

УДК 159

Миронова Мария Роальдовна

практикующий психолог, соучредитель, директор и преподаватель
АНО ДПО «Экзистенциально-гуманистическое образование»,
преподаватель Международного института гуманистических исследований,
редактор и переводчик книг по психотерапии
И.Ялома, Дж.Бьюдженталя, Дж.Хейли и др.
«Экзистенциально-гуманистическое образование»
ORCID: <https://orcid.org/0009-0006-7601-9906>
marmir@mail.ru

Шिशалова Ксения Алексеевна

практикующий психолог, супервизор, соучредитель
АНО ДПО «Экзистенциально-гуманистическое образование»,
директор Международной Экзистенциально-Гуманистической Ассамблеи.
«Экзистенциально-гуманистическое образование»
ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-0419-7209>
k.shishalova@yandex.ru

Макарова Мария Владимировна

практикующий психолог, кандидат политических наук,
магистр психологии, старший преподаватель кафедры психологии личности,
Санкт-Петербургский государственный университет
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8279-0581>
m.v.makarova@spbu.ru

Mariya R. Mironova

practicing psychologist, co-founder, director and mentor in the Autonomous Nonprofit Organization of Additional Professional Education “Existential-Humanistic Education”,
mentor the International Institute for Humanistic Studies, editor and interpreter of books on psychotherapy by I. Yalom, J. Bugental, J. Haley, etc., and others.
“Existential-Humanistic Education”
<https://orcid.org/0009-0006-7601-9906>
marmir@mail.ru

Kseniya A. Shishalova

practicing psychologist, supervisor, co-founder of the Autonomous Nonprofit Organization of Additional Professional Education “Existential-Humanistic Education”,
Director of the International Existential-Humanistic Assembly.
“Existential-Humanistic Education”
<https://orcid.org/0009-0007-0419-7209>
k.shishalova@yandex.ru

Maria V. Makarova

practicing psychologist, PhD in political science, MS in Psychology,
Senior Lecturer of Personality Psychology Department,
St. Petersburg State University, St. Petersburg
<https://orcid.org/0000-0002-8279-0581>
m.v.makarova@spbu.ru

Об итогах Четвертой конференции Международной Экзистенциально-Гуманистической Ассамблеи «Новая нормальность как часть современной жизни»

On the results of the Fourth Conference of the International Existential-Humanistic Assembly "New Normality as a part of Modern Life"

Аннотация. В статье подводятся итоги Четвертой конференции Международной Экзистенциально-Гуманистической Ассамблеи (МЭГА) «Новая нормальность как часть современной жизни», организованной АНО ДПО Экзистенциально-гуманистическое образование 14 –

15 сентября 2024 г., г. Санкт-Петербург. Цель: Обсуждение актуальных проблем современного общества, связанных с изменением динамики и процессов межличностного взаимодействия, влиянием технологий на человеческие отношения, и поиск путей сохранения аутентичности и глубины в отношениях в современном мире. Также ставится вопрос о необходимости актуализации этических аспектов взаимодействия профессионального сообщества и оформления их в виде этического кодекса. Методы: Анализ итогов Четвертой конференции Международной Экзистенциально-Гуманистической Ассамблеи (МЭГА), включающий в себя пленарные доклады, работу круглых столов «Современная норма близких отношений и построения семьи» и «МЭГА в контексте общества: кому и зачем?», а также дискуссию об этических нормах терапевтического взаимодействия. Выводы: Конференция подчеркнула необходимость переосмысления понятия "нормальности" в контексте современной жизни, акцентируя важность индивидуального подхода и уважения к уникальному опыту каждого человека. Дальнейшие исследования должны быть направлены на разработку более гибких и гуманистических подходов к пониманию психического здоровья и межличностных отношений в быстро меняющемся мире. Разработка этического кодекса для экзистенциально-гуманистического сообщества признана необходимой для обеспечения высоких стандартов профессиональной практики.

Ключевые слова: экзистенциально-гуманистический подход; норма; телесность; терапевтические отношения; современная этика

Abstract. The article summarizes the results of the Fourth Conference of the International Existential-Humanistic Assembly (IEHA) "New Normality as a Part of Modern Life", organized by ANO DPO Existential-Humanistic Education on September 14 - 15, 2024, St. Petersburg. Objective: To discuss current societal challenges related to shifting dynamics and processes in interpersonal interaction, the influence of technology on human relationships, and to explore ways of preserving authenticity and depth in relationships in the modern world. The need to update ethical aspects of professional interaction and formalize them in an ethical code is also addressed. Methods: Analysis of the results of the Fourth International Existential-Humanistic Assembly (MEGA) Conference, including plenary presentations, roundtable discussions on "The Modern Norm of Close Relationships and Family Building" and "MEGA in the Context of Society: To Whom and Why?", as well as a discussion on the ethical norms of therapeutic interaction. Conclusions: The conference highlighted the need to reconsider the concept of "normality" within the context of modern life, emphasizing the importance of an individual approach and respect for the unique experience of each person. Further research should focus on developing more flexible and humanistic approaches to understanding mental health and interpersonal relationships in a rapidly changing world. The development of an ethical code for the existential-humanistic community is deemed necessary to ensure high standards of professional practice.

Keywords: existential-humanistic approach; norm; corporeality; therapeutic relations; contemporary ethics

14 – 15 сентября 2024 г. в Санкт-Петербурге состоялась Четвертая конференция Международной Экзистенциально-Гуманистической Ассамблеи (МЭГА) «Новая нормальность как часть современной жизни», организованной АНО ДПО Экзистенциально-гуманистическое образование. Мероприятие объединило специалистов по консультативной психологии и психотерапии, медицинских, клинических и кризисных психологов, а также исследователей, заинтересованных в изучении феномена изменения норм и понятия «нормальности» в современном мире. Конференция стала площадкой для обсуждения актуальных проблем, связанных с динамикой социальных норм, их влиянием на различные сферы жизни, а также способами адаптации к изменяющимся условиям.

Конференцию торжественно открыла Миронова Мария Роальдовна, соучредитель, директор, психолог и преподаватель АНО ДПО «Экзистенциально-гуманистическое образование», преподаватель Международного института гуманистических исследований, специалист в области терапии кризисных состояний, ненасильственной коммуникации (в подходе М. Розенберга) и экзистенциально-гуманистической терапии (в подходе Дж. Бьюджентала). Были поставлены вопросы об ощущении уникальности и «нормальности», их структуре, источниках и функциях. В современном мире, характеризующемся быстрыми изменениями, понятие «норма» теряет свою стабильность и актуальность – то, что вчера считалось нормой, сегодня может казаться устаревшим или даже неприемлемым. Мир становится все более динамичным и многообразным,

что очень затрудняет не только опору на нормы, но и обращение к ним как для клиентов, так и для психологов.

Участники конференции представили доклады, отражающие разнообразные перспективы изучения нормальности в контексте современной реальности, провели дискуссии о нормах в отношениях и семье, а также рассмотрели роль консультирующего психолога экзистенциально-гуманистического направления в современном обществе.

Екатерина Ортюлю, психотерапевт, психиатр, преподаватель АНО ДПО ЭГО, задала необычное направление дискуссии в знакомой практикам теме самодиагностики в своем докладе «Мода на диагнозы как способ приручить страшное». Современный мир, перенасыщенный информацией, особенно в сфере психологии, порождает феномен моды на диагнозы [6]. Люди стремятся понять свои эмоции и поведение, и часто ищут ответы в медицинской и психологической терминологии. Мы живем в мире, полном неопределенности и тревоги, а диагноз становится попыткой установить контроль над ситуацией, свести неопределенность к минимуму. Самодиагностика в этом контексте становится особенно привлекательной – она дает иллюзию контроля и знания, позволяет отнести свои проблемы к какой-то категории. Другая тенденция – это мода на диагнозы, где клиенты и пациенты ищут «безопасный диагноз», который подчеркивает их уникальность. Этот тренд может привести к неправильному восприятию психического здоровья – люди начинают воспринимать психические расстройства как нечто обыденное, не требующее серьезного внимания или даже интересное, яркое, особенное. Продолжение этой темы было озвучено в докладе «В поисках нормы. Переживания людей с аффективными расстройствами», который подготовила Юлия Колосова, клинический психолог, психолог БФ «Равновесие», ведущая группы поддержки родственников и партнёров людей с БАП, депрессией и другими аффективными расстройствами, психолог проекта «Жить дальше». Она акцентировала внимание на парадоксальном опыте людей, страдающих от аффективных расстройств, в контексте поиска «нормы». Часто такие индивиды не стремятся к «нормальному» состоянию, потому что оно может означать потерю ценной чувствительности и эффективности, присущих их опыту. «Норма» может восприниматься как нечто скучное, неинтересное и лишённое ярких красок. Например, люди в гипомании могут ощущать повышенную энергию, творческую активность и интенсивные эмоции, отказ от которых может восприниматься как потеря важной части себя. Ресурсом для выбора в пользу здоровья является наличие и желание сохранения значимых отношений в жизни пациента или клиента. В докладе было отмечено, что в рамках терапии целесообразно сосредоточиться на обсуждении последствий аффективных расстройств, а не на попытке достичь «нормального» состояния.

Юлия Корсунская, психолог-консультант, специалист по помощи людям с редкими заболеваниями, с онкологическими заболеваниями, руководитель направления равного консультирования БФ «Адвита» в докладе «Болезнь как другая нормальность» поделилась своим опытом столкновения с экзистенциальным переживанием болезни и взглядом на изменение образа жизни и внутренних норм человека, проживающего опыт трансплантации, лечения и реабилитации. Ольга Полетаева, медицинский психолог, представитель от России в Европейском обществе Муковисцидоза, руководитель направления БФ «Острова», отметила в своём докладе «Новая телесная реальность» изменения способов знакомства с миром и следующих за этим последствий. Действительно, знакомство с миром для современного человека происходит без участия тела, да и сами характеристики реального мира поменялись, возникли новые черты физической реальности современного человека: непринятие естественных запахов, непрерывность звуков и непереносимость тишины, разнообразие вкусов и избыточность, визуальное восприятие и т.д. Эти незаметные на первый взгляд изменения могут привести к неожиданным последствиям [4; 5; 1]. В результате дискуссии, автор приходит к неутешительному выводу – в скором времени наши специалисты будут вынуждены вводить сенсорную интеграцию клиентам и пациентам в принудительном порядке.

Выступление Юлии Федориной, экзистенциального психолога, ведущей программ АНО ДПО ЭГО на тему «В поисках нормы: семья в меняющемся мире» предваряло актуальную дискуссию в рамках круглого стола «Современная норма близких отношений и построения семьи» с участием специалистов в области работы с семьей (Марианна Милейко, Елена Картавенко, Юлия Колосова). Формат открытого диалога касался таких вопросов: как изменились

представления о семье и любви, способы взаимодействия в партнерских отношениях, где границы между личным и общественным, как сохранить гармонию в быстро меняющемся мире.

В рамках конференции также была представлена траектория влияния современных технологий на человеческие взаимоотношения. Парадоксальное влияние соцсетей на наши отношения с собой и другими было представлено в докладе «Принудительная отдельность и вынужденная связанность в социальных сетях: взгляд на новые нормы во взаимоотношениях через призму ЭГП» (Татьяна Михайлова, клинический психолог СПб ГКУЗ ГПБ №6, организатор и ведущая дискуссионного клуба АНО ДПО ЭГО). С одной стороны, соцсети создают иллюзию близости и связи, с другой – способствуют изоляции и одиночеству. Доклад «Говорить ли с машиной? Этические дилеммы в мире искусственного интеллекта», поднимал вопросы о влиянии ИИ на человеческие взаимоотношения, в частности о приемлемости эмоциональной связи с современными технологиями (Мария Макарова, к.п.н., старший преподаватель кафедры психологии личности СПбГУ). Эта же актуальная тема имела своё продолжение в другом докладе «Влияние искусственного интеллекта на современные тенденции в виртуальном общении в контексте психотерапии: вызовы и возможности» (Екатерина Митрохина, психолог-практик). Были рассмотрены ситуации и основные векторы влияния ИИ на психотерапию, обозначающие как новые возможности (например, известное всем онлайн-консультирование), так и новые вызовы (например, риск деперсонализации). Заключительный доклад первого дня, «Психологическое консультирование онлайн - вызов времени» (Диана Шулина, медицинский психолог ФГБУ НМИЦ им В.А. Алмазова), был посвящен изменениям в практике психологического консультирования в связи с развитием онлайн-платформ.

Размышляя о влиянии технологий на человеческие отношения, профессиональное сообщество неизбежно сталкивается с целым рядом этических вопросов. Эти вопросы связаны не только с обеспечением психологической безопасности и конфиденциальности в онлайн-консультировании или границ ответственности использования ИИ – эти вопросы обостряют те контекстуальные изменения, в которых работают современные психолог и клиент [8; 2]. Участники конференции единогласно пришли к заключению о необходимости актуализации Кодекса психолога, переосмысления его норм в свете новых реалий. «Мы должны быть готовы к тому, что в будущем нам придется ставить перед собой еще более сложные этические дилеммы, и только сохраняя принципы профессиональной этики мы сможем найти правильные ответы» - с этих слов начался доклад Ксении Шишаловой, соучредителя АНО ДПО ЭГО, директора Международной Экзистенциально-Гуманистической Ассамблеи (МЭГА), психолога и супервизора. Докладчик уделил особое внимание истории возникновения МЭГА, ключевых событий и перспектив развития. Особенно подчеркивалась идея того, что сообщество возникло «снизу», то есть вышло из практики консультирования, благодаря личному вкладу и энтузиазму специалистов помогающих профессий. Сообщество росло и развивалось в соответствии с потребностями специалистов и тех, с кем они работают, поэтому на данный момент МЭГА представляет собой, скорее, экосистему с центром – обучающей организацией АНО ДПО «ЭГО», а не организацию с заранее спланированной структурой. Каждый из участников этой «живой» системы является носителем принятых в сообществе норм, которые нашли свое отражение в Этическом кодексе МЭГА.

Логическим продолжением доклада о нормах сообщества стал Круглый стол, посвященный регулярному пересмотру и обновлению Этического кодекса МЭГА: участники обсудили основополагающие вопросы, связанные с профессиональной позицией терапевта, безопасностью каждого участника терапевтического процесса (и клиента, и терапевта), а также поговорили об ответственности профессионального сообщества не только перед друг другом и клиентами, но и перед обществом, и перед государством [3]. Особую остроту дискуссия приобретала в части пересечения положений Кодекса с планируемым и широко обсуждаемым Законом о психологической помощи.

Как следствие, повышенное внимание профессиональной общественности привлек следующий доклад Юлианы Белоноговой, психолога и практикующего юриста: «Законопроект о психологической помощи как новая норма отношений». Докладчик обозначил уязвимые места проекта Закона о психологической помощи, последствия, ограничениях и возможности, которые появятся у профессионального сообщества в связи с его принятием [7].

Особый интерес вызвала практическая сессия «Осознанная телесность. Восстановление

целостности в БЭСТ», проведенная телесным терапевтом Ириной Овчинниковой, а также выступление Мертил Хири (Myrtle Heery), известного экзистенциально-гуманистического терапевта, директора Института гуманистических исследований Connection, в формате видео доклада. Госпожа Хири в своем докладе подчеркнула важность того, кто и как формирует наши нормы и правила. Ее главный призыв к нам – слушать свое сердце и быть внимательным к тем, с кем мы работаем.

Конференция МЭГА подтвердила актуальность и значимость экзистенциально-гуманистического подхода к пониманию человека и его опыта в современном мире, а также необходимость дальнейших исследований в этой области. Основная задача конференции – живой разговор об актуальных проблемах нашей жизни и работы в современных условиях – была выполнена.

Литература:

1. Веряскина В. П. *Человек в новой реальности XXI века: биотехнологические вызовы и их социальные последствия* // *Человечество в новой реальности: глобальные биотехнологические вызовы*. – 2022. – С. 341-366.

2. Воробьева А. Е., Скипор С. И. *Психологи, их клиенты и интернет-консультирование во время пандемии COVID-19*. – 2021

3. *Дискуссия по актуализации Этического Кодекса МЭГА* <https://existedu.ru/publikatsii/item/377-diskussiya-po-aktualizatsii-eticheskogo-kodeksa-mega.html>

4. Костоломова М. В. *Цифровая девиация как феномен новой социальной реальности: методологические основания и концептуализация понятия* // *Социологическая наука и социальная практика*. – 2020. – Т. 8. – №. 2 (30). – С. 41-53.

5. Кравченко С. А. *Возрастающая роль "цифрового тела" в человеческом капитале: изменения в характере коммуникаций* // *Коммуникология*. – 2020. – Т. 8. – №. 3. – С. 15-28.

6. Перехов А. Я., Сидоров А. А. *Психопатология "модных" диссоциативных расстройств* // *Социальная и клиническая психиатрия*. – 2022. – Т. 32. – №. 3. – С. 98-107.

7. *Проект закона о психологической помощи, официальный сайт Российского психологического общества* <http://psyrus.ru/kontseptsii/proekt-zakona/>

8. Щедринская О. М., Бебчук М. А. *Онлайн-консультирование через призму профессиональной этики: проблемы и решения* // *Консультативная психология и психотерапия*. – 2020. – Т. 28. – №. 3. – С. 84-99.

Literature:

1. Veryaskina V. P. *Chelovek v novej real'nosti XXI veka: biotekhnologicheskie vyzovy i ikh social'nye posledstviya* // *Chelovechestvo v novej real'nosti: global'nye biotekhnologicheskie vyzovy*. – 2022. – S. 341-366.

2. Vorob'eva A. E., Skipor S. I. *Psikhologi, ikh klienty i internet-konsul'tirovanie vo vremya pandemii COVID-19*. – 2021

3. *Diskussiya po aktualizacii Ehticheskogo Kodeksa MEHGA* <https://existedu.ru/publikatsii/item/377-diskussiya-po-aktualizatsii-eticheskogo-kodeksa-mega.html>

4. Kostolomova M. V. *Cifrovaya deviaciya kak fenomen novej social'noj real'nosti: metodologicheskie osnovaniya i konceptualizaciya ponyatiya* // *Sociologicheskaya nauka i social'naya praktika*. – 2020. – Т. 8. – №. 2 (30). – S. 41-53.

5. Kravchenko S. A. *Vozrastayushchaya rol'" cifrovogo tela" v chelovecheskom kapitale: izmeneniya v kharaktere kommunikacij* // *Kommunikologiya*. – 2020. – Т. 8. – №. 3. – S. 15-28.

6. Perekhov A. YA., Sidorov A. A. *Psikhopatologiya" modnykh" dissociativnykh rasstrojstv* // *Social'naya i klinicheskaya psixiatriya*. – 2022. – Т. 32. – №. 3. – S. 98-107.

7. *Proekt zakona o psikhologicheskoy pomoshchi, oficial'nyj sajt Rossijskogo psikhologicheskogo obshchestva* <http://psyrus.ru/kontseptsii/proekt-zakona/>

8. Shchedrinskaya O. M., Bebchuk M. A. *Onlajn-konsul'tirovanie cherez prizmu professional'noj ehtiki: problemy i resheniya* // *Konsul'tativnaya psikhologiya i psixoterapiya*. – 2020. – Т. 28. – №. 3. – S. 84-99.