизайн и верстка Екатерина Крицук-Тарасова

Фото на обложке: Алексей Матюшков, onliner.by
Источник фотоматериалов: Фотоматериалы предоставлены авторами и
героями публикаций, а также взяты с сайта pexels.com

Отпечатано: Общество с ограниченной ответственностью «НАВИТЕХ».
ЛП № 38200000018525 от 21.02.2017.
Ул. Асаналиева, д. 84/2, каб. 5, 220024 г. Минск, Республика Беларусь.
Заназ № 4376

КОНСТАНТИН КОРОЛЁВ – ОДИН ИЗ ПИОНЕРОВ ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИИ В БЕЛАРУСИ, ПСИХИАТР, ПСИХОТЕРАПЕВТ, ПРЕПОДАВАТЕЛЬ И СУПЕРВИЗОР, ОКАЗАВШИЙ ГЛУБОКОЕ ВЛИЯНИЕ НА РАЗВИТИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СООБЩЕСТВА СТРАНЫ.

**Родился 14 мая 1960 года в Ленинграде.
Ушел из жизни 12 августа 2022 года.**

Психотерапевтическая и обучающая деятельность:

Сертифицированный гештальт-терапевт, супервизор, ведущий тренер Программы «Московского Гештальт Института».

Один из основателей и ведущих тренеров РОО «Общество психологов и психотерапевтов „Гештальт-подход“» в Беларуси.

Организатор первых гештальт-групп в стране, ведущий ступеней программы МГИ.

Автор специализаций и проектов «Психотерапия психосоматических расстройств в гештальт-подходе и анализе», «Интерперсональный анализ для гештальт-терапевтов», «Душа и деньги», «Групповая терапия и тренинг», «Психосоматические расстройства в практике гештальт-терапии», «Клиническая гештальт-терапия», «Клинический вернисаж», «Групповой анализ для гештальт-терапевтов», организатор многочисленных интенсивов и шаттлов.

Практиковал индивидуальную, семейную, подростковую и групповую терапию, а также работал с зависимостями, кризисами, психосоматикой, сновидениями, сексуальными нарушениями.

Образование и ранняя карьера:

Окончил Минский государственный медицинский институт по специальности «психиатрия».

В 1984 году начал работать участковым психиатром в Минском городском психоневрологическом диспансере.

В 1992 году – ординатор, затем заведующий наркологическим отделением Республиканской клинической психиатрической больницы. С 1993 по 1995 год – ассистент кафедры психотерапии БелМАПО.

С 1995 по 2002 год – старший преподаватель кафедры психологии ФЭФ БГУ.

Позднее – доцент кафедры общей и клинической психологии факультета социокультурных коммуникаций БГУ.

Личность и вклад:

Обладал редким даром объединять людей и направления в психологии, создавая пространство для диалога и роста.

Был наставником и «терапевтическим отцом» для многих белорусских специалистов.

Отличался тонким чувством юмора, глубокой эмпатией и философским подходом к практике.

В последние годы жизни работал над книгой, которая была издана посмертно.



КОЛЛЕГИ ВСПОМИНАЮТ



Алла Вишневская

В те стародавние времена люди развивались в психотерапии индивидуально и автономно, не объединяясь ни в какие сообщества. Мы были самостоятельные люди, идущие своим путем в профессии. Мы жили в разных городах, были примерно одного возраста. Я никогда не была ни его клиенткой, ни ученицей. На первой и второй ступени я училась у Владимира Филипенко и Даниила Хломова и ничего про Костю не знала. Когда я стала интегрироваться в московское сообщество, там я впервые услышала его фамилию: «Костя Королёв из Беларуси», «О, Алла, ты из Беларуси, как Костя Королёв!». Сначала он появился в моей жизни как персонаж с именем. Говорили о нем с уважением, с улыбкой, к нему явно было хорошее отношение.

На Костю я обратила внимание на московской конференции, где он проводил потрясающую мастерскую. Она называлась «Гамп-гештальт» – по имени киногероя Форреста Гампа. Я пошла посмотреть, составить свое впечатление об этом человеке, и меня, конечно, заинтересовало, что такое «Гамп-гештальт». Его идея заключалась в том, как упростить психотерапевтические интервенции и сделать ясным запрос клиента. Ведь за большим количеством слов человек часто теряет смысл своего сообщения, какой-то простой личный запрос. Костя предложил

сводить фразы клиента, описывающие проблему, до простых конструкторов.

Он просил клиента: «Скажи прощай!», «Как объяснить Форресту Гампу – человеку с особенностями развития – что тебя беспокоит? Близость, смысл жизни... Что ты имеешь в виду? Что это такое вообще? Я не понимаю! Чего ты хочешь на самом деле? Скажи прощай!» Это было невероятно интересно и весело. Участник, с которым он проводил демонстрационную сессию, и смеялся, и злился, и в итоге находил суть проблемы!

Он помогал свести описание проблемы до предельно простого конструктора. Это восхищало. Я видела, как красиво мыслит этот человек. Именно тогда меня покорили красота его стиля и стройность мышления. Вот такое странное и долгое знакомство: от просто имени – к яркому человеку с оригинальной идеей, и наконец – к коллеге.

Это был очень преданный профессии человек. Просто эталонный психотерапевт. Он отдавал психотерапии практически все свое время. Я прекрасно понимаю, сколько сил уходило у него не только на прием клиентов, супервизию и группы, но и на собственное развитие: он много читал, размышлял, продолжал учиться. У него была очень цепкая память, комбинаторные способности, лингвистическая одаренность, он мог создать ясный концепт, что чувствовалось в его лекциях, очень интересных и глубоких. Это были не просто вычитанные идеи, а глубоко осмысленный и интегрированный материал. Он был невероятно компетентным, но не выставлял это напоказ.



Федор Пекарский

Мое становление – и в философии как первой профессии, и в теоретической психологии, и в гештальт-терапии – происходило в тесной связи с Костей Королёвым. Вершиной нашего сотрудничества должен был стать проект, запланированный на осень 2023 года, – специализация по философии практики гештальт-терапии. Однако судьба распорядилась иначе.

С Костей я познакомился, еще будучи студентом философско-экономического факультета БГУ, где впервые было открыто отделение психологии. На тот момент он был старшим преподавателем на одноименной кафедре: без степени, без звания, но с первого взгляда и в разговоре однозначно воспринимался как очень опытный практик. Его, по сути, и пригласили в самом начале формирования ведущего направления подготовки теоретических психологов, чтобы он передавал свой богатый опыт.

Мы пересекались на некоторых его лекциях и на полях факультета – в рамках различных конференций, иногда просто в курилках – местах неформального общения. Слово за слово мы узнавали друг друга и постепенно проникались взаимным интересом и уважением. Я был молод, активен, искал себя в философии и был полон творческих замыслов. А Костя, похоже, нуждался в единомышленниках, в новаторских идеях и свежих взглядах из смежных областей социально-гуманитарного знания. Уже тогда, в начале 90-х, он фактически задавался вопросами, которые сегодня только выносятся на широкое обсуждение: о поле и его феноменах, о характере изменяющихся условий социокультурной динамики, о необходимости и возможностях оптимизации методологии психотерапии как таковой.

Вспоминаю с грустной улыбкой, что мы всегда спорили. О философии, о психологии, о событиях в мире и их размерности... Что в итоге позволяло сверяться, причем нам обоим. И находить новые аргументы в литературных источниках либо собственных штудиях.

Максим Пылев



С Костей я был знаком, но близких и плотных отношений у нас не сложилось.

Мы впервые встретились в 2004 году на интенсиве по теме зависимостей. Я знал, что Костя в ней глубоко разбирался. После этого интенсива я пошел к нему учиться на первую ступень. В тот период у меня были внутренние торги: идти в терапию либо заниматься другими вопросами. Я был достаточно молодым человеком, мне было всего 24 года. Вышло так, что я походил на первую ступень буквально два-три модуля, а потом ушел работать в другую сферу. Но даже посетив эти немногие встречи, я отметил для себя Костю как мудрого и устойчивого человека.

Когда я пошел на второй круг в гештальт и вернулся на первую ступень, я учился уже у других тренеров. Но образ Кости всегда оставался со мной, я планировал и собирался пойти к нему учиться позже. Это грустный момент: теперь, когда Кости не стало, я сожалею, что всегда держал в голове мысль: «Вот сейчас я закончу эту ступень, а потом пойду к нему на проект». Это мое большое сожаление до сих пор; оно научило меня тому, что какие-то дела и встречи не стоит откладывать, а надо брать и делать, пока есть возможность. Я бы хотел быть тем человеком, который учился у Кости Королёва.

Владимир
Филипенко



Честно говоря, я даже уже не помню, как мы познакомились. Но у меня сохранилось яркое, даже эпохальное впечатление.

Я в то время выбирал, учиться на психоанализе или в гештальте. И, главное, у кого учиться. Я попал на конференцию Московского гештальт-института, где мы с Костей и пересеклись. Он собрал первую обучающую программу по гештальту в Минске, которую вел Олег Немиринский. И мне он предложил идти в эту группу учиться.

Но тогда мне по душе больше пришелся Данила Хломов, и я пошел к нему. Но то, что группа, собранная Костей и Олегом, была началом гештальта в Беларуси – это факт.

Вспоминается мне из самого раннего, как Костя сделал очень сильную и значимую конференцию в Лиде. Там была психиатрическая больница, главный врач которой согласился провести это мероприятие. Событие это было, безусловно, фундаментальное: больше никто такого не делал и не повторил. На эту конференцию он собрал гештальтистов (Данилу Хломова, Олега Немиринского), пригласил Римантаса Кочюнаса из Литвы, а также весь наш психиатрический бомонд и многих-многих других видных деятелей. Такого больше я в жизни не видел, чтобы столько специалистов собрались вместе. Все это была инициатива Кости.

Надо признать, что в те времена Костя был ведущим психотерапевтом Беларуси. Я хорошо помню, что ходили видеокассеты с его лекциями.

Сам же Костя старался обучаться во всех современных направлениях. В этом отношении он был, в хорошем смысле, неугомонным.

” ”

Ирина Якубовская



Впервые я увидела работу Константина Юрьевича на втором Большом Белорусском интенсиве, когда он пришел тренингом в мою терапевтическую группу. Там я поняла, что буду всеми силами пытаться попасть к нему на терапию, что это – мой терапевт. Энциклопедически образованный, оригинально мыслящий, подлинный, влюбленный в психотерапию, неустанно обучающийся, с прекрасным слогом. За ним хотелось идти, внимать, повторять.

Доверие укрепилось после наблюдения за сессией, которую он провел, и последующего развернутого разбора. Я не могу вспомнить сейчас описание проблемы и нарратив клиента, но четко помню ощущение от их встречи – мурашки по всему телу. Навсегда отпечаталось в памяти мое удивление начинающего терапевта: как филигранно и тонко он подвел первичный рабочий материал к метафорической работе, в которой клиент звучал своей болью.

Костя описывал (рисовал словами) клиенту картину, родившуюся как отклик на это звучание. Так неназываемые и вытесняемые элементы опыта клиента стали активными и проявленными в их диалоге. Терапевт создал условия для раскрытия подлинной картины бытия клиента. Это было неподражаемо, глубоко до самого ядра, трепетно.



Наталья
Олифирович

В 1999 году мы познакомились на каком-то неформальном гештальт-мероприятии, которое проходило в подвале на улице Богдановича. То ли к нам кто-то приезжал на семинар, то ли это было наше собрание. Костя был оживлен, сыпал цитатами.

В следующий раз мы встретились на озере Лосвидо, кажется, в 2001 году. Это произошло на большом мероприятии, которое называлось «Арт + гештальт». Это было какое-то фееричное событие с огромным количеством мастерских. Я делала мастерскую про самого страшного клиента, и, конечно, мне самой было страшно. Поэтому я попросила Сергея Мартыненко побыть моим котерапевтом. Мы обсудили план, и когда все началось, я сильно тревожилась – туда пришло около 40 человек. Костя пришел с Леной Петровой, и, когда началась работа группы, у нас случилась конфронтация. Было интересно, потому что участники из-за нашего живого диалога стали расщепляться. Из-за разных мнений мы даже переругались, и это было одновременно забавно и воодушевляюще.

В 2002 году мы делали большую конференцию по гештальту совместно с БГПУ. У меня до сих пор хранятся раритетные сертификаты, где есть две печати: московского гештальт-института с двуглавым орлом и факультета психологии БГПУ имени М. Танка. Костя должен был делать мастерскую на этой конференции. Накануне вечером он пришел ко мне домой пообщаться. У меня в гостях тогда был Денис Хломов – в те годы мы все были в теплых близких отношениях и не снимали коллегам

жилье, поэтому он обычно останавливался у меня. Мы очень много разговаривали и разошлись далеко за полночь. Именно тогда начали складываться какие-то наши человеческие отношения – не формальные, а скорее глубокие и личные.

Владимир
Доморацкий



Он был невероятно интересным собеседником. Мы тесно общались еще в конце 90-х, когда в одно и то же время обучали слушателей в Москве в Институте психотерапии и клинической психологии. Кстати, записи некоторых его семинаров до сих пор там в ходу. В издательстве института вышла его книга «Как избежать алкогольного срыва?», написанная хорошим языком и имевшая популярность у целевой аудитории.

Костя – один из очень немногих людей на моем жизненном пути, кто обладал поистине энциклопедическими знаниями, причем не только в области психотерапии, но и в ряде смежных дисциплин. Я даже как-то сказал ему:

”

Костя, знаешь, я по-доброму завидую твоей памяти. Я вроде бы тоже на нее не жалуюсь, но когда наблюдаю, как ты помнишь и цитируешь всех и вся, то искренне восхищаюсь тобой!

Дмитрий Дьяков



Константин Юрьевич был моим преподавателем

в университете, читал у нас курсы по психопатологии и когнитивно-поведенческой психотерапии.

Мне очень нравились его стиль преподавания и содержание его лекций. Константин Юрьевич был очень эрудированным преподавателем и специалистом. Именно это привлекало молодых студентов, будущих специалистов, таких как я.

Я был не единственным, кто, вдохновившись им, подошел и спросил, можно ли как-то глубже погрузиться в обучение психотерапии – в том виде, в котором она тогда существовала. Он занимался прежде всего гештальт-терапией, и, соответственно, у меня появился интерес к тому, чтобы изучать это направление. Тогда я и пришел к нему учиться. Под его руководством я, кстати, защищал свою дипломную работу. Но был и такой период в наших отношениях, когда он перестал быть для меня преподавателем в академическом смысле: какое-то время Константин Юрьевич был моим психотерапевтом.

В дальнейшем он стал моим коллегой. Особенно в тот период, когда я на базе факультета создал Институт психологии и пригласил его присоединиться к образовательным проектам. Мне вспоминается один из знаковых проектов, который назывался «Psychoterapie» (игра слов, «психотерапевтический пирог»). Суть его заключалась в том, чтобы раскрыть разные направления для людей, которые еще не погружены в психотерапию, и познакомиться с ними специалистов в рамках одного

проекта. Одним из этих направлений был психоанализ; как раз в этот период Константин Юрьевич уже был достаточно погружен в психоаналитическую работу.

Дальше у нас с Константином Юрьевичем был целый ряд других проектов. Он не единожды участвовал в ретритах, которые я организовывал на базе Минского центра КПТ. Мне удавалось создавать такие проекты, в которых ему было интересно и в которых он, на мой взгляд, максимально мог проявить свой талант, опыт и мастерство. Это были длительные и многогранные отношения.

Константин Петров



С Костей я знаком очень-очень много лет. Еще до того, как мы с ним встретились в университете.

Он приезжал в Молодечно с курсами по НЛП.

Моя мама училась у него и всегда очень тепло отзывалась. У нее на работе Костя проводил семинары, а я его еще тогда запомнил как «дядю Костю». Я был совсем маленький.

Уже в сознательном возрасте я с ним встретился в Минске, когда учился в вузе. Костя в рамках университетской программы преподавал психоанализ. Он не просто теорию рассказывал, а читал аналитические случаи с пациентами и их для нас интерпретировал. Было очень интересно слушать, как он рассуждал, как аналитически размышлял про пациентов, комментировал, каким он видит то, что происходило между аналитиком и пациентом.

Он выделялся на фоне других преподавателей, потому что был не академичен. Видно было, что он был влюблен в свою работу. Ему нравился и гештальт, и говорить о психоанализе он любил.



Юлия Байдала

Вся моя жизнь в гештальте связана с Костей. До 42 лет я вообще не слышала о гештальте. Я была программистом и жила в совершенно другой, технической среде – словно в параллельном мире. Однако случилось так, что я пережила одновременно два потрясения: распался брак и я потеряла работу. Вместо полноценной занятости я стала работать «на подхвате» на медицинской кафедре.

Одна из подруг предложила мне взбодриться и сходить на двухдневный тренинг «Душа и деньги». Это был 2004 год. Вечером первого дня я пришла домой и позвонила подруге. Помню, сказала ей: «Все, я влюблена в ведущего. Это тот человек, который захватил весь мой мир, настолько он грамотен и интеллигентен». Подруга послушала меня и ответила: «Юля, ты ищешь себе любовника или учителя? Любовников может быть сколько угодно, а такой учитель – один».

Эти слова оказались очень верными. Потому что на самом деле Костя для меня – прежде всего Учитель. Я называла его и гуру, и сэнсэем, и как только возможно. Он всегда смущался. Его талант – именно в учительстве. Он мог передавать не только знания, но и отношение к жизни. Все, что ты изучаешь, становится интересным. Если я, абсолютный «технар», так восхитилась после одного дня...

На второй день я пришла уже влюбленной не в Костю, а скорее в то, с чем он меня знакомил. На том же тренинге было объявление о том, что он набирает первую ступень. Я прошла у него первую, вторую и третью ступени, а также такое количество специализаций, что я, даже если постараюсь, не смогу все посчитать и вспомнить.

Несмотря на то, что разница в возрасте у нас совсем небольшая – он старше меня буквально на год и пару месяцев, – ощущение его наставничества я пронесла до конца его жизни. Он всегда был идущим впереди, а я – его ученицей. Хотя лет за десять до его смерти мы уже стали коллегами. Но пересекались мы в этом качестве исключительно в команде тренеров на интенсивах. Там он дал мне знать, что воспринимает меня как равную, что я коллега. Я до сих пор храню его слова, которые он сказал мне в конце нашего последнего совместного интенсива: «Ты была тем стабильным человеком, на которого я мог опереться». Для меня было важно и ценно, что он признал во мне профессионала.

Вероника Серёгина



Психология стала для меня второй профессией, и именно рядом с Костей этот переход – сложный, хрупкий, наполненный неловкостью, сомнениями и скрытым стыдом – оказался возможным и безопасным. В такие моменты человек особенно уязвим: прежняя идентичность уже не работает, а новая еще не сформирована. Все кажется зыбким, неопределенным и тревожным. С Костей в этом пространстве было удивительно свободно.

Мне посчастливилось проживать рядом с ним самые трудные профессиональные и человеческие ситуации. Он умел объяснять сложные вещи простым, ясным языком – так, что возникало фундаментальное ощущение: «со мной все в порядке». Это было не утешение, а глубокое восстановление внутренней опоры. Возможно, это можно назвать талантом или даже даром: находить такие слова и такие интонации, благодаря которым человек вновь обретает устойчивость и желание идти дальше.

Любовь Мирончик



Летом 2004 года я поехала на интенсив МГИ. Мне посчастливилось попасть в группу Константина Юрьевича Королёва. Меня поразили его чувствительность, умение слышать и глубоко понимать людей. Очарованная Костей, после интенсива я пошла к нему на тренинг «Душа и деньги». Тогда я еще не осознавала своего напряжения, страхов и уязвимости. Сработали мои психологические защиты, и между нами произошел конфликт.

Когда через месяц я позвонила Косте, чтобы записаться на первую ступень, он отказал. Я возразила: меня не надо учить, я сама буду учиться у него – блестящего профессионала высочайшего уровня. Он даже не сказал мне, где будет проходить группа первой ступени. Я узнала адрес самостоятельно, опоздала, но села в круг. Один из участников, Саша Тымонюк, поставил для меня свободный стул. Костя промолчал. А потом произнес: «Люба очень хочет учиться на гештальт-терапевта».

Затем была вторая, третья ступень, личная терапия. Я прошла почти все специализации, которые вел Константин Юрьевич. Мой сын и моя дочь тоже были у него в терапии. Я ушла, освободив место детям, и по рекомендации Кости пошла в психоанализ.

И в кабинете, и в жизни – он был Настоящим! Был искренним, терпеливым, никогда не отказывал в помощи. Умел увлечь других своей идеей. Меня восхищала его мудрость, его ясный ум. Мудрость – это не просто энциклопедические, теоретические знания, а опыт и своя жизненная философия. Это то, что прожито и понято через собственное видение.

Тамара Панчихина



Я познакомилась с Костей в 2009 году. Тогда я училась на специализации по зависимостям у Вячеслава Цырлина, куда он для сертификации пригласил Костю Королёва. Перед этим я проводила сессию и получила сильную критику, в которой меня задело что-то свое, нарциссическое и болезненное. Поэтому предстоящей сертификации я очень боялась. Накануне позвонила коллеге, который был знаком с Костей, чтобы узнать, чего ждать от Кости. Ответ был следующим: «Ты не бойся, он толковый, справедливый. Ты очень много полезного возьмешь из его обратной связи». Так и вышло.

В 2010 году я сертифицировалась как гештальт-терапевт. Тогда же я завершила работу со своим терапевтом. Помню, обратилась к приятельнице со второй ступени, которая ходила к Косте на личную терапию. «Поговори с ним, возможно, он возьмет меня». Когда мы созвонились, первый вопрос Кости был: «Вы были четыре года в терапии. Зачем вам еще?» Я чувствовала, что мне есть что обсудить. В тот момент у меня было депрессивное состояние, я не понимала, для чего живу, моя семья была на грани распада.

Первая сессия проходила так: я говорю, а он слушает. На одной из встреч Костя достал блокнот и задал вопрос: «Что ты хочешь получить за время нашей работы?» Я ответила, что хочу начать практику как психолог. Я, конечно, как и многие самоуверенные люди, думала тогда naивно, что все решится само собой – и проблемы в браке, и депрессия...

Так началась наша работа. В то время у меня был период очень сильного конфликта в профессиональной среде. Я много говорила про зависть. В результате мне удалось сохранить брак и выйти из депрессии. И я начала свою практику!

Сергей Будько



С Константином Юрьевичем Королёвым я познакомился в Минске осенью 2002 года, когда учился на втором курсе Европейского гуманитарного университета. К этому времени я уже разобрался, что в университете можно получить прекрасное академическое психологическое образование, но психотерапевтическая подготовка программой не предусмотрена... И я начал искать, где можно обучаться терапии. Именно тогда, осенью 2002 года, в университет с информацией о начале первой ступени программы обучения гештальт-терапии пришла организатор групп Кости. В обучающую программу включились я с университетским другом и несколько наших одноклассников. Это и послужило поводом для знакомства с Костей и началом истории нашего общения.

Я не был Косте другом, чтобы дружить семьями, поскольку мы из слишком разных поколений. Старшим братом Костя мне тоже не был, по возрасту я ему в сыновья годился: на момент знакомства и начала общения я был 20-летним парнем в процессе становления. Костя стал моим первым учителем, а я его учеником.

Без сомнений, в начале знакомства Костя был для меня отцовской фигурой. Он внес значимый вклад в мое личностное и профессиональное становление. И в отношениях с Костей я добирал то, чего с моим отцом получить не удалось. Я не был в индивидуальной терапии у Кости, но прошел огромное количество часов групповой супервизии, обучение на первой и второй ступенях

в Минске, а потом и на третьей ступени уже в Москве, участвовал во множестве его специализаций, аналитических обучающих проектов, а также в его интенсивах – сначала в роли терапевта, потом супервизора, а позже и тренера.

Александр
Тымонюк



«Научитесь работать с зависимостями, остальное будет как семечки щелкать», – эту фразу я услышал от Кости на моем самом первом интенсиве МГИ «Депрессивные состояния» еще в 2003 году. Он вел у нас терапевтическую группу.

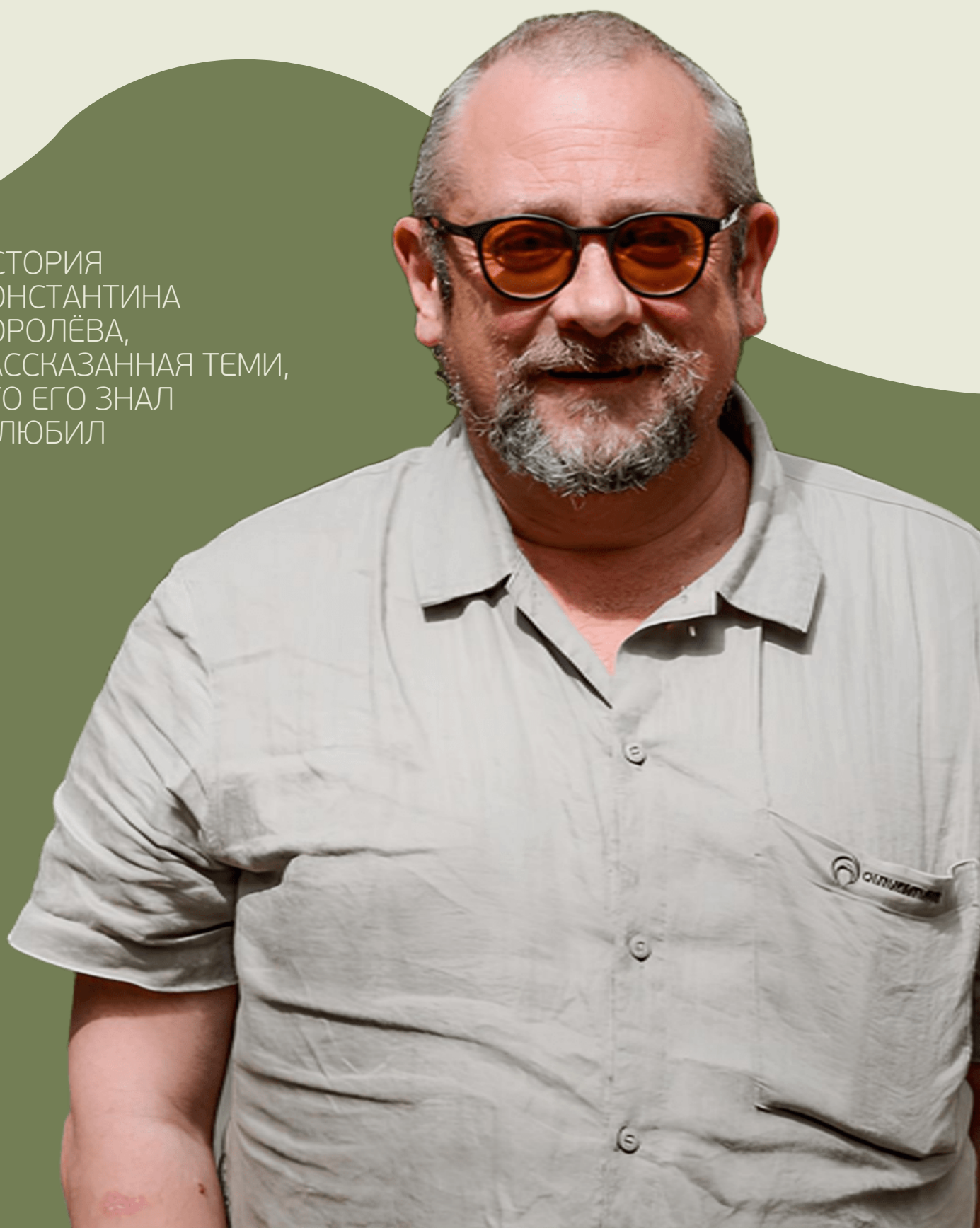
Там же Костя вел мастер-класс под названием «Классификация дур». Кроме того, он проводил масштабный мастер-класс по способам ухода из жизни, где группы ярко (фантазийно) демонстрировали свои сценарии ухода из этого мира. И, как ни странно, это было очень весело и энергично, люди через это встречались с обратной стороной смерти – жизнью и ее смыслами.

Таким грустным и веселым образом я был инициирован в самое главное – в живой интерес к терапии и психологии в целом. Был инициирован глубокомыслящим, веселым и человечным мужиком. Учиться на первую ступень я пошел к нему, но продолжил обучение в Одессе. Опять же, благодаря рассказам Кости о том, как хорошо вести терапию, сидя в тенике под деревом на пляже Каролино-Бугаза.

БИОГРАФИЧЕСКИЙ ОЧЕРК

«ВСЁ, ЧТО МОГУ...»

ИСТОРИЯ
КОНСТАНТИНА
КОРОЛЁВА,
РАССКАЗАННАЯ ТЕМИ,
КТО ЕГО ЗНАЛ
И ЛЮБИЛ



Его называли Учителем, Терапевтом, Человеком, Другом. Когда мы готовили материалы для специального выпуска журнала о Константине Королёве, то из раза в раз, из беседы в беседу мы слышали пусть и разные истории, но объединенные общими чувствами – уважения, благодарности, восхищения, любви и грусти от его ухода. Сотни и сотни людей соприкоснулись с Константином на его профессиональном пути, и у многих он оставил в сердце тепло от Встречи. Его помнят, его дело продолжают, о нем тоскуют, и сегодня мы хотим рассказать его историю глазами его близких, его учеников, его коллег и друзей.

«Однажды Костя подписал мне книгу: „Все, что могу...“ Это очень про его профессиональную жизнь», – вспоминает член профессионального совета белорусского гештальт-сообщества Ирина Якубовская. В профсовет РОО «Общество психологов и психотерапевтов „Гештальт-подход“» Константин Королёв

вошел с момента его образования и был тем человеком, по словам коллег, который неустанно помогал сообществу развиваться, сохранять ценности гештальт-подхода и психотерапии в целом.

О Константине Королёве нельзя сказать, что он был только гештальт-терапевтом. Он долго и активно преподавал в высших учебных заведениях, написал кандидатскую, множество статей, а также успел закончить книгу, в которой концептуализировал свои взгляды на психотерапию. В его опыте было много обучений: психиатрия в медвузе, НЛП, гипноз, КПТ, все возможные ступени гештальта и статус ведущего тренера сообщества. Уже в зрелом возрасте Костя начал изучать психоанализ. Он работал с самыми разными клиентами, исследовал психотерапевтические процессы в работе с зависимыми, с депрессией, с психосоматическими запросами и многим другим. Ему было интересно многое, и он шел за этим интересом.

”

«Он горел своим делом. Любил, выкладывался без остатка, не щадил себя и забывал о себе, увлекаясь рабочими идеями и их реализацией порой во вред здоровью. И это был его выбор, который он отстаивал, несмотря на очевидные тревожные сигналы.

Да, он жил своей работой, относился к ней, как к творчеству, искусству и новаторству. Его любопытство к устройству психики, сложным микро- и макросоциальным процессам – как в широком социуме, так и в психотерапевтическом пространстве – было неумным и истинно глубоким. Он транслировал образ увлеченного профессионала всем, кто был рядом, ненавязчиво «соблазнял» этим и подталкивал к витальности и подлинности контакта».

Ирина Якубовская

Но все-таки основным полем для психотерапевтического развития Константин Королёв выбрал гештальт-подход. Он организовал первые в Беларуси гештальт-группы, много лет вел первые, вторые и третьи ступени программы, множество специализаций, органи-

зовывал шаттлы, постоянно участвовал в мероприятиях сообщества – конференциях, интенсивах. Для огромного количества людей он стал проводником в мир гештальта, Отцом и Учителем, который поддерживал и в личных процессах, и в профессиональном пути.

”

«Костя был человеком редкой интеллектуальной глубины и подлинного профессионального достоинства. Его присутствие само по себе обладало терапевтическим эффектом: несколькими точными, выверенными словами он мог развернуть внутреннюю перспективу человека в моменты, когда, казалось, все ресурсы исчерпаны. Для многих он становился опорной отцовской фигурой – не директивной, не подавляющей, а устойчивой и надежной. Я прошла с ним весь путь обучения – с первой ступени – и неизменно чувствовала его внимательное, спокойное сопровождение, его способность быть рядом без давления и обесценивания».

Вероника Серёгина

«За все эти годы у Кости сформировался свой уникальный способ общения: с клиентами, с коллегами, с супервизируемыми. Некоторые методики и практики он сам создавал из своего терапевтического представления о людях и человеческой психике, которое сложилось благодаря многолетней активной работе. Мне кажется, если бы Костя прожил дольше, он оформил бы это в новое направление в психотерапии. В его планах было создать свой институт психологии».

”

Тамара Панчихина

КАК ВСЕ НАЧИНАЛОСЬ

Путь Константина Королёва в психотерапию начался в Минском медицинском институте, который он окончил в 1983 году как врач-психиатр. Уже в студенческие годы он оказался в эпицентре неформального движения, объединившего молодых врачей и психологов, интересующихся психотерапией. При кафедре психиатрии действовал закрытый кружок, куда допускались только по рекомендации. Там, в атмосфере интеллектуального подполья, обсуждались случаи, читались переводы Фрейда, Берна, Рожнова, велись дискуссии о гештальт-терапии и психоанализе.

Эти встречи стали для Королёва первой школой психотерапии. Он вспоминал их как «масонскую ложу» – пространство, где психотерапия существовала до того, как стала официальной дисциплиной. Параллельно он ездил в Ленинград, покупал редкие книги, общался с питерскими психологами, посещал библиотеку Института имени М. В. Бехтерева, где хранились машинописные переводы западных статей.

После окончания института Королёв недолго работал в психдиспансере, но экономическая необходимость вынудила его уйти в армию. Восемь лет он служил психоневрологом, содержал семью, видел другую реальность – особенно в последние два года службы в Венгрии, где впервые столкнулся с западным образом жизни.

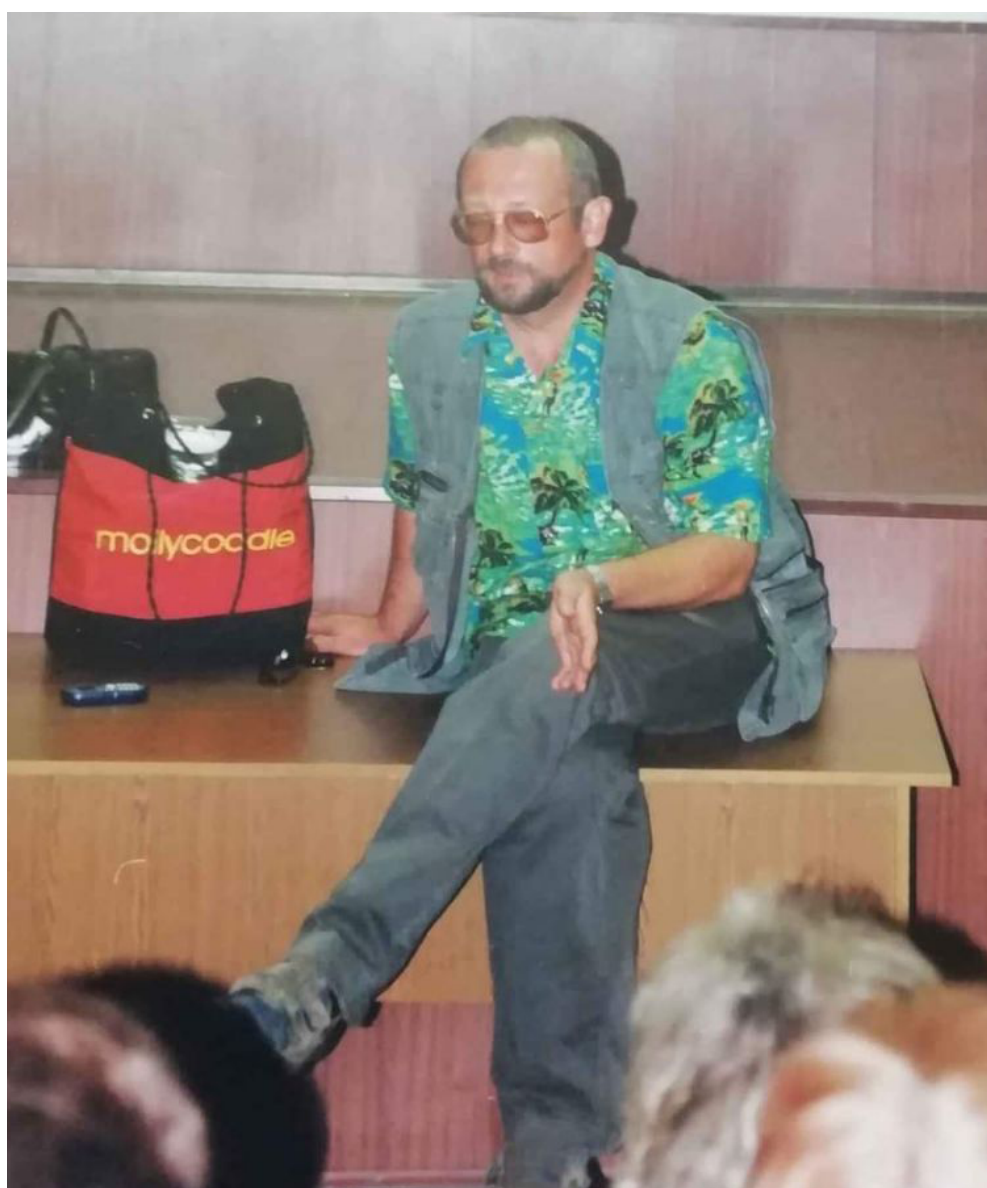
После распада СССР начался развал армии, и Константин решил уйти. Он вернулся в Беларусь в начале 1990-х – в момент, когда психотерапия только начинала оформляться как отдельная область. В 1992 году Константин Королёв пришел работать в кооператив «Альтермед» – один из первых центров, где психотерапия стала предоставляться как услуга. Его руководитель, Виктор Грудев, отправил Королёва учиться в Петербург к Борису Карвасарскому. Петербургская школа с ее интеллектуальной атмосферой и доступом к современным методам психотерапии стала для него мощным источником роста.

Параллельно он работал в Республиканской клинической психиатрической больнице в Новинках, в наркологическом отделении. Там он впервые начал вести группы – буквально по книге, оставленной предшественником. Он адаптировал методику лечения алкоголизма у женщин под мужские группы и неожиданно получил сильный эффект. Пациенты говорили: «Нас впервые лечат».

Он проводил терапевтические марафоны, внедрял новые методы, ездил на курсы по гипнозу и групповой терапии,

делал доклады, быстро стал заведующим отделением. Его карьера развивалась стремительно – благодаря сочетанию дисциплины, харизмы и способности учиться на ходу.

С 1993 года люди начали обращаться к Константину за пределами больницы. Так началась его частная практика – без вывесок, рекламы и лицензий, просто по сарафанному радио. Он видел, как меняется клиент: от зависимых и их семей в 1990-е до айтишников, предпринимателей и коллег в 2000-е.



ПРЕПОДАВАТЕЛЬСКАЯ И НАУЧНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

В 1993 году Королёва пригласили на кафедру психотерапии БелМАПО. Он совмещал клинику и преподавание, но через несколько лет ушел с кафедры из-за конфликта с заведующим.

”

«Костя был правдуром, и в частных беседах весьма нелестно высказывался о методе лечения алкоголизма, основанном на транскраниальной стимуляции мозга, который разработал профессор Кондрашенко. Узнав мнение своего подчиненного, профессор был сильно недоволен, и Костя счел для себя невозможным дальше оставаться на кафедре. Сотрудники и курсанты уговаривали его не уходить, потому что с огромным интересом слушали его лекции и получали удовольствие от профессионального общения с ним».

Владимир Доморацкий

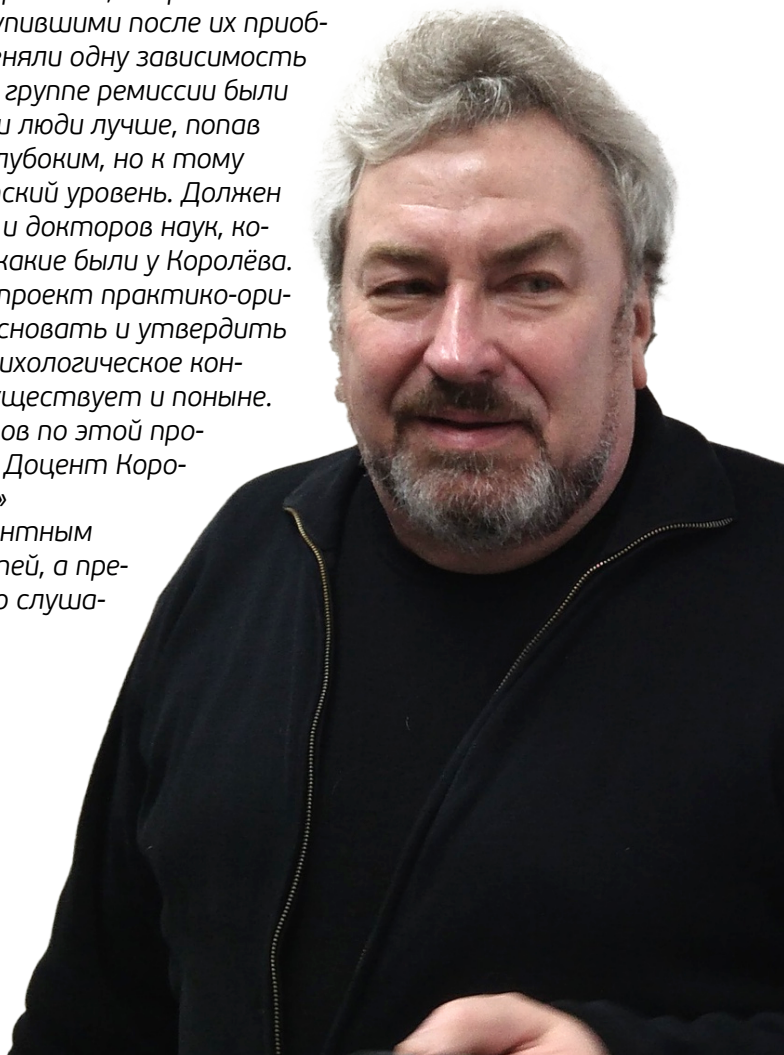
Вскоре Королёва пригласили в Белорусский государственный университет. Там он начал преподавать психотерапию, консультирование, психосоматику, психоанализ, групповую психотерапию. Занимался научной работой, готовил диссертацион-

ное исследование на любимую тему, но диссертацию так и не защитил. Оставалось лишь структурировать работу и правильно оформить, но для Кости это было скучным занятием, которое он все время откладывал.

«Работа была весьма интересной. Она была посвящена ремиссиям при алкоголизме. Он сравнивал три группы: одну лечили традиционными методами, вторую – с помощью пресловутого кодирования, а третью составляли лица со спонтанными ремиссиями, наступившими после их приобщения к религиозным сектам. По сути, они меняли одну зависимость на другую. Интересно, что именно в третьей группе ремиссии были наиболее качественными. Становились ли эти люди лучше, попав в секту, – другой вопрос. Исследование было глубоким, но к тому моменту Костя уже сильно перерос кандидатский уровень. Должен заметить, что знаю множество кандидатов и докторов наук, которые не обладают и половиной тех знаний, какие были у Королёва.

В конце 2011 года на нашей кафедре созрел проект практико-ориентированной магистратуры. Мы смогли обосновать и утвердить в классификаторе новую специальность – «Психологическое консультирование и психокоррекция», которая существует и поныне. Мы не менее восьми лет обучали магистрантов по этой программе, в рамках которой было 15 дисциплин. Доцент Королёв вел курсы «Практика гештальт-терапии» и «Психологическая реабилитация лиц с девиантным поведением». Он был практиком до мозга костей, а преподавательский талант позволял донести до слушателей тонкости работы с клиентами».

Владимир Доморацкий



На кафедре Константина Королёва ценили, хотя, по словам заведующего Владимира Доморацкого, кафедра – сообщество весьма специфическое, где у сотрудников много собственных амбиций и интересов.

«Костя умел ладить с людьми. Я никогда не слышал о нем от сотрудников худого слова. Он был светлым человеком. Преподаватели кафедры всегда отзывались о нем с большой теплотой».

Владимир Доморацкий

Преподавателем он был увлеченным, студенты его любили, растаскивали лекции на цитаты.

«У Кости была феноменальная память, это было видно и в университете, и позже в гештальте. Цитировал книги чуть ли не наизусть. Костя был очень начитанным, образованным. Его лекции и размышления... от них нельзя было оторваться. Он очень интересно рассказывал. Как лектор он был непревзойденный. Но у него была особенность – он говорил тихо. На занятиях его всегда просили говорить громче. На что он отвечал: «Если вы хотите меня слышать, пожалуйста, пересядьте поближе». По студентам в его аудитории было сразу видно, кто заинтересован в профессии – они занимали первые ряды. А те, кому было безразлично, сидели далеко».

Константин Петров

«Студенты на факультете записывали его изречения в тетради и передавали друг другу. Надо признать, что мало кто из преподавателей вузов может похвастаться подобным отношением студентов к своим занятиям».

Владимир Доморацкий



РОЖДЕНИЕ БЕЛОРУССКОГО ГЕШТАЛЬТ-СООБЩЕСТВА

Становление гештальт-сообщества в Беларуси – это во многом история о личной инициативе, энтузиазме и способности к сотрудничеству. Константин Королёв сыграл в этом процессе большую роль, выступив связующим звеном между белорусским профессиональным полем и московскими школами гештальта.

”

«Базовое обучение гештальт-терапии Костя проходил в Москве в начале 90-х, как и третью ступень у Боба Резника. Участниками той группы были люди, которые после создали большинство гештальт-институтов на постсоветском пространстве. Они и конкурировали между собой, но при этом сохраняли профессиональное и товарищеское уважение. Костю уважали как профессионала и ценили дружбу с ним».

Сергей Будько

Королёв лично ездил в Москву, участвовал в семинарах Олега Немиринского, договаривался о запуске обучающих программ, формировал группы, искал помещения, координировал расписания. Его усилия привели к запуску первой полноценной обучающей программы по гештальт-терапии в Беларуси в 1995 году, из которой вышли многие будущие лидеры подхода в стране.

Гештальт-терапия оказалась созвучна белорусскому менталитету: она предлагала более демократичную, разговор-

ную, телесно-ориентированную и групповую форму работы. Она побуждала к проговариванию, к выходу из молчания – а это было особенно важно в культуре, где десятилетиями доминировали сдержанность, недоверие и страх перед выражением чувств. И сам Королёв был гештальт-терапевтом не только в рабочем кресле: он придерживался принципов подхода и в жизни, он жил по-гештальтистски, как и завещал сам основатель гештальта Фриц Перлз.

«В Косте удивительным образом сочетались аутентичность, проявления ума и мудрости. С одной стороны, он был очень образованным, интеллектуальным, начитанным, а с другой – совершенно естественным, искренним и витальным. Он не был только рациональным или только чувственным, а был собой в этом балансе. Можно сравнить это с образом мудрецов, которые несут истину и которые создают каноны. Костя для меня в рамках гештальта именно такой мудрец. В буквальном смысле. В его словах было много афористичности, их хотелось запомнить».

”

Максим Пылев

Королёв не просто практиковал – он создавал среду, обучал, супервизировал, принимал экзамены, поддерживал коллег. Его ученики становились терапевтами, возвращались к нему через годы, приводили своих клиентов.

”

«Мне повезло, что я попал к нему в свое время и имел возможность много с ним общаться. Сначала как студент в рамках университета, потом как студент в рамках гештальт-программы, впоследствии как супервизант, ну и в последний год его жизни – как коллега, с которым мы вместе поработали на шаттле.

Он очень любил правду. Иногда казалось, что это жестко, больно, но он умел сказать, как есть, и хорошо это преподнести. Он находил слова и очень отрезвляющий был в этом смысле. Его за это и уважали, и опасались. Но, на мой взгляд, это была терапевтическая честность, где он откровенно признавался в своих ограничениях и напоминал коллегам, что они тоже с ними столкнутся. Эта прямолинейность чувствовалась в рамках работы, на обучающих группах. Костя прямо говорил о сложных вещах: кому можно помочь? С кем стоит работать? Кого не стоит брать в терапию? Костя, пожалуй, был первым, от кого я эти идеи про ограничения вообще слышал. Я уверен, что другие специалисты об этом тоже говорили. Но, скорее, Костя находил какие-то такие слова и подбирал форму, в которой посыл становился услышанным.

Я пришел в профессию в девятнадцать лет. Понятно, что в таком возрасте хочется успеть все, везде, навсегда, чтобы все получалось. И спасибо учителям и тренерам, которые это поддерживали и верили в меня. Но Костя в противовес им говорил, что прямо все – не получится, но что-то – точно получится. И это очень ранило поначалу. А сейчас я перенял эту формулу у Кости и сам так же говорю другим».

Константин Петров

”

«Он был воплощением тонкого баланса между фрустрацией и поддержкой. Он умел поддерживать, но никогда не упрощал реальность профессии. Он напоминал: если тыходишь в психотерапию – будь готов соответствовать. В нем была подлинная учительская строгость, не формальная, а этическая. Он говорил студентам: «Читайте. Если не понимаете – читайте еще. Читайте много». Он настаивал на том, что знания и книги – это фундамент профессии. Но при этом подчеркивал: не менее важны искренность, чувствительность, живая человеческая личность.

В начале обучения я была очень активной. Мою энергию, которую другой педагог, возможно, стал бы сдерживать или «причесывать», Костя, напротив, поддерживал. Он ценил витальность, чувствительность, способность быть живой – и возводил эти качества в ранг профессиональной ценности».

Вероника Серёгина

”

«Харизму Кости невозможно воспроизвести, и невозможно ей научиться. Но было бы здорово, если бы у меня получалось быть харизматичным в своей работе (а я тоже занимаюсь обучением психотерапии), каким был он. Надеюсь, хоть немного у меня получается. При этом Константин Юрьевич был принимающим, толерантным к слабостям, недостаткам, ошибкам. Это привлекало людей, учеников. Он мог быть иногда, под настроение, критикующим, немного ворчливым, что ли. Но в целом он был, знаете, теплым человеком. Это те качества, которые мне всегда хотелось перенять».

Дмитрий Дьяков

Королёв был не только специалистом, но и носителем культуры, передатчиком традиции. Он подчеркивал: психотерапия невозможна вне сообщества. Без супервизии, без обмена, без живого про-

фессионального поля терапевт рискует выгореть, замкнуться, потерять ориентиры. Он видел это в истории американского психоанализа 1960-х и стремился не допустить этого в Беларуси.

”

«Он всегда был очень опорным – такой квинтэссенцией разумной и ироничной поддержки здравого смысла и принципа реальности. Когда в сообществе возникали противоречия, когда мы не знали, как нам двигаться дальше, – да и вы знаете, что любое сообщество, где больше трех человек, всегда будет раздираться противоречиями и расщепляться, потому что любой треугольник все время флуктуирует и меняется, – он занимал мета-позицию, которая позволяла видеть мнения разных сторон. И иногда одной-двумя фразами мог отрезвить или снять напряжение, да и просто всех рассмешить».

Наталья Олифирович

Как нередко случается с гештальт-терапевтами, Королёв в 2010-х погрузился в психоанализ, что характеризовал как «возвращение к истокам». Он окончил Восточно-Европейский институт психоанализа, несколько лет учился в Литве,

в Каунасском медицинском институте, и получил диплом психотерапевта психоаналитического направления европейского образца. Костя проходил свой личный анализ и супервизию, для чего ездил в Литву.

”

«Костя был и остается в моей памяти лучшим специалистом в сфере психоанализа. Несмотря на то, что мы – гештальт-терапевты, он регулярно подчеркивал: гештальт-подход вырос из психоанализа. Если мы хотим, чтобы концептуально наша теория была полноценна, нам однозначно нужно опираться на классиков, смотреть в ту сторону, куда смотрели мэтры прошлого. Психоанализ – это сложная многоуровневая терапия. А Костя умудрялся не просто хорошо в нем разбираться, но четко видеть ключевые смыслы и простым, понятным языком их описывать. И, как итог, – показывать их применимость уже в практике гештальт-терапии».

Федор Пекарский



ОБУЧАЮЩАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ГЕШТАЛЬТ-ПОДХОДЕ

Константин Королёв реализовал самостоятельно и совместно с коллегами множество обучающих программ: от первой до третьей ступени в программе подготовки гештальт-терапевтов, различных специализаций, шаттлов, тренингов. Он обучал гештальт-терапии скрупулезно, глубоко, но при этом не

скучно. Всегда стремился поддерживать высокие стандарты подхода и профессии психотерапевта, настаивал, что терапевт должен очень много учиться, читать, сомневаться, задаваться вопросами. Многие студенты проходили чуть ли не все программы Кости – за ним хотелось идти вглубь, слушать, вникать, разбираться.

”

«Мы провели две группы третьей ступени: Володя Филипенко, Костя Королёв и я. Вести с ним проект было невероятным удовольствием. Он был универсалом: мастерски вел группы и был блестящим лектором с энциклопедическими знаниями. В области психотерапии, мне кажется, Костя знал все! Это был глубоко и разносторонне образованный человек. И в терапии он был открытым, честным, с потрясающим чувством юмора. Мы, тренеры, все время, проведенное вместе, говорили о терапии, о жизни и много смеялись. Нам было хорошо вместе работать и по-человечески тепло».

Алла Вишневская

”

«Мы все время сомневались. Я даже скажу не о Косте, а, наверное, обо всех в этой профессии. Сомнения есть всегда. Более того, Костя поддерживал идею про сомнения. Он говорил, что пока вы сомневаетесь, вы вполне себе защищены от грандиозности, от нарциссизма. Благодаря этому вы все время будете развиваться. И вообще он поддерживал мысль о том, что сомневаться – это нормально».

Константин Петров



Королёв вел множество специализаций: «Психотерапия психосоматических расстройств в гештальт-подходе и анализе», «Интерперсональный анализ для гештальт-терапевтов», «Групповая терапия и тренинг», «Психосоматические расстройства в практике гештальт-терапии», «Клиническая гештальт-терапия»,

«Клинический вернисаж», «Групповой анализ для гештальт-терапевтов». Некоторым задуманным проектам не суждено было реализоваться, как, например, практически полностью разработанная специализация совместно с Федором Пекарским. Вот как он рассказывает об этом периоде:

«С годами Костя стал все больше искать опоры своим «эстетическим» находкам, инсайтам в философии. Поэтому ближе к концу его жизни мы стали общаться чаще. В прежние годы паузы могли составлять и два-три года, а потом темп как будто увеличился – квартал, месяц, неделя, иногда несколько часов. Было ощущение, что Костя хочет что-то важное успеть.

Я считаю, к нему приходило понимание, что он нашел объяснительную модель, которая могла бы стать фундаментом для мировоззрения коллег, тех, кто входит в профессию. Причем передавать ее не таким длинным и сложным путем, как это делал он или те, кто получал академическое образование, а начиная непосредственно с первой ступени, еще не имея специальной подготовки в области психологии, философии, социально-гуманитарных наук. В этом смысле та специализация, которую мы планировали, задумывалась как систематизация концептов, объясняющих прежде всего современное состояние культуры, общества и тех нарративов, которые в рамках постиндустриального информационного общества обозначили переход от рассмотрения невротических полевых особенностей взаимодействия между людьми к пограничным.

Основой возможного спецкурса вообще была палитра взглядов постструктуралистов, постмодернистов с аллюзиями в сторону психоанализа. Специализация задумывалась не только как образовательный проект. По сути, это была большая «философская курилка», расширенный дискуссионный клуб. Для участия в тематических трехдневках мы хотели приглашать коллег (в том числе из академических психологов), чьи взгляды на природу и вопросы философии и культуры мышления гештальт-терапевтов нам обоим были интересны и близки».

Федор Пекарский



Королёв всегда много работал, даже тогда, когда здоровье стало подводить. Но и в не самом лучшем физическом состоянии Костя проводил группы, планировал мероприятия, обсуждал с коллегами концептуальные вопросы геш-

тальт-подхода, писал книгу «Три истории. Типы клиентских нарративов в психотерапевтической практике и их переосмысление 17 лет спустя», которая была издана уже после его смерти.

”

«В последние годы на сессиях, в группах, он засыпал. Если он спал на группе, я не злилась: ведь если группа продолжает существовать, а терапевт дистанцировался – значит, это очень хорошо работающий ведущий. Самое любопытное, что даже засыпая, он оставался в контексте. Его мозг все равно продолжал работать, несмотря на то, что он очевидно спал. Иногда он просыпался со словами: «Я видел сон о группе», – и говорил более тонкие, чуткие вещи, чем могли сказать мы, присутствовавшие и бодрствовавшие».

Юлия Байдала

”

«Я старалась поддерживать его своей энергией, верой, вовлеченностью, но понимала, что есть и вопросы здоровья, которые нельзя игнорировать. Было искреннее желание, чтобы как можно больше людей увидели психотерапию в его исполнении. Во время работы его усталость была незаметна – она накачивала позже, после группы».

Вероника Серёгина



ВНЕ СТЕН ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ И УЧЕБНЫХ КАБИНЕТОВ

Многие ученики Кости переходили в статус его коллег, а со временем и друзей. Он умел быть разным в отношениях, в зависимости от актуальной ситуации отношения гибко трансформировались. Без этого сложно представить рост сооб-

щества. Костя много общался со своими учениками, формируя для них питательную среду для развития, и нередко отношения перерастали не только в коллегиальные, но и в приятельские.

”

«Мои отношения с Костей претерпели перемены по мере моего становления: пройдя путь от идеализированной отцовской фигуры до вполне честного дружеского общения. Я смог увидеть его неидеальность, и, соответственно, его «человеческость». Это открыло возможности для совсем другого общения, когда можно обсуждать все, что важно: личное, профессиональное, социальное, духовное – все, что может иметь значение для живых людей».

Сергей Будько

«Это было огромное удовольствие – общаться с Королёвым. Разговор никогда не был пустым, даже если касался на первый взгляд банальных вещей. Просто потому что таков был и сам Костя. Он был очень легким в общении. Ницше описывал таких людей как «аристократов духа». Из тех, кто как минимум понимает, чего не хочет, и постоянно что-то ищет. Ищет, но пока не может найти, потому что последнее доступно только самому высокому состоянию духа. У нас с Костей постоянно была своего рода интеллектуальная дуэль. Но не в плане готовности друг друга «убивать», а наоборот – удовольствие от возможности проявить ту часть себя, которая отвечает за начинанность, игру тонкими интеллектуальными смыслами. Однажды я шел с бутылкой пива, а он, уважаемый преподаватель, сидел и потягивал пиво на скамейке. Я подсел, и мы часа на два увлеклись разговором».

”

Федор Пекарский

Еще одна неотъемлемая характеристика, о которой вспоминают многие, это поразительное чувство юмора Королёва: нередко «на грани», но всегда точное и филигранное.

”

«Отдельно запомнился Костин юмор. Бодрящий сплав его интеллекта, опыта службы в советской армии (книги Ярослава Гашека Костя любил и часто вспоминал), его жизненного опыта в бурлящую эпоху непростых перемен (и перестройка, и девяностые), позитивистского психиатрического мышления. Я до сих пор помню его формулировку сути терапии как явления: «Идеал и цель терапии – хорошо социализированный психопат». И расшифрую: «Насколько это возможно, свободный внутренне человек, который несет полную ответственность за соблюдение и несоблюдение им правил социальной жизни, за свое жизненное счастье и несчастье».

Сергей Будько

Нередко о нем говорят как о человеке, который не стремился занять место «гуру», хотя многие его туда ставили. Его амбиции не затмевали его моральных и ценностных ориентиров. Он не избегал конфликтов, не боялся «идти против ветра», при этом всегда поддерживал конструктивные дискуссии.

”

«Костя не любил и не хотел «быть свадебным генералом». Это его формулировка. И уж тем более не стремился стать Великой Отцовской Фигурой и Гением психотерапии. Его сильно тяготило такое идеализированное отношение. И Иконой точно не захотел бы быть. Его любовь к свободе быть собой, почти анархистской человеческой свободе, и нелюбовь к системам и иерархиям была заразительна».

Сергей Будько

«Он, несмотря на огромный авторитет и статус мэтра (по сути, одного из основателей белорусской школы гештальт-подхода), никогда не носил короны, всегда оставался человечным, открытым, умеющим признать свои недостатки, нехватку знаний или опыта. Был готов к дискуссии, готов слушать чужое мнение».

”

Федор Пекарский

”

«Константин Юрьевич был очень харизматичным и эрудированным человеком, мог поддержать почти любую беседу. Мы с ним путешествовали вместе и много общались в разное время. Поэтому я могу оценить его глубокие знания в разных сферах, но прежде всего, конечно, в клинической психологии, психиатрии и психотерапии.

Это впечатляло и вызывало желание ему подражать. При этом он был думающим человеком, то есть не просто воспроизводил набор фактов, а мог размышлять, причем часто нетривиально, приходя к интересным заключениям. Такие умения вызывали большой к нему интерес – как профессиональный, так и чисто человеческий. В юношеском возрасте это вызывало восхищение, а сейчас, в зрелом возрасте, – уважение за смелость рассуждений».

Дмитрий Дьяков



”

«Его собственная жизнь, мягко говоря, была непростой. И именно поэтому он с исключительной точностью чувствовал человеческую сложность, противоречивость, уязвимость. Костя был зрелым человеком – внутренне и профессионально. Он не боялся занимать позицию, говорить «нет», не соглашаться, выдерживать напряжение несогласия. Это рождалось и из его личностной структуры, и из огромного клинического опыта. При всей своей силе он был очень ранимым. Глубоко переживал за людей. Он создавал пространства, где можно было учиться, думать, чувствовать. В последние годы он все чаще говорил о тотальной усталости, о нежелании запускать новые проекты. Тем не менее мне удалось уговорить его вести тренинговые группы – и на них собиралось невероятно много людей. Мы вместе организовали его последний шаттл. Уже тогда было ясно, какой ценой ему дается эта работа».

Вероника Серёгина

Те, кто близко его знал, неизменно восхищаются его личностными качествами. Память о Косте Королёве наполнена теплыми историями, где переплетаются терапевтическое и человеческое.

«Костя был разным. В нем было много юмора и много суровости. Он никогда не отвергал. Никогда не был жадным. Человек, который вел столько семинаров про деньги, никогда не относился к коллегам корыстно. Я знаю, что он супервизировал проекты за очень небольшие суммы, мог принимать человека, у которого нет возможности заплатить. А вот история, которая говорит о его сердечности. Когда он работал в институте, преподавал социальную психологию на кафедре, лаборантка случайно разбила смартфон. У нее мама болела раком, и все деньги в их маленькой семье шли на лекарства, были серьезные финансовые трудности. А без телефона в наше время никак, тем более когда мама находится в больнице. И вот, прихожу я на работу, а Костя мне говорит: «Я сейчас буду работать, может приехать курьер, он должен привезти мне телефон». Костя купил той коллеге телефон! Я спросила: «Слушай, а как она рассчитывается?» Он ответил: «Да какой там расчет?! Этой девушке некому помочь». Он по-отцовски бескорыстно помог... Подобных историй было много. Это было в его характере».

Тамара Панчихина



«Я была на одиннадцати интенсивах у Кости, в том числе и в качестве супервизора. Однажды у нас была очень сложная сессия. После нее он произнес: «Я ведь знаю, что все эти эмоции не ко мне, а к отцу Юли». Через какое-то время мы разговаривали, и на его вопрос о моем состоянии я ответила: «Костя, мне не хватает от тебя слов о том, что ты гордишься мной». Он сразу же это сказал.

Мой день рождения всегда выпадал на даты интенсива. После того разговора на каждое празднование он приходил и громко произносил: «Юля, я тобой горжусь». Это был самый большой подарок в жизни. Та фраза, которую мне не удалось услышать от родителей. Он помнил и знал, что мне это нужно. Благодаря тому, что я это слышала, я стала цельным человеком. На мой взгляд, это проявление его высокого профессионализма – и как терапевта, и как учителя. Эта его характеристика – сохранять границы и оставаться открытым – это про его талант».

Юлия Байдала

«Костя обладал природным даром психотерапевта и здравым смыслом. Скучая по его чувству юмора, которое было многогранным, неожиданным, иногда на грани фола. В его бесконечно добром сердце было много места для каждого. Это было удивительно и тепло».

Любовь Мирончик

Сердце Константина Юрьевича Королёва навсегда перестало биться 12 августа 2022 года. Его уход стал значительной утратой для белорусского и международного гештальт-сообщества. Многие оплакивают его до сих пор.



” *«Когда такие люди уходят, это каждый раз очень тяжелый психологический удар. Будто теряешь одну из важных опор и просто близкого человека, с которым мог поговорить, который тебя знает с ранних лет и видел совсем юным, наблюдал твое взросление и развитие».*

Дмитрий Дьяков

Биография Константина Королёва – это целая хроника становления психотерапии в Беларуси. Это история о том, как психотерапия вырастает из личного интереса, из подпольных кружков, из кризиса, дружбы, из живого человеческого разговора. Королёв не просто работал психотерапевтом – он жил психотерапией, делал ее частью культуры и передавал ее как профессию, как язык, как способ

быть с другими. Его фигура – это точка пересечения дисциплинарного, культурного и человеческого. Через его биографию можно проследить, как в Беларуси формировалась целая профессиональная культура и профессиональное сообщество. Он стал «терапевтическим отцом» многим коллегам в гештальт-сообществе и не только, и о нем всегда вспоминают с особым теплом и благодарностью.

” *«Пусть Константин Юрьевич так и продолжает жить в своих студентах, клиентах, коллегах, в терапевтической практике каждого из нас, в теплых и светлых воспоминаниях... Навсегда».*

Ирина Якубовская



«Мы успели обсудить с ним все»

Вспоминает Юрий Королёв, сын Константина Королёва

Папа был очень отзывчивый, помогал и друзьям, и просто знакомым. Он был медиком, и у него было много знакомств. Если возникали вопросы по медицинской части, то все всегда обращались к папе.

Он был хорошим отцом, возможно, даже слишком лояльным. С возрастом, особенно когда появляются свои дети, начинаешь понимать, что некоторые вещи, возможно, не стоило допускать или разрешать.

Папа увлекался звездами, астрономией. У него была идея фикс купить телескоп, но до этого так и не дошло. Поэтому он периодически просто наблюдал за звездным небом в бинокль.

Ему очень нравилось рисовать. Он отдавал предпочтение масляным и акриловым краскам. Дома всегда стояли мольберты, лежали краски и кисточки. Вспоминается, как в детстве мы ходили с ним в поход на Алтай. Делали много фотографий тех мест, где черпал вдохновение для своих картин Николай Рерих. И мы пришли к выводу, что цвета на его полотнах вполне реальные: эти переходы оранжевого, красного, фиолетового действительно можно увидеть в природе. И отцовская любовь к рисованию через это тоже проявлялась.

Он любил слушать хорошую музыку. У нас остался виниловый проигрыватель, который я ему подарил, и большая коллекция пластинок – в основном рок и классика. Например, Queen, Led Zeppelin, Pink Floyd, а рядом с ними – Вивальди.

Еще папе очень нравилось путешествовать. Он мог просто прочитать о каком-нибудь интересном месте в Беларуси, сесть в машину и поехать туда. Поэтому в багажнике у него всегда лежали походные столики, кресла и все необходимое для отдыха на природе. Он и нас увлекал этими поездками: просто подходил и говорил, что сегодня мы едем вот туда-то. И мы ехали. А почему бы и нет?

Это гораздо интереснее, чем дома сидеть. Нередко случалось так, что мы всей семьей приезжали в какую-то случайную точку на карте, просто чтобы посидеть и посмотреть. Или могли внезапно съездить зимой покататься на санях с лошадьми.

Путешествовал папа не только по Беларуси и не только по работе. Например, он летал в Новосибирск, ему там нравилось. Он часто говорил: «Сибирь – классно! Полечу в Новосибирск!» Хотя это же из Минска очень далеко, нужно через Москву с пересадками лететь. То же самое было и с Байкалом: он туда поехал ради самой природы, ради этого озера.

И меня он к этому приучал. Если в школе предлагали какую-то поездку, он всегда мне твердил: «Обязательно езжай!»

Папа был фанатом строительства. Особенно после того, как сам построил дом. На этом его интерес к архитектуре и ремонту не исчез. Он постоянно ходил на выставки по этой теме, изучал новые технологии в строительстве. Особенно мне запомнился его интерес к энергоэффективным домам, солнечным батареям. Просто интересно было, как он все время держал руку на пульсе в такой, казалось бы, далекой от его профессии теме.

Для него все это было исследованием. Он всегда искал новые знания, новый опыт и никогда не останавливался. В нем не было ни капли стагнации и самоуспокоенности. В моих воспоминаниях у него никогда не было желания просто сесть и расслабиться со словами: «Я достиг хорошего уровня в профессии, в финансах, в жизни – куплю себе кресло-качалку, трубку и буду смотреть на камин». Нет, это совсем не про папу. Единственное, ближе к концу жизни он стал немного меньше работать, ему физически уже было тяжело.



Но при этом он все равно сидел дома и писал книгу, печатал до глубокой ночи. Это желание двигаться куда-то вперед и узнавать что-то новое он пронес, как мне кажется, через всю жизнь.

В детстве отца было не слишком много в моей жизни. На то были объективные причины – прежде всего, его работа. Как и у многих, в ранние годы мама присутствовала в моей жизни и воспоминаниях гораздо больше.

Помню случай: в детстве к отцу приехал друг. Они о чем-то по-мужски разговаривали, а вечером мы с папой пошли его провожать. Мне было около пяти лет, и я прыгал на остановке через скамейку, упал и ударился головой об асфальт. Мне очень ярко запомнилось, как у меня шла кровь, а папа держал меня на руках и утешал.

Но самое теплое и светлое воспоминание у меня об отце – это наш поход в горы. Алтай, мне 12 лет. У нас была группа из

десяти человек, но мы с папой, конечно, держались вместе. Вдали от цивилизации, без связи, в диких условиях оставался только контакт друг с другом. Мы пробыли там 21 день, и я не могу вспомнить другого момента, когда мы с папой были так долго вдвоем. Наши отношения тогда совсем по-другому раскрылись.

По мере того как я подрастал, общения с отцом становилось все больше. Я бы даже сказал, что мы общались как лучшие друзья: я мог с ним поделиться абсолютно всем. Он тоже нередко доверял мне вещи, которые мало кто знал, а может, и вообще никто. Для нас было абсолютно нормальным подолгу сидеть, разговаривать на самые разные темы: обсуждать кино, музыку, планы на будущее.

Редко мы говорили о работе. Папа четко видел эту границу и никогда ее не переходил: где семья, а где профессия. Думаю, он прекрасно понимал, что пытаться анализировать меня или задавать



психотерапевтические «продвигающие» вопросы сыну будет некорректно. Однако, если он видел, что кому-то из близких нужна помощь по его профилю, то он, безусловно, предлагал помощь, советовал специалистов, давал рекомендации.

Я всегда знал, что мой отец – не последний человек в психологическом сообществе, да и все, кажется, в нашем окружении это понимали. Но именно публичности он всячески избегал. Как он сам говорил, ему не хотелось быть «шоуменом». Его это совсем не интересовало. Папа считал, что лучше с новой литературой ознакомиться или добыть редкий экземпляр книги. Тем не менее журналисты его все равно находили. Он давал интервью интернет-изданиям и участвовал в ток-шоу на телевидении.

У меня тоже есть опыт личной терапии, кроме того, я окончил первую ступень гештальт-подхода. То есть посмотрел на этот процесс и со стороны клиента, и

со стороны терапевта. Но большого профессионального интереса к этой сфере у меня не возникло, я выбрал другой путь.

Отец мне ничего насильно не прививал. С ним просто было очень интересно. Мы могли фильм вместе посмотреть и долго-долго его обсуждать. Поделиться друг с другом музыкальной композицией и вместе ее оценить.

Папа очень любил шутить. И в тему, а иногда и не очень. Но при этом он смеялся так заразительно, что уже было неважно, насколько это уместно или неуместно, – это просто подхватывали все. Очень хорошее чувство юмора у него было.

От него мне точно передалось упорство. Такое правильное, здоровое упорство. И вместе с ним – уверенность в себе. Мне кажется, мы успели обсудить с ним все. Ведь мы так много говорили.

Все, что папа знал о жизненных истинах и бытовых вещах, на которых можно споткнуться, он мне успел сказать – и не один раз повторить.



«Вокруг Кости формировалось сообщество, которое шутливо называли „четвертой ступенью“»

Вспоминает друг Константина Королёва Дмитрий Королёв

С Константином Юрьевичем я познакомился во время учебы в университете, в 2002 году, когда пришел к нему на обучающий курс «НЛП-практик». Костя как человек и его стиль работы мне сразу легли на душу. Я продолжил обучение у него в программе подготовки гештальт-терапевтов и прошел полный курс, включая обучение в единственной московской 3-й ступени, в которой Костя участвовал вместе с Даниилом Хломовым, Сергеем Сытником и Еленой Калитеевской.

Костю без сомнений я считаю своим Учителем. За время обучения наши отношения развились в близкую дружбу. Мы всегда находились в плотном коллегиальном контакте. Но, что для меня значительно важнее, было очень много личных моментов. Я не смогу и, честно говоря, не готов их раскрыть, и потому что больно еще, и потому что это слишком близкое.

Но я точно могу рассказать о масштабной профессиональной стороне. «Профессиональная сторона» – странные и даже механистические слова применительно к Костиной практике, ведь для него психотерапия была одной из самых живых практик жизни. Меня всегда поражало, что при своей устоявшейся компетентности Костя продолжал постоянно учиться, расширять свои знания, и сильно заражал таким своим отношением и активностью окружающих. Многие международные профессиональные проекты состоялись благодаря именно его деловой активности и способности налаживать связи между людьми и сообществами. Костя активно вписывал белорусское психотерапевтическое сообщество в широкий международный контекст.

Он подавал пример того, что в Беларуси можно и нужно реализовывать большие проекты, что есть специалисты, которые могут взаимодействовать на равных

с ведущими терапевтами из других стран. Что нельзя себя принижать и недооценивать: в белорусском профессиональном психотерапевтическом сообществе есть классные специалисты, есть все необходимые интеллектуальные компетентности и наработанная практика для взаимно обогащающего сотрудничества. Что нам нет нужды «звать варягов» – тех профессионалов, которые нас научат работать. Наоборот, нам самим есть что показать и чем гордиться.

Вполне возможно, что история жизни и переездов, службы в Венгрии в советские времена, его глубокая эрудированность и помогали Косте быть собой: мыслить широко, чувствовать тонко и глубоко, действовать масштабно. Минск, Витебск, Москва, Санкт-Петербург, Новосибирск, Алтай, Одесса, Киев, Харьков, Вильнюс, Каунас – география обучения и проектов отражает масштаб его задумок и личности.

Костю любили как человека и уважали за профессионализм в российском сообществе. Он проходил свое базовое обучение гештальт-терапии в Москве и там сформировал тесные дружеские и профессиональные отношения. Да, была активная конкуренция, но было и плодотворное сотрудничество. Именно благодаря Косте возникло и развилось сибирское гештальт-сообщество. Он любил Новосибирск и вел там несколько обучающих групп. Постепенно встал вопрос организации процессов, свойственных сообществу – шатлов, интенсивов, конференций. В Сибири существовали разрозненные коллективы гештальтистов, но именно Костя предложил создавать сообщество и помог зарегистрировать первый интенсив «Гештальт над Катунью» на Алтае. Он ежегодно, пока позволяли ковидные ограничения

и здоровье, участвовал в интенсиве, усиливал сообщество. Я считаю, да и коллеги в Новосибирске подтверждают, что во многом благодаря Костиным усилиям и его профессиональному подходу и ставке на автономность и самостоятельность сибирское сообщество окрепло и стало одним из крупнейших в РФ. В августе 2026 года состоялся 13-й интенсив «Гештальт на Катунь».

Костю хорошо знали, принимали и любили в Украине. За его человечность, юмор, задор, компетентность, открытость к экспериментам и внутреннюю свободу. Костя обожал Одессу. Первую версию своей важной статьи о трех типах нарративов он писал именно в Одессе. Многие свои проекты он любил презентовать и обкатывать именно в Украине, где люди значительно более свободны в своих симпатиях и антипатиях. Он до последнего поддерживал профессиональные и личные контакты с давними близкими друзьями и коллегами в Киеве и Одессе.

Благодаря интересу и усилиям Кости сильный развительный импульс в Беларуси получило изучение психоанализа. В Беларуси психоанализом интересовались и до Кости, были группы интересующихся, в Минске, в Витебске. Но ему удалось запустить дополнительную волну интереса.

Вокруг Кости постепенно формировалось сообщество учеников и коллег, которое мы шутливо называли «четвертой ступенью». Это сообщество состояло из участников Костиных программ

подготовки гештальт-терапевтов, его специализаций по групповой терапии и нарративно-аналитической терапии, супервизорских групп да и всех, кто интересовался терапией во всей ее сложности и полноте, и гештальтом, и психоанализом, и групповой терапией, психиатрией, психосоматикой, вопросами эффективности терапии и многим другим.

Я не помню, чтобы Костя жестко фиксировал себя в рамках одного терапевтического подхода. Ему было тесно. Он ощущал себя психотерапевтом, активно изучал, практиковал, размышлял и великолепно интегрировал разные подходы и теории для того, чтобы улучшать свою практику. Костина «тусовка» также никогда не была жестко оформлена или четко структурирована. Он не любил зависимые отношения и профессиональное сотрудничество и взаимодействие строил на принципах автономии и самостоятельности. И «тусовка» также состояла из достаточно свободных и автономных специалистов, которые не сильно хотели создавать еще один институт, но были объединены общими интересами профессионального роста и развития, сотрудничества и просто дружескими отношениями.

При том, сколько Костя успел сделать, очень печально думать, сколько своих замыслов он не успел реализовать из-за внезапной смерти. У Кости есть богатая история свершений и достижений – проектов в разных странах и сообществах. Но самое главное богатство – в наследии, которое он щедро оставил в людях, которым посчастливилось сблизиться с Костей.



ОСМЫСЛЕНИЕ ОПЫТА СОВМЕСТНОЙ РАБОТЫ С КОНСТАНТИНОМ КОРОЛЁВЫМ В ТЕМЕ ПСИХОСОМАТИКИ

*Автор: Виталий Жебентяев, психоаналитик, член
Международной психоаналитической ассоциации, кандидат
медицинских наук, доцент*



Введение

Мое знакомство с Константином Королёвым состоялось на психоаналитических школах PIEE (Han Groen-Prakken Psychoanalytic Institute for Eastern Europe) в Одессе в 2009–2010 годах. Хотя я много слышал о нем от друзей и коллег, не выпадало случая познакомиться. В 2010 году нам удалось найти общие темы для разговора во время перерывов между семинарами и множеством других активностей, которые происходили на школе. К нашему обоюдному удивлению и радости, мы обнаружили массу общих интересов и провели не один час в обсуждениях разных событий, идей, людей, обмениваясь шутками.

Уже тогда одной из идей, которая затем воплотилась через два года, было намерение провести совместные семинары по психосоматике, поскольку в этой теме мы нашли огромный взаимный интерес и желание продуктивного сотрудничества.

К тому времени я уже десять лет проводил научные исследования по психосоматическим аспектам и психотерапии депрессий, работал с психосоматическими пациентами, проходя обучение психоаналитической психотерапии по стандартам EFPP (European Federation for Psychoanalytic Psychotherapy), а психоаналитической психосоматике – на семинарах французских психоаналитиков. Также я

обучался гештальт-терапии и некоторым другим методам, и преподавал психосоматическую медицину в рамках факультатива студентам на кафедре психиатрии и наркологии Витебского государственного медицинского университета.

Костя, имея большой опыт работы с психосоматическими и соматическими пациентами, проводил специализации по психосоматике в рамках программ обучения в МГИ как ведущий тренер. При этом он опирался на знания по психоаналитической психотерапии, которые он получил в процессе обучения в ВЕИП (Восточно-Европейский институт психоанализа в Санкт-Петербурге) и самостоятельно изучая психоаналитическую литературу. Затем Костя продолжал свое обучение интерперсональному психоанализу на тренинге IFPS в Каунасе, ну а я проходил обучение на психоаналитика в рамках тренинга IPA. И мое, и Костино обучение включало теоретический курс, личный психоанализ и пролонгированные супервизии двух случаев, но по разным стандартам.

Кстати, за несколько лет до нашего знакомства мы несколько раз пересекались (еще не зная друг друга) в научной медицинской библиотеке. В то время, когда еще многое в интернете не было общедоступно, как и сам интернет (было и такое),

мы черпали информацию как для научных исследований по диссертации, так и для работы с пациентами из доступных тогда психиатрических и психотерапевтических журналов и современной литературы. Разумеется, научные и клиниче-

ские интересы – это далеко не все, о чем мы разговаривали. В последующем у нас сложились очень хорошие дружеские отношения, но я остановлюсь на той части, которая связана с сотрудничеством в области преподавания психосоматики.

Стиль, теоретический и клинический бэкграунд Константина Королёва

У Кости был свой авторский стиль применения психоаналитических знаний, которые он виртуозно соединял с теорией и практикой гештальт-терапии. В наибольшей степени Костя, кажется, опирался на идеи Винникотта, Ференци, Балинта, идеи психоаналитического поля В. и М. Баранже и других. Он испытывал противоречивые чувства к идеям Фрейда, которые знал достаточно глубоко (он много читал Фрейда; однажды сказал, что только статью «Анализ конечный и бесконечный» внимательно прочитал семь раз). Поэтому он и критиковал его, но не разрушительно, а скорее иронично – как это, возможно, может происходить в отношениях между сыном-подростком и отцом, который, будучи погруженным в свои мысли, не замечает важного.

Костя очень жадно впитывал и другие теории, посещая семинары Отто Кернберга, Матиаса Хирша, Ж.-М. Кинодо, Салмана Ахтара. Он читал и статьи Кляйн и кляйнианских аналитиков, неплохо разбирался в идеях Кохута и аналитиков интерперсональной школы (Салливан, Митчелл, Арон, Килингмо и многие другие). Но все это встраивалось в его авторскую теорию, которая опиралась на обширную клиническую практику – а ее Костя никогда не приостанавливал, и был очень внимательным и заботливым психотерапевтом. Он работал с самыми разными и нередко достаточно тяжелыми формами патологии, например, с пациентами с шизофренией и другими формами психозов, расстройствами личности. Причем это происходило в рамках долгосрочной, длящейся годами, психотерапии, в течение которой пациенты почти с нуля организовывали свой психический мир,

опираясь на доброкачественные психотерапевтические отношения, которые Костя умел выстраивать.

Но вернемся к психосоматике. Из тех случаев, о которых Костя рассказывал, я знаю, что у него был большой опыт работы с пациентами с кожными расстройствами (нейродермит, псориаз, экзема), расстройствами ЖКТ (язвенная болезнь, синдром раздраженного кишечника), сердечно-сосудистыми заболеваниями (стенокардия, артериальная гипертензия), расстройствами пищевого поведения (булимия, компульсивное переедание), предопухолевыми заболеваниями и др. Разумеется, это не полный список. Но важнее то, что Костя (что естественно для личностно-ориентированного психодинамического психотерапевта) всегда старался рассмотреть, почувствовать личность и жизненную ситуацию человека, не давая ему возможности скрыться и обезличить себя с помощью симптома или заболевания. Он хорошо разбирался в людях, обладал большим клиническим опытом и не любил фальшь.

Костя всегда старался увидеть что-то большее, чем то, что проявлено через речь и поведение пациента. Он охотно обсуждал идеи позднего Биона [1,2] об «О» – немыслимой, непостижимой реальности, которыми я в то время интересовался. Костя использовал знания из множества смежных областей, как и я. Вообще, он читал огромное количество как художественной, так и публицистической литературы, обладая обширными энциклопедическими знаниями и снабжая таким образом свои лекции множеством отсылок к реальным и литературным персонажам. Обилие цитат из фильмов было его фирменным приемом на семинарах. Ну и, разумеется, не последнюю роль в

его мировоззрении играли идеи буддизма, даосизма, Кастанеды и прочих авторов мистической направленности. Но Костя всегда удавалось сохранять связь с повседневной клинической реальностью, зачастую используя все это как метафоры для описания того, что иначе невозможно описать.

Нередко на семинарах для того, чтобы достичь более точной передачи знания, Костя устраивал разного рода перформансы. Иногда мы спонтанно организовывали их вместе, превращая семинар в своего рода драматическую постановку или театральное разыгрывание, прежде чем удавалось сформировать какую-то идею. Иногда это выглядело комично и вызывало неудержимый смех у аудитории, но, мне кажется, никогда не было случайным.

Обучение словно происходило на нескольких уровнях: не только на когнитивном, но и на более глубоких, когда сквозь поверхность рассказа проступали бессознательные аффекты, грезы. Когда повествование переходит в сновидение, а затем возвращается снова к логике, оно обогащается этим разыгранным сновидением. Благодаря этому то, что казалось связанным только рационально, находило свои глубокие эмоциональные связи, и приходило понимание: «Так вот она какая проективная идентификация».

Если вернуться к внешнему, то Костя первоначально мог производить впечатление достаточно brutального, порой жесткого и конфликтного человека. Однако за этой, вероятно, защитной оболоч-

кой скрывался очень тонко чувствующий, эмпатичный человек, схватывающий на лету, буквально телом, суть происходящего.

Возможно, как и Ференци, которого Костя часто цитировал, он порой слишком глубоко погружался в истории и жизни своих пациентов и других людей. Он обжигался реальностью, не имея от нее никаких защит, воспринимая вещи как они есть. Это могло впоследствии налагать на него отпечаток, и он искал убежища в состояниях засыпания, которые с ним происходили на семинарах и во время работы в последние годы его жизни. Костя очень внимательно анализировал свой собственный опыт, иногда – те симптомы и болезненные соматические состояния, которые он испытывал сам, нередко придумывая оригинальные авторские концепции симптоматики, которые затем могли помогать пациентам.

Очень прискорбно, что сам Костя себя не берег, хотя и помогал бережно относиться к себе другим людям. Если бы Костя был более внимательным к себе и своему здоровью, или хотя бы позволял больше о себе позаботиться другим людям, вполне вероятно, что он бы сейчас был с нами. Но, тем не менее, ему удалось оставить глубокий след в душе многих людей. Он прожил яркую жизнь, где очень много совершенно искренне делал для других, и в памяти он остается живым. Он всегда неустанно поддерживал необходимость перманентного творчества, и это было его стилем в организации программы семинаров, интенсивов.

Особенности наших совместных семинаров по психосоматике

Мы успели провести вместе пять специализаций по психосоматике, а также ряд других программ по психоанализу и групп-анализу для практикующих психотерапевтов и по организации частной практики. Я был приглашенным преподавателем на его программах по деньгам в профессии, на его интенсивах, конференциях и так далее.

За время преподавания психосоматики у нас сложился определенный стиль: 6 семинаров, каждый длительностью 3 дня, где мы:

- Читали лекции по теориям психосоматики, в большинстве своем психоаналитическим, разбирая как историю развития психоаналитической психосоматики, начиная от Фрейда, так и все основные

современные школы (немецкая, французская, британская, итальянская, аргентинская и др.). Изучали особенности проведения интервью с психосоматическим пациентом, проводили также постановочные демонстрации и ролевые игры различных ситуаций, которые могут возникнуть в работе с соматическим пациентом.

- Читали лекции и проводили клинические семинары по основным формам патологии, их симптоматике и психоаналитическим теориям патогенеза и лечения (расстройства пищевого поведения, кожные болезни, расстройства ЖКТ, болезни дыхательной и сердечно-сосудистой систем, болезни нервной системы и опорно-двигательного аппарата, психоаналитическая урология, гинекология и др.). Мы приводили множество примеров из собственной практики, обсуждали, как мы их осмыслили и как «выруливали» из тупиковых ситуаций, к которым неизбежно приводила работа с соматическими пациентами.

- Предлагали большое количество упражнений, которые помогали развивать способность работать с нерепрезентированной прото-психической жизнью, скрытой в соматических симптомах. Костя был необычайно изобретателен в том, чтобы придумывать и проводить такого рода упражнения. Участники изучали и классифицировали по особенностям соматического мышления и формам патологии уже существующее творчество, а также сочиняли стихи, пели песни, создавали тексты разной степени сложности, рисовали, сочиняли музыку, осуществляли драматическую постановку разных симптомов, использовали вспомогательные средства («чурбачки» и др.). Все это делалось для того, чтобы репрезентировать нерепрезентированное и нерепрезентируемое, да и вообще либидинозно инвестировать человеческую жизнь в самых ее сложных, противоречивых и болезненных вариантах.

Все это и многое другое развивало клиническое мышление и вообще способность быть в контакте с «еще не родившейся» психической жизнью,

замкнутой в аутистических капсулах и соматических симптомах.

- Особое значение имели клинические разборы и разного стиля супервизии случаев. Это позволяло, помимо прочего, развивать способность выносить то, что было ранее невыносимо, и справляться с тягостными и безнадежными аффектами, сопровождающими различные жизненные ситуации, в которых оказывались пациенты и о которых рассказывали участники. Свободно плавающие дискуссии, которые были включены в такие супервизии, позволяли создавать спонтанно различные метафоры, образы и смыслы. Они могли контейнировать тяжелые аффекты, которые высвобождаются, если симптом подлежит десоматизации. Ведь болезнь, несмотря на страдания, причиняемые ею, избавляет от обычных человеческих несчастий, и избавление от болезни – это возвращение к сложностям обычной человеческой жизни.

- Смотрели некоторые психоаналитические видеоматериалы, касающиеся наблюдений за младенцами, а также интервью известных психоаналитиков с пациентами и затем обсуждали их. То есть применяли и многие традиционные форматы, которые обогащают обучение, позволяя его сделать более объемным.

- Из того, к чему мы пришли позже, – это к необходимости в конце дня разбиваться на малые группы, которые в течение часа функционировали в режиме свободно плавающей дискуссии обо всем, что помогало провести десоматизацию и преобразовать немыслимые состояния в те формы, в которых о них уже можно думать. Это не были психотерапевтические группы, хотя и они могли иметь терапевтический эффект. Скорее, это была часть обучения, похожая на балинтовские группы, (но отличающаяся по своему обоснованию от идей Балинта, отрицавшего первичный нарциссизм), которая создавала необходимый фон для того, чтобы все остальное обучение происходило в уже сформированном, согласно идеям Винникотта, «переходном или промежуточном пространстве». Но на таких группах мы тщательно оберегали участников и сохраняли границы.

- Многое происходило спонтанно, что вполне естественно для семинаров по психосоматике, поскольку человеческому разуму, ограниченному в познании, слож-

но упрощенно репрезентировать такие процессы. Соответственно, классификация этих дополнительных инструментов обучения – дело будущего.

Нередко это подчеркивало необходимость признавать человеческие слабости и беспомощность, причем как для пациента, так и для психотерапевта, что важно для проработки контрпереноса – качества, столь необходимого при лечении психосоматических расстройств.

” ”

Например, Константин Юрьевич любил цитировать фразы из фильма «ДМБ»: «Что солдат, ссымся? – Так точно, ссусь! – Ну, это солдат, не беда. Такая сегодня экологическая обстановка. Все ссусь, и я ссусь».

Некоторые фрагменты теории психосоматики, выработанной в процессе наших семинаров

У Кости я научился тому, чтобы читать лекцию в свободном потоке сознания, говорить то, что приходит на ум здесь и сейчас. Иногда для этого необходимо сначала вступить в спонтанный разговор, казалось бы «ни о чем», не зная что происходит и что будет. И затем восприятие может ухватить так называемый избранный факт, а за ним следующий и дальше. Я сейчас попробую в таком же стиле поразмышлять о психосоматике, вспоминая то, о чем мы рассказывали на семинарах, и уловить те акценты, которые были важны для Кости.

Тело и психика нераздельны, ни методологически (хотя принято говорить о психике как виртуальном продукте деятельности мозга, отделяя материальный субстрат тела от самого тела), ни онтологически, составляя наше бытие, нашу жизнь. На первом семинаре участники составляли огромный список пословиц и поговорок, цитат из песен и человеческой речи, подчеркивающих эту взаимосвязь: «мое сердце остановилось, мое сердце замерло...», «лицо ее зарделось и румянец выступил на ее щеках», «жопой чувствую...» и многое другое.

Расщепление (на психику и тело) происходит в процессе отвлечения от жизни, попытки ее как-то запечатлеть в сознании, выйти из целостного бытия, берущего начало в эмбриональном сознании. Это попытка пережить травматичные для

психики роды, где ее бытие – еще нуждающееся в защитах, аналогичных с внутриутробным, – не сохраняется. Здесь я говорю о базовом состоянии психе-сомы (винникоттовской концепции [3]) – основы нашего истинного Я, находящегося вне связи с внешним миром и являющегося источником той психики, которая заступает на место материнской утробы, становясь и защитой для Я, и следствием этого Я-функционирования.

Когда Костя преподавал, он неустанно подчеркивал важность трех технических постулатов в психотерапии, призванных обеспечить психическое развитие: холдинг, сеттинг, контейнирование. Хотя он был способен создавать весьма точные и своевременные интерпретации, порой сложные, но основной акцент он ставил на доброкачественных отношениях, сходных с первичной материнской озабоченностью. Он был способен почувствовать очень ранние нужды своих пациентов и создать отношения, в которых человек мог почувствовать себя становящимся более живым, так как его, еще не родившиеся («неоживленные») части души обретали благоприятные условия для развития. Костя умел находить слова для того, что никогда до этого не было названо.

Фальшивое Я («фальш-селф», как говорил Костя), которое образуется, чтобы предотвратить повторение ранних катастроф

из-за ненадежной, небезопасной привязанности с первичным объектом, позволяет выживать. Однако многие потребности (связанные с необходимостью в другом) теперь не находят своего размещения в психической жизни, и тогда ищут выхода в триаде патологических решений, как Костя это классифицировал: перверсия, психосоматика, аддикции (и другие поведенческие отыгрывания).

Чудесные исцеления (если речь идет о быстром исчезновении симптоматики) могут происходить, если человек нашел другой путь («перешел на темную сторону силы» – Костя часто цитировал «Звездные войны»), не психосоматический. Костя иронично высказывался об этом на семинарах: «Знай, люби и развивай свою перверсию». Однако быстрые решения хотя и могут принести облегчение, часто нестойкие. Да и другие непсихосоматические пути для разрядки напряжения, связанного с нереализованными потребностями, «неродившимися» частями психосомы, сопряжены порой с еще более деструктивными последствиями как для здоровья (например, последствия хронического употребления алкоголя и наркотиков), так и для отношений и человеческой деятельности (например, вследствие садизма или мазохизма).

Для того чтобы быть способным помочь человеку с психосоматикой в развитии, психотерапевт сам должен быть способен осознать свои фальшивые, нарциссические способы функционирования, позволить себе быть не-нарциссичным. Если психотерапевт защищается от пациента коконом из разнообразных теорий и другого поведенческого и когнитивного снобизма, такая терапия неизбежно обречена на провал или бесконечное повторение тех травм, от которых у пациента возникла и хронифицировалась симптоматика.

Костя, кажется, очень искусно и творчески сочетал в себе как хорошую академическую подготовку и энциклопедические знания, так и предельную порой простоту, спонтанность и открытость, не прячась в коконах фальшивого Я и

всячески препятствуя развитию нарциссической культуры и фальшивых стереотипов поведения. Мне кажется, что порой благодаря своей исключительной чувствительности (которая и возможна при риске не быть нарциссичным) он буквально «видел», говоря метафорическим языком Кастанеды, пациента, так как его точные наблюдения, спонтанно улавливаемые в начале, затем подтверждались дальнейшими наблюдениями. В этом я неоднократно убеждался. Конечно, как и у любого другого человека, у Кости были ошибки, впрочем, что также является важным, он не стеснялся их признавать. Но и это было не всегда. Костя был живым и не прятался за ширмой фальшивой вежливости, пустых фраз и псевдоблагопристойного поведения.

Способность не торопиться, ждать, столько нужно, не суетиться попусту, а как Костя это называл, овладеть «искусством сидеть на барабане» – является необходимым качеством психотерапевта, который работает с психосоматическим пациентом. «Э, нет, торопиться не надо, торопиться не надо» – эта цитата из фильма «Кавказская пленница» иногда употреблялась Костей в данном контексте. Способность терпеть свое незнание, быть готовым к тому, чтобы вихри влечений, свернутые в разного рода симптоматику, развернулись по путям, организуемым бессознательными фантазиями, и стали частью того, что может быть пережито, а впоследствии и могло достичь достаточного для человека осознания и понимания, в процессе создания нарративов, историй, – является важным в работе с каждым пациентом, но при лечении психосоматики становится принципиальным.

«И затем на этой фазе анализа пациент впал в депрессию на долгое время». Костя приводил эту цитату иронически, подчеркивая, что депрессивная позиция переносится болезненно в процессе психотерапии, хотя и неминуема в долгосрочном процессе. Смотреть в самую суть болезненных человеческих переживаний, находить слова для самых трагичных и самых мрачных сторон человеческого бытия, «всматриваться в бездну», принимать предельные состояния человеческой

беспомощности и безнадежности – это важные задачи в процессе психотерапевтической работы. Костя многократно показывал свою компетентность и готовность взяться за самые «безнадежные» случаи и вселить надежду там, где другим психотерапевтам это не удавалось. Само присутствие Кости рядом, с его способностью говорить прямо («У вас, мил человек, хроническая нелеченная годами депрессия, и это первое, на чем вам следует сосредоточиться в лечении»), обладало терапевтическим эффектом.

Некоторые авторские способы осмысления Костей тех или иных концепций, его способность находить доступное объяснение сложным, казалось бы, вещам были очень важными. Например, некоторые случаи ожирения в своей этиологии связаны с хроническим стрессом, меняющим биохимические реакции и в целом перестраивающим всю систему метаболизма. Диеты, работа с пищевым поведением, привычками и когнитивными стилями, даже психофармакотерапия в таком случае ничего не решают, по крайней мере в отдаленном аспекте. Долгосрочная работа, направленная на смягчение внутренних объектов, способных уменьшить тревогу через межличностную психоаналитическую работу, патогенетически более показана и эффективна.

Причем именно психодинамическая работа, направленная на глубинную перестройку бессознательных фантазий через их проживание, исследование, вербализацию и модификацию путем контейнирования и смягчения, а не сознательное подбадривание, способна привести к более долгосрочным эффектам. Из-за своей эмпатичности Костя на некоторое время брал на себя функции, присущие доброкачественным внутренним объектам, защищая человека от самого себя, от его собственных внутренних объектов, населенных переживаниями хрупкости, враждебности и прочего.

Все болезни так или иначе связаны с нарушениями в проживании жизненных

ситуаций. Посылать все «в задницу» наряду с внешними условиями, приводящими к переживанию жизненного тупика, из которого нет выхода (который мог бы быть возможен при условии способности обратиться за эмоциональной поддержкой), – один из рецептов запуска развития геморроя. Разумеется, наряду с другими возможными факторами: например, оперативной жизнью [4] (жизнью по шаблону, неспособностью к спонтанности) в целом или в том или ином кластере психической жизни.

В условиях жизни, созданных человеком как внутриспсихически, так и в отношениях с другими людьми, болезнь становится единственным способом показать этот раскол между фальшивым, адаптивным приспособлением ко внешнему миру, и истоками своего подлинного, настоящего истинного Я.

Например, болезни кожи, по крайней мере некоторые, в связи с необходимостью применять различные мази и уход подчеркивают необходимость в очень раннем уходе матери и затем материнского объекта, в адгезивной прилипающей идентификации – потребности, которая психически отвергаема из-за необходимости для реализации этого зависимости и нуждаемости в другом. Нуждаться в других кажется унижительным, приводит к болезненным состояниям ожидания, когда ничего в результате не происходит (как в произведении С. Беккета «В ожидании Годо» [5]).

Для кожных расстройств Костя предлагал широкое поле нарративных способов, которые, как я понял впоследствии, не только развивали «вторую» кожу [6], компенсирующую дефициты в развитии первичной Я-кожи [7], но и способствовали – при долгосрочной работе в переходном пространстве, разворачивающемся благодаря нарративно-генерирующей работе в поле терапевтических отношений, – развитию самых базовых основ истинной Самости человека, находящейся в перманентной психической связи с другим.



Заключение

Костя много работал до последних дней своей жизни, которая прервалась внезапно для всех. Жаль, что начатая им работа также прервалась. У него было много творческих замыслов и планов. В последний год своей жизни он успел написать книгу, замысел которой и весь процесс написания которой он мне рассказывал, звоня почти каждый вечер. Зерна его мысли остались, прорастают и будут прорастать дальше.

Выше приведена лишь небольшая часть фактов о Константине Юрьевиче, о том, как он преподавал, кем он был. Любые репрезентации, конечно, недоста-

точны. «Палец, указывающий на луну, не есть луна». Очень важной в этом смысле является задумка по выпуску этого журнала: по прошествии времени мы можем снова и снова узнавать, кем же был Константин Королёв. Его влияние раскрывается в свете новых событий, которые мы переживаем, приводя к более полному и реалистичному восприятию, а соответственно, и к возможности справляться с новыми вызовами. «Терпение, мой юный падаван», – эту фразу Оби Ван Кеноби из «Звездных войн» Костя иногда повторял на семинарах, когда участники рассказывали о сложностях.

Литература

1. Бион У. Трансформации.
2. Бион У. Внимание и интерпретация.
3. Winnicott, D. W. (1975) Chapter XIX. Mind and its Relation to the Psyche-Soma [1949]. *Through Paediatrics to Psycho-Analysis* 100:243-254
4. Смаджа К. Опературная жизнь: психоаналитические исследования.
5. Бенкет С. В ожидании Годо.
6. Бик Э. Восприятие кожи в период ранних объектных отношений.
7. Анзье Д. Я-кожа.

ОРГАНАЙЗЕР: КАК ОДИН ЖУРНАЛ СТАЛ ТЕРАПИЕЙ И НАСЛЕДИЕМ МОЕГО УЧИТЕЛЯ

Автор: Тимофей Бимбад, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, магистр психологических наук



Когда я думаю о своем первом терапевте и учителе, Константине Юрьевиче Королёве, внутри всегда появляется особое ощущение тепла и благодарности. Он был тем, кто умел быть рядом: спокойно, без лишних слов, но при этом как будто поддерживая изнутри. Он обладал редким даром – не поучать, а создавать пространство, в котором ты вдруг становишься собой.

Много лет назад я проходил у него терапию. Тогда мне было чуть больше двадцати, я только начинал свой путь в психологии и очень нуждался в человеке, на которого можно было бы опереться. Отцовской фигуры в жизни почти не было, и, возможно, поэтому Костя стал для меня кем-то большим, чем просто терапевт. Он был примером того, как можно быть взрослым – без пафоса, без давления, с лёгкостью и внутренним достоинством.

Он шутил, говорил цитатами из фильмов, часто повторял: «Да пребудет с тобой сила», – и это всегда звучало не как ирония из кино, а как пожелание, как внутренний девиз. В нем удивительным образом сочетались глубина психоаналитика и простота человека, который умеет радоваться чаю или разговору с коллегой в коридоре.

Когда завершалась наша терапия, я чувствовал, что не хочу терять этот опыт, что важно как-то закрепить то, чему он меня научил: быть внимательным к деталям, уметь слышать клиента, видеть динамику, быть в контакте с собой. Так

появилась идея сделать терапевтический журнал, который мы условно называли «Органайзером».

Это был инструмент, созданный для студентов и практикующих терапевтов, чтобы систематизировать работу, готовиться к супервизиям, фиксировать динамику клиента и собственные реакции. В основу мы взяли клиническое интервью Отто Кернберга, но сократили и адаптировали под гештальт-подход. Костя считал, что психотерапия должна быть живой, а значит, не перегруженной формальностями. Поэтому он предложил оставить только то, что действительно помогает понимать клиента и реакции терапевта.

Первая версия журнала получилась немного сумбурной. Там было полно орфографических ошибок, вставлен календарь, который, как оказалось, никому не нужен, и слегка наивная верстка. Но все это не имело значения – люди хотели пользоваться им. Помню, как Костя звонил мне и, смеясь, говорил: «Привези еще двадцать, тут разобрали». Так я ездил по гештальт-группам, по супервизиям, по тренингам, привозил журналы и знакомился со всем сообществом.

Для меня, двадцатидвухлетнего мальчишки, это было открытие нового мира. Я встречал людей, которых раньше знал только по фамилиям, и каждый раз думал: все это благодаря Косте. Он не только научил меня быть терапевтом, он показал, как строятся человеческие связи в профессиональном сообществе, где

важен не статус, а живое общение, интерес, присутствие.

Помню одну нашу встречу, когда я волновался из-за ошибок в журнале. Костя выслушал, усмехнулся и сказал: «Знаешь, иногда ошибки – это тоже след жизни. Пусть остаются».

И тогда я впервые по-настоящему понял, что психотерапия – это не про идеальность. Это про живость, про допущение несовершенства, про то, что важнее быть в процессе, чем казаться правильным.

Оглядываясь назад, я понимаю, что этот проект стал для меня не просто профессиональной историей. Он был частью моего взросления, собственной терапии. Когда меня уволили из типографии, где мы печатали журнал, это казалось катастрофой. Но именно тогда я научился по-настоящему договариваться, брать ответственность, выстраивать сотрудничество – и снова не без участия Кости. Он как будто издали подталкивал меня к самостоятельности, к опоре на себя.

Прошли годы. Бумажные журналы давно закончились, но до сих пор мне пишут коллеги, спрашивают: «А нет ли еще экземпляра?» И каждый раз, когда я читаю такие сообщения, чувствую ту же благодарность, что и тогда. Значит, все было не зря.

Со смертью Кости в августе 2022 года сообщество потеряло человека, который умел объединять, умел поддерживать, когда никто другой не мог. Для меня это была настоящая утрата. Но, возможно, именно в такие моменты мы начинаем понимать, что живое наследие – это не слова и не методички, а то, что продолжается через нас.

Сегодня я хочу создать новую версию «Органайзера» – уже электронную, интегрированную с возможностями нейросетей, чтобы терапевты могли структурировать данные, отслеживать динамику клиентов, готовиться к супервизиям. Думаю, Костя бы улыбнулся и сказал что-то вроде: «Ну, наконец-то – без календаря».

Для меня это не просто обновление инструмента. Это способ продолжить разговор, который когда-то начался между мной и моим терапевтом. Разговор о внимании, о человечности, о том, что психотерапия – это всегда про узнавание себя.

И, наверное, именно так и рождается то, что мы называем традицией, – когда ученик продолжает дело учителя, не буквально, а по духу.

В память о Константине Юрьевиче Королёве – человеку, который научил быть живым, внимательным и не слишком серьезным даже в самых серьезных делах.

И пусть пребудет с нами сила!



Скачать органайзер можно по QR-коду

Клинико-психологическое интервью.

Возраст	28	Пол	ж	Семейное положение	не замужем
С кем проживает	одна	Наличие детей	нет		
Профессия	учитель	Род занятий			
Место и стаж работы		Родной язык			
Место рождения и Национальность					
2. Жалобы – описание		2.2 Динамика			
2.1 Возникновение					
2.3 Возможные причины и стимулы					
2.4 Периоды и эпизоды ухудшения					
2.5 Периоды и эпизоды улучшения					
3 Предшествующая терапия и обращение к специалистам					
3.1 Эффекты					
3.2 Динамика состояния					

«УСЛЫШАТЬ ИСТОРИЮ, КОТОРУЮ НАМ РАССКАЗЫВАЮТ»: О ЧЕМ ПЕРВАЯ ЧАСТЬ КНИГИ КОНСТАНТИНА КОРОЛЁВА

Автор: Артур Синевич, гештальт-терапевт, супервизор, врач-психиатр-нарколог, кандидат медицинских наук



Неповторимый профессиональный стиль Константина Королёва полностью отразился в этой книге, что позволяет читателю познакомиться с философией автора, а коллегам, уже знакомым с ним, – продолжить общение. На мой взгляд, эта работа является подлинным и аутентичным отражением личности автора, что делает книгу «живой», а чтение превращает в настоящий диалог. Читаешь – и будто слышишь его голос.

Книга увлекает своим слогом и позволяет погрузиться в размышления иногда на целые вечера. Написана она достаточно динамично, в ней собрано множество клинических примеров, позволяющих ассимилировать прочитанный материал, соприкасаясь с опытом автора и задумываясь о своем. Она будет полезна как начинающим психологам и психотерапевтам, так и людям, не имеющим отношения к профессии, но активно ею интересующимся. Полагаю, для опытных коллег она может стать хорошим подспорьем в осмыслении их собственной философии психотерапевтической практики.

Книга состоит из трех взаимодополняющих частей. Первая часть посвящена описанию типов клиентских нарративов, которые автор выделяет, опираясь

на свою многолетнюю психотерапевтическую практику, и представляет как «Безумно страшные истории», «Безумно печальные истории» и «Безумно усталые истории». Поскольку люди осмысляют свои переживания через повествование о событиях своей жизни, а мы как специалисты выступаем в роли их активных слушателей, то выделенные стержневые модели всех проблемных нарративов помогают сориентироваться в многообразии человеческих проблем. Для меня эта глава стала пространством для размышления о смыслах, контекстах и судьбе тех историй, которые мне приносили мои пациенты. Истории, которые еще нужно потрудиться «услышать».

Книга сама по себе терапевтична: она становится своеобразным переходным объектом, позволяющим переработать и вынести неопределенность собственного бытия. Размышляя о том, как устроены чужие истории, невольно начинаешь слышать и свою. И это, пожалуй, самое ценное, что может дать книга, – возможность встретиться с самим собой.

Думаю, этот труд сможет обогатить любую библиотеку – как внешнюю, так и внутреннюю.

С благодарностью и уважением своему учителю, Константину Королёву.

ТРИ ИСТОРИИ.

Типы клиентских нарративов
в психотерапевтической практике
и их переосмысление 17 лет спустя
(отрывок из книги публикуется с разрешения издателя)

*Светлой памяти Киры Муратовой и Саша Моховикова, а также моему любимому городу Одессе посвящается.
Саша Моховиков был одним из вдохновителей и первых читателей этого текста в 2005 году, вместе с Даниилом Хломовым и Леной Калитеевской. Спасибо вам, коллеги, за ценные комментарии и доброжелательную поддержку моих размышлений. Без них я бы не рискнул представить этот текст широкой публике.
Помимо всего, первоначальный текст был написан в Одессе за пять дней на ноутбуке, любезно Сашей предоставленном, дабы я не скучал. А еще он был мне другом, коллегой и замечательным человеком... Как жалко, что он рано ушел от нас. Спасибо тебе, Саша, за все, что ты успел для всех нас сделать.*

Как известно, основным содержанием большинства терапевтических практик является процесс в основном вербального и паравербального взаимодействия в человеческой диаде отношений «терапевт – клиент». Таким образом, мы вправе описывать терапевтический процесс как практику выслушивания, исследования и трансформации различных видов повествований (нарративов). В основном эти нарративы касаются затрудненных или проблемно-болезненных областей человеческого бытия, постепенно, в ходе терапевтического процесса, обретая проблемно-разрешающий или проблемно-совладающий характер, или, как минимум, ресурсно ориентированный или просто понимающий.

Резонно допустить, что терапевтический процесс является в основном процедурой динамического, диалогического взаимодействия нарративов клиента и

терапевта, в процессе которого неизбежно происходит порождение новых текстовых структур и, соответственно, порождение новых смыслов и контекстов.

И в самом деле, нарративы непосредственно представляют собой и средство, и процесс организации и соотнесения личного опыта рассказчика, отражая его некие внутренние структуры и эмоциональные состояния. Поскольку нарративы рассказываются в ходе диалога, они всегда встроены в структуру взаимодействия в целом и всегда рассказываются с целью оказать на слушателя некое воздействие и вызвать у него отклик, т. е. ментальную, эмоциональную или поведенческую реакцию.

Помимо этого, одной из важнейших функций нарратива является самопредъявление рассказчика в ходе разговора, т. е. возможность предъявления тех или иных сторон своего «Я», чаще описываемых

как внутренняя феноменология субъекта. Обычно в результате этого процесс организации, соотнесения и предъявления личного опыта рассказчика подвергается многочисленным искажениям под влиянием актуальных целей взаимодействия, защитных механизмов, механизмов социальной желательности и прочих механизмов прерывания контакта.

Таким образом, допустимо предположение о невозможности вывода относительно состояния глубинных эмоционально-смысловых структур рассказчика на основе одного только явного содержания и тематического анализа нарративов при игнорировании явного и параллельного (неявного межличностного, бытийного, социального) коммуникативного контекста их возникновения и развития.

Таким образом, в клиент-терапевтическом взаимодействии мы получаем как первичный рабочий материал вербально-паравербальный конгломерат искажений внутренней феноменологии клиента, опосредованной механизмами прерывания, когнитивными искажениями, влиянием социальной ситуации и фактом присутствия самого терапевта и его реакциями на текст.

Мы начинаем работу на самом деле вовсе не с переживаниями клиента и его чувствами, а скорее с их вербально-паравербальной версией в «экспортном исполнении» для данной социальной ситуации с данным конкретным терапевтом. Видимо, именно поэтому рассказы одних и тех же клиентов разным терапевтам могут столь разниться. Наверное, во всех случаях их стоит считать истинными, но в «здесь и сейчас» версии.

В контексте гештальт-подхода небезинтересным представляется применение принципов постмодернизма, касающихся дискурс-аналитического подхода к разработке нарративов клиента, цель которого воссоздать систематические связи между поверхностными речевыми элементами и глубинными эмоциональными и коммуникативными структурами.

Дискурс в постмодернизме – это очень

широкое понятие, включающее в себя все формы устного взаимодействия и тексты всякого рода. Оно не ограничено рамками текста или диалога, скорее, это сложное коммуникативное событие, которое можно трактовать как серию концентрически сужающихся контекстов, включающую также нелингвистические факторы, такие как коммуникативный, культуральный, мировоззренческий и биографический контексты. То есть все, что необходимо для адекватного понимания текста.

Дискурс-анализ используется как родовое понятие, которое исследует язык в действии в его социальных и когнитивных контекстах. Поэтому язык нарратива клиента всегда контекстуален и имеет как минимум два контекста: контекст взаимодействия с терапевтом в «здесь и сейчас» ситуации и контекст взаимодействия со средой в целом в «там и всегда» ситуации.

Понятие нарратива занимает одно из центральных мест в ряде областей гуманитарных наук, включая психотерапию, и включает в себя анализ способов, которыми человек приобретает, кодирует, трансформирует и передает другим знания о себе и о мире. Нарративный подход дает шанс гештальт-терапии расширить поле своего влияния, обретя возможность осознанного взаимодействия со структурой и содержанием текстов клиент-терапевтического взаимодействия.

В этом подходе есть уникальная возможность сохранить верность принципам феноменологии и исследования процесса взаимодействия, не впадая при этом в перлзовскую крайность примата эмоционально-чувственного познания над интеллектуальным исследованием. Речь идет о том, что вкупе с исследованием динамических процессов взаимодействия на границе контакта и привлечением данных о феноменах поля (окружения) мы можем иметь более широкую перспективу гештальт-терапии в исследовании доминирующих дискурсов клиента и способов их текстовой организации.

Ибо способ системной организации проблемного дискурса и проблемного нарратива, судя по обыденным клиническим наблюдениям, структурно схожи. То есть старая перлзовская идея о том,

что «здесь и сейчас» клиент предъявляет себя как «там и всегда», находит свое подтверждение в постмодернистских принципах, а именно: как клиент структурирует дискурс своего бытия, он так же структурирует предъявляемый терапевту текст, опуская те же контексты, вытесняя те же детали и пропуская те же определения, т. е. избегая называть вещи и про-

цессы своими именами. А неназванного, как известно от Лакана до наших дней, не существует.

Из этого следует, что неназываемые и вытесняемые элементы опыта клиента не существуют в тексте, однако могут активно присутствовать в контексте, влияя на эмоции и поведение как незавершенные гештальты. В целом задача гештальт-терапевта достаточно проста – через взаимодействие в терапевтическом контексте создать условия для максимально полного воссоздания и произнесения, а одновременно и социального признания подлинных текстов бытия клиента с адекватным их помещением в соответствующий осознанно обозначенный социально-межличностный контекст. А проще говоря, как обозначал конечную цель процесса психоанализа З. Фрейд, «воссоздать подлинную личную историю пациента без вытеснений, пропусков и защитных искажений».

В одном из популярных подходов в современном психоанализе, развиваемом Антонино Ферро, итальянским психоаналитиком, психоанализ рассматривается как совместная практика «сотворения историй». Говоря в постмодернистской парадигме, задача терапевта в гештальте сводится к выслушиванию, развертыванию, контекстуальной привязке и исследованию «фона» как совокупности контекстов дискурса относительно проблемно-болезненного текста. В дальнейшем следует его деконструкция, поиск новых контекстов и смыслов для организации новых текстов и, соответственно, реконструкция проблемно-разрешающих, совладающих либо как минимум ресурсных текстов.

На контекстуально-фоновых воздействиях клиентского текста на феноменологию и когнитивные процессы терапевта и хотелось бы сосредоточить внимание читателя. Как известно, сколько драматических человеческих судеб, столько и клиентских драм. Однако автор данного текста имеет смелость предложить на ваш суд идею, больше являющуюся руководством к размышлению, нежели к действию.



«Издание этой книги было для Константина Юрьевича исключительно важным. Это было важным и для меня как дань памяти значимому человеку. Думаю, что это важно и для белорусского психотерапевтического сообщества,

особенно для тех, для кого он был близок в профессиональном и личном плане. Я был одним из тех людей, кто мог это реально сделать, поэтому решил взять издание книги на себя. Тем более, в этой уникативе меня полностью поддерживала и его семья: супруга и дети. Константин Юрьевич был человеком душевным. Кстати, он любил очень это слово – «душевно». И книгу он написал очень душевно и искренне – насколько это вообще возможно в публичном пространстве. Может быть, он чувствовал, что пора это сделать. Может, ему важно было сделать это неформально, нетривиально, в стиле, в котором он обычно мыслил. Константин Юрьевич изложил в ней, как он видел психотерапию, себя в ней, как работает человеческая психика в норме, что с ней происходит, когда человек страдает. Для меня важно, что он успел эту книгу закончить, потому что это его рефлексия своей профессии и жизни, которые были неразрывно связаны. Константин Юрьевич в ней описал и осмыслил свой путь, структурировал свои заключения».

Дмитрий Дьяков, издатель книги «Три истории...»

Имея дело по большей части с обычными клиентами из обыденной жизни, автор осмелится предложить вам очень простую идею, состоящую в том, что периодически имеет смысл слушать не только то, как говорит нам клиент о себе, но и, к страху правоверного гештальтиста, то, что он нам решается сказать о себе.

Большая часть клиентских текстов в процессе терапевтического взаимодействия может быть представлена как нарративы в «экспортном исполнении» для данного терапевта, в данном контексте и в данное время, на конкретном эмоциональном фоне предъявленные. Однако, если рассуждать и действовать в рамках теории поля и активного взаимодействия в системе клиент – терапевт, мы вправе претендовать на большую степень осознания передаваемой нам информации в послании клиента.

Рассматривая дискурс бытия и поведения клиента как совокупность концентрически сужающихся контекстов, и не только вербальных, но и бытийно-смысловых, мы вправе рассчитывать на его сильнейшее фоновое влияние на осознаваемую и бессознательную часть феноменологии терапевта. Что в общем поле феноменологии терапевта может быть представлена как совокупность фоновых сигналов, формирующих общую тему звучания, видения и чувствования материала, предъявляемого в своем послании клиентом.

Здесь может быть полезен небольшой экскурс в динамику психоаналитического понимания межличностного взаимодействия клиента и терапевта в процессе терапевтической встречи. Собственно intersubjective подход получил значимое развитие в США и Латинской Америке после публикации концептуальных работ сторонников теории объектных отношений о динамике переноса и контрпереноса – П. Хайнманн и П. Рикер в начале 50-х, а также С. Айзекс о значимости гипотезы «бессознательной фантазии» и осознания психоаналитиками влияний социальной психологии, в частности идей Курта Левина о «теории

поля».

В эти годы, в частности в 1959 году, в «Аргентинском психоаналитическом журнале» была опубликована статья супругов Вилли и Мадлен Баранже из Буэнос-Айреса, вызвавшая шторм откликов и критики. Они оба были эмигрантами из Франции, вполне пропитанные идеями Мелани Кляйн, Жака Лакана и Винникотта обозначающей и формирующей психику роли Другого в психическом развитии, а также весьма воодушевленные идеями П. Рикера о природе и функциях контрпереноса в процессах взаимовлияния терапевта и клиента. Для того времени обращение к идеям социальной психологии Курта Левина выглядело весьма революционным шагом для сторонников психоанализа.

Однако он был решительно сделан, и в свет вышла весьма дискуссионная статья под названием «Аналитическая ситуация как динамическое поле». Текст на самом деле является эпохальным, ибо он ясно уходит от модели «одна персона» у Фрейда, от модели «одна персона плюс один в уме» у Кляйн к модели «один плюс один и плюс что-то еще».

Суть их концепции состоит в следующем: в аналитической работе не приложима концепция «одной психики», там всегда есть Другой, и по мере развития динамики отношений этот Другой начинает звучать все сильнее. Особенно через феномены поля (контексты), все более пытаюсь быть услышанным и принятым на уровне бессознательного восприятия. При успешном развитии контакта в сторону эмпатического сближения, особенно в фазе формирования так называемого рабочего альянса, можно действительно говорить о формировании «межличностного динамического поля отношений». Я полагаю, что, исходя из современных нейropsихологических данных, мы можем интерпретировать данное состояние как процесс сонстройки групп «зеркальных нейронов» на общую частоту «бессознательной связи», по аналогии с Wi-Fi-сетями.

Именно этот феномен авторы обозначают как понятие «динамическое поле отношений», далее в тексте описывая это как пространство массивных

бессознательных взаимовлияний, где и формируется как переносная реакция, так и контрпереносный бессознательный «ответ». Из более поздних концепций ближе всего к данной теме примыкает понятие «переходное пространство» в концепции Д. В. Винникотта.

Второй фундаментальный компонент взаимодействия это – «бессознательная фантазия» в концепции Сьюзен Айзекс. Под этим термином понимается совокупность бессознательных фантазий о себе, внешнем мире и способах отношений и взаимодействия. Это понятие на сегодняшний день подхвачено и реинкарнировано в концепциях сторонников Аарона Бека в виде концепций «базовых когнитивных схем», по А. Беку, и моделей «схематерапии» Дж. Янга и его последователей.

Третий компонент межличностного поля – это так называемый защитный бастион или психическое убежище, в более поздней терминологии Дж. Стейнера. Это некая системная совокупность комплекса /защитных системных образований, позволяющих субъекту сохранять стабильность системы Эго.

Соответственно, в повествовательном сюжете могут доминировать различные источники текстопорождения. Во-первых, это может быть порожденный полем актуальный нарратив, что часто ближе всего к истинным переживаниям, во-вторых, нарратив часто трансформирован через призму бессознательной фантазии, в-третьих, повествование может быть целиком порождением «защитного бастиона» или «фальшивого Сэлф».

Мне нравится здесь термин «тема» или «сюжет», ибо он ближе всего описывает суть происходящего. Из всего многообразие человеческих проблем мне, как это ни обидно, довелось выделить всего три сюжета, три истории как стержневые модели всех проблемных нарративов.

Каждая из проблемных историй, на мой взгляд, соответствует определенному полю опыта, способу организации бытия и определенной форме выражения и переживания экзистенциальной тревоги. Три истории, по аналогии с одноименным незабвенным творением Киры Муратовой.

Первые три типа повествований, на мой взгляд, порождаются сложным сочетанием базовой бессознательной фантазии и динамического поля актуальной терапевтической ситуации «здесь и сейчас».

«Безумно страшные истории»

История первая, человеческая, слишком человеческая, старая, как мир у костра в пещере, повествует нам в тех или иных вариациях об извечном спутнике человеческого бытия – о страхе. Оговорюсь, что здесь и далее для ясности изложения мы будем страхом именовать феномен тревоги, а что касается собственно страха, то ниже он будет обозначаться термином «фобия».

Это старая, как мир, история о том, что жить, собственно говоря, страшно, и о том, что мир наполнен вредоносными зловещными сущностями и может поглотить и раздавить нашего клиента в одночасье, как создание хрупкое и беззащитное, и о том, что жить и болеть просто страшно, и о беззащитности, ранимости и уязвимости, и о том, какое здоровье плохое и как скверно чувствует клиент себя последнее время. Я присвоил подобным историям и их контекстам условное наименование «безумно страшные». В чем их стержневой посыл, тема или впечатление, если хотите? Их несколько. Это часто о том, что клиент испуган:

- а) своими переживаниями;
- б) кем-то третьим;
- в) жизненной ситуацией;
- г) реальной угрозой жизни и здоровью;
- д) напуган самим терапевтом;
- е) пугает всем перечисленным терапевта.

Все перечисленное имеет право на существование в совершенно равной мере и требует прояснения контекстов. Можно думать о разном, но имеет смысл помнить о двух компонентах тревоги – о свободном ощущении возбуждения с оттенком интереса или влечения и о страхе, всегда ограничивающем его реализацию.

Потребность и страх, вот две эмоции, всегда формирующие фигуру этого уровня. Незавершенное дело истории этого уровня – это всегда переход потребности в действие по преодолению границы, по-

беда над страхом по отношению к своим естественным чувствам и потребностям. Клинически это очень любопытные истории вполне в духе отделения невротиков и назначения феназепама с ксанаксом. Это истории болезни «больных» паническими атаками, тревожно-фобическим невротом, генерализованным тревожным расстройством, ипохондрией тревожно-параноидального плана, навязчивыми фобиями, психастениками и даже самых бодрых параноиков, рыцарей без тени страха и упрека, но сплошь в реактивных образованиях. Есть пока еще непроверенная идея, что истории злобных делинквентов о том же самом. Не имея пока возможности проверить, предлагаю эту скорбную участь заинтересовавшимся профессионалам.

О чем же вообще-то все страшные истории? Как правило, это рассказы о ситуациях субъективной угрозы существованию субъекта в том или ином контексте бытия. Реальная или воображаемая угроза может адресоваться чему угодно: собственному бытию субъекта, существованию его значимых отношений либо его социальному статусу и образу его персоны в глазах других.

Наверное, о запрете самому себе жить, чувствовать и существовать по своему естественному зову жизни, о желании не рисковать, не бояться, ничего не терять, ничего и не приобретая. Это истории об остановленном зове нереализованного влечения и интереса. И, естественно, они всегда не завершены.

Как страшно жить и быть живым! По себе хорошо знаю. Короче, узнаете страшную дилемму: «Тварь я дрожащая или право имею??? А ну-ка на других проверим, пусть содрогнутся, кролики гребаные!»

Однако субъект, окружающий себя проекциями и фантомами своих страхов, так и не решается сделать шаг навстречу своим потребностям, интересам и влечениям. Непрожитое избегаемое чувство здесь – это агрессия либо интерес, незавершенный процесс перехода от страха к желанию, переход символической границы Я – Мир. Основной экзистенциальный страх здесь – это страх

«стать ничем», аннигилироваться и перестать присутствовать в этом мире.

Таким образом, истории и сюжеты этого дискурса – это о генерализации обыденного бытового беспокойства в витальную базисную тревогу.

И о способах избегания этой тревоги и защиты от нее, приводящих их носителей к уже прижизненной ДЕВИТАЛИЗАЦИИ, т. е. к неизбежному снижению уровня жизненной энергии. Однако состояние постоянного паралича желания и действия прочно удерживает носителей этого типа дискурса в состоянии хронического экзистенциального БЕССИЛИЯ, обрекая их на несуществование уже при жизни. В контексте общего смысла это истории невозможности или прерывания контакта монологического типа на границе контакта Я – Мир.

«Костя довольно много писал в последние годы жизни, но, к сожалению, мало что из этого было издано. Он делал прекрасные доклады на гештальт-конференциях, проводил множество обучающих семинаров и пользовался большой популярностью.»

Периодически он присылал мне свои работы для оценки. В августе 2021 года Костя прислал мне текст «Три истории...». Позднее работа превратилась в полноценную книгу и недавно была издана благодаря его ученикам.»

Владимир Доморацкий



«Безумно печальные истории»

Второй тип клиентских историй я условно обозначил как «безумно печальные, скорбные, грустные». И опять же не по принципу анализа содержания, а по совокупности ответов внутренней феноменологии терапевта, порождаемой в поле дискурса клиент-терапевтических отношений текстами клиента, его реакциями на вопросы и уточнения терапевта, пара-

вербальными и моторно-соматическими феноменами клиента, наиболее важными событиями и эпизодами из биографического, социального, семейного и экономического контекстов актуального бытия клиента.

Из внутренних феноменов терапевта чрезвычайно важны его свободные ассоциации, метафоры и фантазии, порой даже производящие впечатление не относящихся к контексту терапии.

Название данного типа историй проистекает скорее из общего суммарного впечатления, производимого на терапевта рассказчиком в процессе их непосредственной коммуникации, которое в психоаналитической традиции принято рассматривать как контрпереносные феномены.

Это истории об утрате либо невозможности формирования эмоционально насыщенных и высоко ценимых отношений субъекта либо в области объектов материального Я-Оно-бытия, либо, что гораздо чаще и гораздо болезненнее, в области межчеловеческих контактов Я-Ты-модальности.

Это истории о подавляемых чувствах гнева, ярости, любви и ненависти, о непрожитой печали, и, главное, о БЕЗРАДОСТНОСТИ, ангедонии в этой жизни. Совершенно необязательно это истории о потере, разрыве или невозможности принадлежать. Довольно часто это могут быть истории о слишком сильных привязанностях или зависимостях, от которых субъект не в силах «пережить отрыв». По смысловому контексту это истории несостоявшегося либо прерванного контакта диадно-диалогического типа.

Очень часто вариантом печальной истории приходится слышать не столько истории об утрате, горевании и печали, сколько истории, содержащие мотив изначальной эмоциональной опустошенности, где ранние объектные отношения были столь аффективно и чувственно ослаблены или практически не выполняли своих функций поддержки, контейнирования, вместе с ним безопасной надежной привязанности и формирования временного замещающего «Я».

Такие состояния возможны в тех случаях,

когда мать является инфантильно-незрелым субъектом, психически не готовой к функции матери ввиду собственной нуждаемости в контейнировании и поддержке, но использует младенца в реверсивном режиме, пытаясь эвакуировать свои хаотические переживания в него.

Также сходная ситуация возникает в случае феномена «мертвой матери» (по Андре Грину), когда мать, переживающая собственное горе и потерю, глуха и безотзывчата к эмоциональным потребностям ребенка в поддержке и эмоциональном отклике. Сходная ситуация возникает в случае физической болезни матери либо ребенка с длительной раздельной госпитализацией либо при серьезном психическом нарушении у матери, делающем невозможным формирование первичного эмпатического контакта через «первичную материнскую озабоченность» и «восхищенный блеск в глазах матери».

Эти же обстоятельства лишают возможности формирования базисного доверия к миру и, соответственно, надежной и безопасной привязанности с формированием чувства постоянства объекта. Эти же факторы не дают возможности для активации и развития систем «зеркальных нейронов» в префронтальной коре мозга ребенка, лишая его способности к эмпатическому сопереживанию с другими людьми.

Именно поэтому в нарративах печали и тоски не случайно звучат мотивы с приставками отрицания: без- (бес-) – это, как правило, безрадостность, бесчувственность, безразличие, бессмысленность, бесполезность, бестактность, бессилие; не- – неуместность, неадекватность и тому подобное в той же модальности.

К нам на прием они попадают в периоды декомпенсации, когда дежурные защиты «фальшивого Сэла» истощаются либо когда терпят очередную потерю отношений, где они очень склонны к «адгезивной идентификации» (по Д. Мельцеру), или, проще говоря, к слиянию с целью эмоциональной подпитки и выживания. И часто самый преданный и любящий партнер не выдерживает истощающих отношений с ними и уходит, иногда через психосоматическую смерть.

Во взрослом возрасте на приеме мы часто можем слышать от них печальные истории об их неуместности, неспособности играть и радоваться, о переживании себя как бесчувственного и безэмоционального субъекта вне эпизодов базисного слияния, «лишенных обладания»...

Очень часто фоновым звучанием этих историй звучит контекст ДЕГЕНДЕРИЗАЦИИ, т. е. невольной утраты или вынужденного подавления в адаптационных целях своей гендерной идентичности (полоролевой специфичности).

В целом эти истории сводятся к теме невозможности переживать радость обладания и принадлежности и отсутствия в жизни переживаний гедонистически-оргастического регистра.

В печальных историях всегда будет звучать феномен ДЕГЕДОНИЗАЦИИ жизни. Незавершенное дело в этих историях – это всегда блокировка перехода от влечения, желания к прямому контактному действию. Основные избегаемые и непредъявляемые чувства в этих историях – горячая любовь и не менее горячая ненависть, на уровне тела ощущаемая как отвращение. Экзистенциальным страхом, останавливающим проявление этих чувств, становится страх «стать не тем» и, соответственно, быть одиноким и отвергнутым.

То есть тревога перед зрелой сепарацией (по М. Малер). Соответственно, без зрелой сепарации субъект лишает себя шансов на зрелую индивидуацию, права по-взрослому любить и отвергать. В контексте клинической практики это очень распространенная группа клиентов с переживаниями невозможности чувств близости и нормального человеческого удовольствия от жизни, с различного рода семейно-супружескими и сексуальными трудностями, с проблемами воспитания и отделения детей, с проблемами из области зависимостей и созависимости.

Естественно, что проблемы депрессии, дистимии, недовольства жизнью и собой, тоски, потерь и утрат, несомненно, принадлежат к данному проблемному дискурсу.

В смысловом широком контексте в данных историях фоном звучит тема НАСИЛИЯ, либо осуществляемого по отношению к субъекту извне, либо прилагаемого субъектом по отношению к себе в прошлом или настоящем.

Избегаемым чувством здесь является агрессия, а точнее, прямое поведенческое предъявление силы, целенаправленного действия, направленного либо на восстановление контакта с объектом, либо на полное разрушение связи с ним. Таким образом, хроническое самоподавление своих агрессивных чувств и действий обуславливает постоянный отказ субъекта от решений по изменению ситуации отношений, что ведет к замораживанию субъекта в депрессивно-жертвенной позиции с безнадежностью и безысходностью.

Ангедония, невозможность радоваться жизни, контактам, принадлежности или владению объектом становится вполне понятной в контексте хронического самоподавления весьма энергоемких чувств, что, в свою очередь, требует все возрастающих энерготрат. Необходимого для переживания радости избытка свободно протекающей энергии здесь нет и в помине.

Важно также отметить почти полную неспособность носителей нарратива данного типа к игре, риску, авантюре или свободному полету фантазии. За исключением, пожалуй, саморазрушающе-мазохистских развлечений или разгула

«Он успел написать книгу. Отрывки из нее он присылал мне при жизни, просил прочитать, откликнуться, высказать мнение. И теперь, когда в жизни происходит что-то сложное, я могу открыть эту книгу на любой странице – и словно продолжить диалог с Костей. Это и есть та форма связи, которая не обрывается со смертью. Та, которая остается».



Вероника Серёгина

фантазии в духе черного юмора. Последнее, кстати, прогностически неплохой признак: есть за что уцепиться для начала терапии, ибо от черного юмора до просто юмора не так уж и далеко.

«Безумно усталые истории»

Третья типическая группа клиентских нарративов получила условное название «безумно усталые» – спасибо «Астеническому синдрому» Киры Муратовой. Основной дискурс этих повествований – это жизнь в атмосфере хронической гонки за социальным успехом, признанием, высоким социальным статусом и невозможность достичь призрачного предела мечтаний и преуспевания, где, наконец, можно позволить себе расслабиться и просто жить.

Основной сюжет подобного рода повествований – история бесконечных усилий по реализации некоего социально интроективного идеала, реализация и воплощение которого наконец даст герою возможность «пожить как люди».

Усталые истории можно обозначить как находящиеся в контексте постоянного УСИЛИЯ, напоминающего чем-то историю о Сизифе. В тени этой истории, помимо рассказчика, всегда присутствуют еще двое. Один из них – это всегда реальный значимый Другой, ради эмоционального принятия и одобрения которого и предпринимаются титанические усилия в погоне за социальным преуспеванием.

Второй – это обобщенный либо реальный образ некоего носителя социальной нормативности, либо образец достижения социального успеха, чаще всего принципиально недостижимый, либо некое совокупное ОНО – социальное мнение или господствующий в данном сообществе социальный конструкт, формирующий дискурс социальной успешности и реализованности.

Основной экзистенциальный страх субъекта в этом сюжете – страх «быть никем» или «не стать кем-то» в социальном плане. Эта угроза становится серьезной при отсутствии прямой и открытой позитивной оценки социальной деятельности индивида либо при хроническом недооценивании или при прямом либо скрытом

обесценивании реальных социальных достижений субъекта значимым Другим в реальном окружении. На деле чаще всего именно ради безбедного существования этого значимого Другого и происходит вовлечение в безудержную социальную гонку. На поверхности рассказа нашего клиента мы можем сначала увидеть явную тень кастрационной тревоги по поводу утраты социальных потенций и перспектив, но, исследовав межличностные контексты этого сюжета, мы всегда найдем мощный источник сепарационной тревоги отвержения значимым Другим из ближнего окружения. Вследствие этого адекватно будет обозначить сюжеты данного типа как триангуляционные. Избегаемые в осознании и вербализации чувства здесь двояки: с одной стороны, это хроническая усталость, истощение ресурсов и погружение в неумолимый контекст БЕССИЛИЯ, с другой стороны, тщательно скрываемая агрессивно-пассивная зависть к более успешным и тайная злость и обида на ближнего, так мало ценящего постоянные усилия носителя сюжета.

Очень часто носителей сюжета подобного типа можно сравнить в чем-то с киборгами в их стремлении к перфекционистской безукоризненности и тотальному контролю над чувствами. Суть «киборг-синдрома» – в двойном расщеплении: психика изолируется от тела (горизонтальное расщепление), а внутри психики происходит расщепление: интеллект изолируется от эмоций и чувств. Вся жизнь таких людей концентрируется на интеллектуальном функционировании и способах взаимодействия с реальностью по принципам формальной линейной логики. Характерным для них явлением является стремление к тотальной «нормальности», чтобы «как у всех нормальных людей было».

Известный французский психоаналитик Джойс Макдугалл описывала их метафорой «нормальные до тошноты», предложив термин «нормопатические пациенты» для подобного рода расстройств. Таких клиентов она справедливо назвала в одном из своих текстов «кошмар для терапевта».

И действительно, в ответ на вопрос об

их самочувствии они, как они, как правило, стереотипно отвечают: „Все нормально, как всегда“, большую часть времени сессии молчат, пассивно ожидая расспросов или каких-либо манипуляций со стороны терапевта, прямо провоцируя на отношение к себе как к неживому объекту.

Обращаются за помощью они обычно по мелким поводам с псевдоневротическими жалобами обсессивного (навязчивого) или фобико-ипохондрического характера. В их запросе никогда нет заявки на изменения личностного характера, в основном на простое устранение симптома – возвращение к нормальности. Иногда просят поведенческого тренинга для совершенствования навыков самоконтроля и самоподавления с целью их отшлифовки до бриллиантового блеска.

Но реальная причина их обращения за помощью состоит в декомпенсации защитных механизмов для поддержания устойчивой картины «фальшивого Я», причем поводом для декомпенсации у них может служить банальное стрессовое событие, что может изрядно запутать терапевта, уведя его на ложный путь размышлений.

В контрпереносе терапевта на таких клиентов доминируют чувство усталости и скуки, порой до отвращения или внезапной сильной сонливости. Часто возникает чувство бессилия, собственной бесполезности, неэффективности себя как терапевта, нежелание браться за работу с пациентом. Все это можно расценивать как эмпатическое сопереживание отрицаемых клиентом чувств, как феномены проективной идентификации.

Энерготраты на подавление вышеназванных чувств достаточно велики, что поддерживает состояние хронической усталости и истощения, а отрицание факта недостатка сил и ресурсов не позволяет сделать жизненную паузу для восстановления и отдыха. «У меня все в порядке» – любимая фраза этих людей. Невербализованный скрытый дискурс БЕЗУСПЕШНОСТИ – основное фоновое впечатление от выслушивания наррати-

вов этих субъектов.

Их главное незавершенное дело – получение позитивной оценки их социально-профессиональной активности от значимых Других (чаще отца) и далее от социально-авторитетных фигур либо общественного мнения, от которого эти субъекты крайне зависимы. Вообще в этих историях доминирует контекст самоотверженности и напроць отсутствующих эпизоды переживания гордости за содеянное и здорового самоуважения. Следует сказать, что большинство носителей сюжетов этого типа – высокообразованные, гиперответственные и просоциальные люди, по-настоящему преданные своей работе и цели. К сожалению, преданные совершенно без остатка. Работа во имя карьеры, достижений и соответствия семейному предписанию либо давлению делают их неуместными в своей собственной жизни киборгами с нарушенной регулировкой. Клинический контекст историй данного типа характерен для клиентов из созависимых семей, субъектов, страдающих так называемым синдромом хронической усталости, затяжными невротическими состояниями астенического спектра, а точнее, психогенными депрессиями истощения и некоторыми психосоматическими нарушениями по сосудисто-дисциркуляторному типу. Медикаментозная терапия этих состояний без коррекции психологии жизненного стиля и поведенчески-коммуникативных стратегий обычно дает эффект временного облегчения. Исключение составляют лишь лечебные эффекты от многомесячного (6–12 месяцев) применения современных серотонинсберегающих антидепрессантов нового поколения и их аналогов в средних, постепенно снижающихся до минимальных дозировках.

На этом месте искушенный читатель может прервать чтение и с чувством профессионального злорадства и здорового негодования воскликнуть: «А как же психотики, куда делись истории больных шизофренией и близкими состояниями? Их игнорирует автор», и прочее, прочее, прочее...

А вот и нет. На мой взгляд, носители шизотипического (по В. Рудневу) дискурса

характерны именно тем, что предъявляют слушателю не одну более-менее целостную нарративную тему, а расщепленную по сюжетам и контекстам, разорванную и непоследовательную, насыщенную скрытыми субъективными смыслами, «отдельную реальность» (см. Дж. Кафка), доступную герменевтическому пониманию скорее в поле метафор шизо-анализа или терапии творческого самовыражения по М. Е. Бурно.

Именно поэтому реализация принципов диалогической терапии, опирающейся на феноменологию клиента и его историю-повествование, здесь почти невероятна, если мы понимаем терапию как выслушивание, взаимообмен и изменение нарративов каждого из участников Я – Ты диады. Чаще всего субъект предлагает нам плохо структурированную речевую продукцию из обломков каждой из вышеперечисленных историй.

«А как же странные и непонятные, почти детективные истории, – воскликнет

мой искушенный коллега-читатель. – Ведь нередко выслушивать приходится и такие сюжеты...» Типологию подобных историй определить достаточно трудно ввиду их таинственности, двусмысленной полузапутанности и, как правило, мало-правдоподобности. Чаще всего подобную историю приходится выслушивать от субъектов с изрядным истерическим или неустойчиво-психопатическим, обычно с изрядной примесью инфантильности, радикалом.

Три псевдоистории

Для ясности изложения мне хотелось бы здесь дополнить текст размышлениями о нарративах особого типа, которые уместно будет назвать «контристорией».

Поскольку данный раздел написан 17 лет спустя после первой версии текста, я постарался в нем обобщить и систематизировать накопленный опыт работы и собственного анализа.

В противоположность первым трем вариантам повествований, истории, описанные ниже, имеют основным источником текстопорождения так называемый защитный бастион, т. е. совокупность привычных видов защит характера, формирующий ригидную структуру «фальшивого Сэлф». Естественно, что базовым источником сюжетов текста также является базовая бессознательная фантазия, и только в малой степени замечается влияние динамического поля терапевтического взаимодействия.

Первая из них может быть названа погранично-деструктивной, и она характерна для людей с пограничной организацией личности и отражает на вербальном уровне их типичные особенности психического функционирования.

Это в первую очередь проявления деструкции текста: отсутствие цельности, сюжетной связанности, пространственно-временная спутанность, импульсивность в выборе тем и сюжетов как неспособность удержаться в рамках выбранной темы, противоречивые, вплоть до полной противоположности, самохарактеристики как показатель психической расщепленности. Расщеплены также описания других лиц: один и тот же персонаж может



«Очень грустно осознать, что только к концу жизни Костя наконец решил обобщить и изложить в книге свои важные наработки. Последний год перед смертью он работал над ней, вычитывал, перестраивал. У меня до сих пор хранятся ее рабочие

варианты. Мы встречались по поводу написанного и спорили до посинения. Он чуть ли не полностью переписывал все ранее сформулированное, но оставалось самое главное, что он хотел донести: показать то, что мы сегодня называем полевым подходом в гештальт-терапии; что важно учитывать не только то, что приносит клиент, но и то, как терапевт на это откликается. Потому что только в этом созвучии, во взаимопонимании, происходит волшебство контакта, близости».

Федор Пекарский

быть идеализирован и тут же обесценен в одном и том же повествовании.

Текст часто пропитан оттенками паранойи: недоверием к миру и к людям, ожиданием скрытых угроз, частой подмены реальности фантазиями проективного толка. Характерна обвинительная позиция по отношению к миру и людям с трудностями построения устойчивых отношений. Найти понятные смыслы очень сложно, текст порой кажется бессмысленным и требует многократного уточнения и повторений. Часто просто непонятно, о чем идет речь.

Следующая история часто захватывает красочностью и перенасыщенностью сюжета, необычными, яркими и драматическими ходами и поворотами и производит впечатление телесериала.

Кроме как «сценическая история», её никак не назовешь. Естественно, рассказчик в главной роли.

Обычно это молодой человек, чаще женщина с инфантильно-истерическими чертами характера. В этой истории есть буквально все: тайна рождения, драматизм родов, несчастья и отверженность с раннего детства, несчастья и невзгоды школьных лет, побои, раннее соращение, порочная связь и несчастная любовь, блестящее образование, часто в нескольких областях, свое дело, удачи и разорения – хватит на 33 чужие жизни, выбрать нужное и подчеркнуть.

При первом прослушивании вначале слушатель следит за интригой сюжетов с открытым ртом, потом с усталостью и некоторой скукой, а потом и вовсе с сомнениями в правдоподобности рассказа. Дело в том, что рассказчику часто не более 30 лет, и обращаются они за помощью в преодолении небольшого жизненного стресса, хотя потом выясняется, что причиной его был очередной разрыв отношений, которые оказываются регулярными, ведь цель героя – быть принятым и любой ценой заинтересовать слушателя необычностью и яркостью своей жизненной истории.

Как правило, многогранность их рассказа никто не понимает, все отвергают и предают, даже самые близкие люди.

Во время такого рассказа для них

главное, как кажется, вовсе не быть приятным, интересным и понятным, а заинтересовать и заинтриговать слушателя необычностью и яркостью своей персоны. Спустя некоторое время после знакомства с несколькими носителями таких историй я начал задумываться: от какого рода переживания защищает субъекта подобный текст?

При более внимательном выслушивании их и аккуратном исследовании феноменологии контактной границы, при условии мягкой и безоценочной поддержки, абсолютное большинство из них начинают рассказывать их подлинную историю, в которой часть, касающаяся нерадостного детства и психотравм юности и молодости, чаще бывает правдивой.

И обычно это печальная история несложившихся, потерянных или застойно-токсичных отношений либо пугающе-тревожная история отчужденности и непонимания, жизни в страхе самой жизни. Именно поэтому «сценическая странная история» на поверку оказывается чаще всего защитно-компенсаторной попыткой привлечь к себе внимание, избежав таким образом одиночества, и вовлечь терапевта в интригующе-детективные отношения по «расшифровке» сюжета, «покрытого зловещим мраком тайны».

Третий вид псевдоисторий можно назвать «стандартно-биографические». Обычно это заранее подготовленная домашняя заготовка. Содержит все формальные признаки подробной автобиографии: дата, место и порядок рождения, социальный статус и характеристики родителей, рассказ о детстве, школьных годах и юности, об увлечениях, образовании, романтических отношениях, описание супруга, детей, работы.

Описание самой проблемы и жалоб также подробное, хронологически выверенное и цельносвязанное в тексте. Прямого запроса на изменения нет, а скорее присутствует просьба об инструктаже, советах и прямых директивных указаниях с целью далее справиться с проблемой самостоятельно либо через волевые усилия, «взяв себя в руки».

Однако в контрпереносных реакциях на

подобный рассказ явно можно почувствовать разные оттенки скуки, искусственности и неестественности изложения, своего рода безжизненности текста, как будто из него тщательно вырезаны малейшие оттенки каких-либо чувств.

Такой рассказ так и хочется назвать «мертвый текст». Он очень напоминает бюрократический стиль протоколов допросов либо подробной формальной автобиографии претендента на важную должность либо на открытие визы для въезда в США.

Скрытая мотивация текстов подобного рода состоит в желании не представить слушателю либо читателю ни единого шанса что-либо понять о внутреннем психическом мире чувств и переживаний автора. Текст предельно алекситимичен, стерилизован и девитализирован (лишен жизненной энергии, как эротизма, так и агрессии) и представляет собой символически хорошо сформированный элемент вербальных фекалий.

И это неслучайно, поскольку большинство его авторов являют собой персоны с классическими чертами анального характера, в понимании З. Фрейда, с яркими обсессивными (навязчивыми) проявлениями. Часто эти люди работают на госслужбе, в судах, прокуратуре, армии, иногда это финансисты либо крупные бизнесмены, часто тоже с армейским нигде прошлым. Такое ощущение, что при рассказе для них главное – не проколоться. Их текст носит откровенно защитный характер от сильнейшего страха нарциссического разоблачения личных слабостей.

Его носители зачастую обсессивные работоголики, в свободное время накрываемые сильнейшей волной напряжения,

спасения от которого ищут в навязчивых ритуалах и самоуспокаивающих активностях: спорт, альпинизм или фанатический ЗОЖ. Хотя часто можно увидеть случаи с алкогольными эксцессами по типу анальных отыгрываний. Требуется много терпения и упорства, чтобы слушать их стереотипно-занудные речи, пока они не успокоятся настолько, чтобы развилось минимальное чувство доверия и клиенты по крупницам начали рассказывать о себе подлинные переживания. Любопытно, что если они принимают решение остаться в терапии, то часто это на долгие годы с серьезными личностными изменениями.

Надеюсь, что эти эскизные заметки могут оказаться полезными для читателей и помогут более глубоко понимать наших клиентов, что и дает дополнительные шансы на формирование личностного контакта с ними.

Без сомнения, в повседневной практике нечасто можно выделить какой-либо сюжет в «чистом виде», чаще мы встречаемся с неким микстом или амальгамой нескольких сюжетов, но при детальном расспросе, как правило, все будет сводиться к 1–2 сюжетам, причем один из них и будет основным элементом психического «сплава».

На этом мне хочется остановить эти предварительные размышления о типологии и структуре клиентских нарративов, предоставив дальнейшее развитие этой темы искушенному коллеге-читателю. Сам же автор будет искренне благодарен всем читателям и критикам за осознанные усилия по деконструкции данного текста, равно как и за развитие и детализацию поднятого в нем дискурса.

«Прошло четыре года, как Константина Юрьевича Королёва нет с нами. Но в нашей памяти он остается одним из первопроходцев белорусской психотерапии, чей вклад в развитие гештальт-терапии Беларуси бесценен. Он один из первых, кто стоял у истоков нашего сообщества. Его мысли живы в наших сердцах и в его текстах. Книга «Три истории...» очень терапевтична. Это разговор с Костей».

Любовь Мирончик



О ЗАВИСИМОСТИ

ИЗ ЛЕКЦИИ КОНСТАНТИНА КОРОЛЁВА НА КОНФЕРЕНЦИИ ПО ПСИХОТЕРАПИИ ЗАВИСИМОСТЕЙ

*Публикуется в сокращении по авторской расшифровке.
Стилистика устной речи сохранена.*

Я буду говорить о зависимости с психодинамической точки зрения и пользоваться терминами «аддикция», «аддикт», «аддиктивный объект». Под объектом я понимаю то, на что направлено зависимое поведение: вещество, форму деятельности, форму отношений или другого человека.

В основе – три уровня функционирования психики. Уровень, на котором формируется аддикция, определяет глубину порушенности личности и прогноз:

- психотический (шизоидный) – самый глубокий дефект;
- пограничный (нарциссический) – расщепление и незрелые защиты;
- невротический – уровень зрелой, условно здоровой личности.

Логика такая: в раннем развитии дефицит стимуляции, поддержки и среды расценивается как травма. Чем раньше воздействие – или, что самое интересное, его отсутствие, – тем более глубокая потребность фрустрирована, тем глубже аддикция, которая пытается эту дыру заполнить.

Психотический уровень: аддикция как тотальный объект

- Базовое чувство – безопасность; базовый ужас – психическое исчезновение, растворение в мире.

- Границы между «я» и «не-я» размыты; импульсы изнутри и снаружи пуга-

ют, потому что нет способа их оценить и отразить.

- Защиты примитивны: отрицание реальности, аннигиляция чувств, диссоциация.

- Аддиктивный объект тотален – заменяет мать: безопасность, уход, заботу и сам смысл существования. Неважно, вещество это, слияние с другим человеком или с идеей: у фанатиков-сектантов тот же уровень нарушений.

- Прогноз для индивидуальной терапии плохой; работают только 12-шаговые программы и жесткая структура религиозной общины.

Мы прекрасно знаем, что зависимость – это болезнь отрицания и лжи. Такой человек на приёме молчит: «Задавайте вопросы, я отвечу», – сам продуцировать речь он не в состоянии, мыслит буквально. Или одинокий сельский алкоголик, который пьет каждый день и даже кайфа не ищет: «Я так себя живым чувствую». А так у него ощущение мертвенности, как у трупа; они и в теплую погоду мерзнут. Если отобрать у такого аддикцию, взамен дать нечего: психический аппарат слишком упрощен и порушен. Это дефициты первых месяцев жизни.

Один случай запомнился. Кладбищенского сторожа из глухого райцентра привезли после страшного запоя; протрезвев, он поразил меня почти аутистическим видом – я заподозрил шизофрению. Оказалось: глубочайшая депрессия, а в прошлом – главный инженер металлургического завода. Развалилась семья, спился, потеряли квартиру. Психосоци-

альная катастрофа обрушила человека так сильно именно потому, что изначальный дефицит был глубоким: развод – травма нарциссического уровня, а он дал практически психотическую реакцию.

Пограничный уровень: расщепление и страх покинутости

- Ведущие чувства – агрессия и тревога сепарации. Если ниже мы имели дело с тревогой смерти, то здесь – с тревогой быть покинутым.

- Защиты – по типу расщепления: черное – белое, хорошее – плохое, мы – они. Половинки изолированы: человек через пять минут говорит прямо противоположное.

- Особая депрессия – «без объекта» (термин французских аналитиков): терять было нечего, объекта и не было. Не классическая утрата, а апатия и тоска по тому, что могло бы свершиться, но не свершилось. На антидепрессанты почти не отвечает.

- Механизм – псевдонезависимость: «не хочу зависеть от мамы – лучше буду зависеть от водки». Переходный объект становится основным.

- Терапия – вербальная, психодинамическая; ее альфа и омега – проработка отношений, границ, осознание чувств и потребностей. Исходы 50 на 50.

Классика расщепления – пациент после месячного запоя: «Нет, доктор, таблетки не буду – боюсь печень посадить». Месяц запоя печень ему не сажает, а вот антидепрессант – «подсяду, боюсь». Отдельная группа риска – творческие люди: у них выше душевная боль, тоньше чувствительность, а защита меньше. Главный герой любого произведения – сам автор; как говорил Флобер, «госпожа Бовари – это я». Такой человек отчаянно нуждается в привязанности, но при малейшей возможности ее организовать сам же ее и разрывает: интимфоб и созависимый одновременно.

Невротический уровень: конфликт, а не дефицит

- В психике уже есть «папа и мама» – несколько персон, а значит, внутренний конфликт: между желанием и запретом.

- Личность интегрирована – есть семья, профессия, образование; классического похмелья и отходников нет. Алкоголизация по выходным, после скандала.

- Роль алкоголя – не причина, а средство смягчить конфликт и уйти от выбора.

- Задача терапии – не борьба с алкоголем, а проработка конфликта: вернуть человека к трезвому выбору и ответственности.

Это самый благодарный уровень, наши легкие победы. Мужчина допоздна тянет пиво не потому, что любит пиво, – он не хочет идти домой, в постылые отношения. Мотив проясняется одним вопросом: что вы позволяете себе пьяным такого, чего не можете позволить трезвым?

Про кодирование

Строго говоря, человек не «закодировался» – его закодировали, хотя в речи звучит «типа, сам»: приходят под давлением обстоятельств. Что показывают данные:

- в катамнезе (исследование главного нарколога Днепропетровской области, 10 лет наблюдений) через год трезвыми остаются 12–15 %;

- уровень спонтанных ремиссий, если человека не трогать, – 30–35 %, на порядок выше;

- кодирование убивает остатки волевой саморегуляции – фактически это имплантация внутреннего диверсанта, преследующего объекта в психике («чувствовал себя кастрированным», «как будто меня опустили»).

А где кодирование «помогает», работает не оно: три четверти тех, у кого была ремиссия, шли на процедуру, уже приняв решение отказаться. Нужен был ритуал, чтобы закрепить решение, и бумажка для работы.

Что важно помнить

Все заболевания подчиняются закону трех третей:

- одна треть проходит сама, за счет сил организма;
- одна треть – почти без шансов;
- две трети – наша зона, где стоит попотеть.

Терапевтический успех лежит в пограничной и невротической зоне, а не в самой тяжелой. Оценивайте пациента по уровню, а не по диагнозу: есть ментализация, границы, мотивация, понимание, для чего и зачем, – работать можно, независимо от возраста и стажа. «Неизлечимый» женский алкоголизм – миф: он родился оттого, что в клиники крупных городов доставляют тяжелый, деклассированный контингент, а тихо пьющая пенсионерка-учительница из райцентра к профессору не придет. С ней вполне можно работать: сначала пролечить депрессию – и пить она перестанет.

И последнее. Суть психотерапии не в том, чтобы дать человеку счастье, а в том, чтобы открыть ему глаза на его несчастье и помочь принять его как есть – пережить депрессию, пережить нелюбовь, а в конце концов расстаться и с терапевтом.



НАВСЕГДА В НАШЕЙ ПАМЯТИ

Это был эпохальный человек. Глыба! Очень хорошо образованный, начитанный, при этом душевный. Он не экономил на своей жизни, он жил ярко. Он действительно искренне переживал за пациентов, за клиентов. И это не разовая акция, а его естественное состояние. Нас всех поражали и душевность, и искренность Кости. Я думаю, что психотерапия для него была не только профессией, это был какой-то еще и способ жизни.

Владимир Филипенко

Костя был таким человеком, который не просто пропагандировал ценности и идеи гештальта, а жил ими. Это как в семейной системе: если хочешь обучить детей быть порядочными, честными и ответственными, нужно самому демонстрировать такое поведение. Нынешнее гештальт-сообщество – живое, самостоятельное, с перспективами и планами развития, полное энергии – это тоже результат такого воспитания. Безусловно, Костя – мой гештальт-родитель, который был примером для подражания и на которого хочется быть похожим.

Можно смело говорить о наследии Кости Королёва, хотя бы исходя из того, что целый номер журнала нашего сообщества посвящен его персоне. Много людей помнят его хорошие поступки, добрые слова и делятся этим на страницах журнала.

Максим Пылев

За внешней легкостью, толерантностью, великодушием и юмором скрывался глубокий человек, полный серьезных переживаний. До последних дней Костя не только учил, но и учился сам. И ему всегда было интересно, как устроен человек: его переживания, душа, история. Психотерапия была для него не просто профессией, а самой его жизнью. Такая преданность профессии вызывает искреннее уважение. Он был психотерапевтом по своей сути. Мы помним его!

Алла Вишневская



Я, со своим многолетним опытом в терапии, переживала смерть Кости настолько болезненно, что отдавала себе отчет: это ненормально. Я на год застряла в стадии злости. Никаким другим способом реагировать на его смерть я не могла. Это была злость оттого, что его нет; что он обо мне не подумал; оттого, что он не берег свое физическое здоровье. Для него важен был его мозг: чувствительность, эмоциональность и тонкость. А физическое здоровье было не так важно.

Одна из моих горестей в том, что я не смогла проводить Костю, поскольку сильно болела коронавирусом. Возможно, из-за этого процесс горевания у меня был не совсем стандартный. Целый год я злилась, потому что все произошло не так, как должно быть при нормальном проживании горя. Такая застывшая стадия агрессии была для меня самой удивительной. Но так было. В момент, когда я ощутила, что могу думать о Косте без злости, мне легче стало.

Хоть я и не успела его проводить и не написала ничего в соцсетях об этой утрате, я очень много читала, что писали коллеги. Чему я поразились? Сколько же людей имели с ним такие же близкие отношения, какие, как мне казалось, были только у меня. Он был настолько щедр душой. Сколько людей встраивали Костю в свою жизнь, как и я! При этом он просто жил, ничего специально не делая. Он не стремился быть для кого-то, а просто жил.

Костя – человек, благодаря которому я нашла себя. Мне кажется, он сделал для меня больше, чем мои родители. Я помню нашу последнюю встречу. Тогда я рассказала Косте, что купила квартиру. А он ответил: «Я же верил в тебя. Я знал, что ты это сделаешь». Такой программой стала наша последняя личная встреча.

Юлия Байдала

Помню его фразу: «Люба, в нашем возрасте самое главное – это беречь здоровье».

Это была наша последняя встреча.

12 августа 2022 года у меня был выходной. Я листала соцсети, что-то читала. Вдруг на Фейсбуке появился пост Володи Филипенко о том, что перестало биться сердце Кости Королёва. Шок. Отрицание. Мысли: «Нет, нет, нет! Этого не может быть». Невозможно принять. Это очень горько. Невыносимая боль утраты и скорбь были такими, что остудить их могли только слезы.

Это была последняя «трехдневка» (пятница-воскресенье), на которую Костя собрал всех своих учеников, студентов, клиентов и коллег из разных групп и стран. Проводить Константина Юрьевича в последний путь пришли, приехали, прилетели все, кто его любил, уважал и ценил. Для многих из нас он и после смерти – самый важный психотерапевт.

Костя внес неоценимый вклад в мое профессиональное развитие, в формирование моей профессиональной идентичности. Я безмерно, бесконечно благодарна тебе, Костя, за нашу встречу и 18 лет твоего присутствия на моем профессиональном пути. Благодарна за все, чем ты щедро делился: за знания, опыт, теплоту, искренность, поддержку, доброту, юмор и книги. За веру в меня.

Любовь Мирончик

Мне позвонили и сообщили о смерти Кости, я подумал: «Слава богу, я в Минске, хотя бы смогу проститься с ним». На поминках я сказал много теплых слов о Косте. Ведь действительно, можно не иметь больших чинов и званий, но даже после смерти навсегда остаться в памяти своих учеников, клиентов и коллег как Профессионал с большой буквы и просто хороший и добрый человек!

Владимир Доморацкий

Последний разговор наш был по телефону. Мы обсуждали его участие в нашем ретрите – мероприятие планировалось летом 2022 года. Мы буквально за пару дней до его ухода созванивались и обсуждали, как будем проводить ретрит, что делать, какова его роль. А через несколько дней мне написали коллеги, что Константин Юрьевич умер.

Период после смерти Константина был для меня очень тяжелым, потому что он был для меня важной опорой. Даже когда мы мало общались, я всегда чувствовал, что вот у меня есть Он. В моей жизни есть несколько важных Учителей. Кто-то из них жив, кто-то уже нет. И это те люди, к которым я всегда при их жизни мог обратиться, позвонить, прийти, поговорить, получить какой-то совет. Я реально это делал и делаю. В такие моменты я чувствую, что у меня есть поддержка и опора в виде моих учителей.

Мы так и не успели провести запланированный совместный ретрит. Не обсудили полноценно его книгу. У меня были идеи, что можно было бы в книге дать в более развернутом виде, я хотел с ним этим поделиться. Мне хотелось, чтобы он еще шире открыл для людей свое понимание человека и его души, дал больше своих размышлений в книге. Хотя и то, что он успел и сделал, очень ценно, и очень здорово, что он успел это закончить. Но мы, увы, не договорили.

Дмитрий Дьяков

Наша последняя встреча была телефонной. Мы созванивались по поводу его книги. Костя с восторгом говорил о том, как ему понравилась идея Жан-Мари Робина, нашего современника, гештальт-терапевта из Франции, считающего, что следует говорить не о прерываниях контакта, а о флексиях – о привычном способе присутствия в той ситуации, когда по-другому невозможно из-за индивидуального опыта или общей нацеленности существования личности.

Мы договорились, что в начале сентября, когда закончатся всевозможные интенсивы, мы встретимся и поставим точку в очень долгом обсуждении плана специализации. Поэтому известие о том, что Кости не стало, прозвучало для меня как гром среди ясного неба.

Я уже отгоревал наше расставание. У меня много благодарности к Косте, и есть ощущение, что я в какой-то степени невыразил ее, когда это было возможным. Но тогда это и не требовалось; наоборот, было важно оставаться автономным. Ведь наш диалог предполагал именно зрелое взаимодействие. А сейчас я хотел бы просто сказать ему спасибо, потому что я понимаю: как личность и профессионал я в значительной степени сформировался именно благодаря нашим встречам и его примеру.

Федор Пекарский

Я его любил. Он был мне как наставник и терапевтический отец. У нас очень много матерей, а он был папой. У меня в рамках обучения таких два отца было: добрый – Денис Хломов, и строгий, но любящий и справедливый – Костя Королёв. Наверное, об этом мы с ним так и не поговорили. Про отношения тоже. Про то, насколько я им дорожу. Им многие дорожили на самом деле. Он столько сделал и для сообщества, и для нынешних тренеров и учителей.

Я горжусь, что с ним был знаком. Горжусь, что могу продолжать его дело. Костиными словами, словами наших учителей мы продолжаем традицию. И в ней же растим наших студентов. Вклад Кости Королёва в это – огромен.

Константин Петров

Многогранность и оригинальность, глубина и порядочность, доброта и здоровый цинизм, дружелюбие и черный медицинский юмор восхищали и порой удивляли своей целостностью внутри одной личности. А еще именно Костя научил меня проживать экзистенциальную тревогу: узнавать ее, принимать и выдерживать в каждом мгновении. Рядом с ним взросло мое «окаянство» – способность рисковать и делать выбор без гарантии. Постепенно крепло право жить собственную жизнь.

Он любил философские вопросы больше, чем ответы. Так жил и так ушел. Оставив последователям надежду на интересную, наполненную личную и профессиональную жизнь, а также увлечение вопросами, на которые порой нет ответов. Но мы продолжим их задавать...

Ирина Якубовская

Вклад Кости Королёва огромен: в сообщество, в каждого своего ученика и клиента, в развитие гештальт-подхода и белорусского сообщества. Сейчас, когда мы оглядываемся назад, нельзя не восхититься тем, как много он успел за свою жизнь. Человек, Писатель, Преподаватель, Гештальт-терапевт, Психоаналитический терапевт. Мне кажется, это очень ценно и важно. Но самое главное – что он до конца оставался настоящим, живым и очень человечным.

Наталья Олифирович

Я всегда знала: если становится по-настоящему тяжело и непонятно, нужно идти к Косте и разговаривать. Я приходила к нему в разных состояниях: растерянности, сомнениях, тревоге. Садилась рядом. И можно было просто быть, слушать, чувствовать. Он часто говорил: «Релакс, релакс, никуда не торопимся». В этих словах было разрешение на паузу, на дыхание, на человеческий ритм – столь редкий в нашей профессии.

Его уход я переживала крайне тяжело. Не могу сказать, что полностью справилась с этим до сих пор. Сейчас, спустя три года, я ясно вижу: это была не только человеческая, но и профессиональная утрата. Утрата Учителя. В тот момент оставались лишь растерянность и ощущение потери направления. Чувство принадлежности исчезло, и начался очень сложный период внутренней дезориентации.

В первые годы после его ухода не к кому было идти. Не стало человека, который скажет: «Релакс, релакс». Осталось много незавершенных планов, незапущенных групп, неслучившихся разговоров. Мы только начали новый виток совместной работы. Было острое чувство, что многое из задуманного мы не успели.

Вероника Серёгина

Костя запечатлелся во многих людях. Разными чувствами и воспоминаниями. Люди, которые с Костей взаимодействовали, точно не оставались безразличными. Он был по-настоящему живым человеком. Ищущим смыслы и счастье, ответы на личные и профессиональные вопросы. Человеком с желанием реализовать свои амбиции и помочь другим в их поисках, со стремлением обеспечить семью и купить желанную машину, строгих настоящие живые отношения.

Сергей Будько

В ПОДГОТОВКЕ НОМЕРА ПРИНИМАЛИ УЧАСТИЕ

Байдала Юлия, психолог, психотерапевт, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, тренер

Бимбад Тимофей, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, магистр психологических наук

Будько Сергей, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, тренер, член EAGT

Вишневская Алла, врач-психотерапевт, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ведущий тренер

Алена Воскресенская, кандидат педагогических наук, доцент, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор EAGT, ведущий тренер

Доморацкий Владимир, доктор медицинских наук, профессор, врач-психотерапевт, психиатр, сексолог. Действительный член и руководитель модальности «Эриксоновская психотерапия и эриксоновский гипноз» Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги (ОППЛ), официальный преподаватель международного класса ОППЛ, действительный член Российского научного сексологического общества, вице-президент Национальной саморегулирующей организации «Союз психотерапевтов и психологов»

Дьяков Дмитрий, доктор психологических наук, профессор. Аккредитованный терапевт, супервизор, тренер в КПТ (EABCT) и схема-терапии (ISST); EMDR-терапевт (EMDR-Europe), UP-терапевт (UPI). Основатель и руководитель Белорусской ассоциации КПТ, научный руководитель Минского центра КПТ

Жебентяев Виталий, психоаналитик, врач-психиатр, кандидат медицинских наук, доцент, член Международной психоаналитической ассоциации, аккредитованный гештальт-терапевт

Королёв Дмитрий, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, тренер

Мартынюк Марта, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор

Мирончик Любовь, психоаналитический психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ассоциированный тренер

Олифирович Наталья, кандидат психологических наук, доцент, психотерапевт европейского регистра (EAP), семейный психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ведущий тренер

Панчихина Тамара, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, тренер

Пекарский Федор, психолог, философ, кандидат философских наук, доцент, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор

Петров Константин, психолог, магистр психологии, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, тренер

Пылев Максим, психолог, магистр психологических наук, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, тренер, председатель РОО «ОПП “ГП”», член EAGT. Программный руководитель реабилитационного центра «Феникс»

Серёгина Вероника, психолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ассоциированный тренер

Синевич Артур, врач психиатр-нарколог, кандидат медицинских наук, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор

Соломенная Яна, психолог, сертифицированный гештальт-терапевт, писательница

Тымонюк Александр, доктор психологических наук, член-корр. международной академии образования, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ассоциированный тренер

Филипенко Владимир, врач-психиатр, кандидат медицинских наук, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ведущий тренер, зам. директора РОО «ОПП “ГП”»

Якубовская Ирина, клинический психолог, сексолог, аккредитованный гештальт-терапевт, супервизор, ведущий тренер

BELARUSIAN GESTALT JOURNAL

Мы открыты к идеям и сотрудничеству!

Контакты для связи:

Bel.Gestalt.Journal@gmail.com

Республиканское общественное объединение «Общество психологов
и психотерапевтов "Гештальт-подход"»

gestalt-podhod.by