

количественные показатели, когда за каждый последующий урок-подсказку начисляется балл, и, соответственно, большее число баллов указывает на большую выраженность проблем в развитии ребенка, дополняются результатами качественного анализа.

#### Литература

1. Выготский Л.С. Умственное развитие детей в процессе обучения. М.-Л., 1935 (публикация электронной библиотеки МГППУ).
2. Иванова А.Я. Обучаемость как принцип оценки умственного развития детей. М., 1976.
3. Рубинштейн С.Я. Экспериментальные методики патопсихологии. М., 1970.

### **Экспериментально-психологические средства диагностики в контексте психологии телесности**

Язвинская Е.С.

доцент каф-ры клинической психологии ОНУ им. И.И.Мечникова, г. Одесса,  
Украина

Понятие «телесность» не является тождественным понятию «тела». Телесность - это психофизиологические, психосоматические, биоэнергетические проявления человеческого тела, характеризующиеся двигательной активностью, являющиеся результатом онтологического и социокультурного развития и осуществляющиеся в аксиологическом пространстве социума. Телесность структурирована и имеет внутренние и внешние компоненты, внешняя телесность есть выражение внутренней телесности. Поэтому именно телесность является кодом, символом, телесной метафорой нереализованных потребностей и желаний.

Проблема настоящего времени состоит в том, что современный человек не знает и не понимает, а вернее, не переживает своей внутренней телесности, что в итоге приводит к внутриличностному конфликту. Последний является следствием базового телесного внутрипсихического конфликта, который является базовым по отношению к другим, так как формируется на самых ранних этапах развития человека (начиная с перинатального).

Нужно научиться правильно расшифровывать телесный код, который является ключом к пониманию внутриличностных конфликтов, которые, в свою очередь, часто являются причиной психосоматических расстройств.

Все потребности, чувства, желания кодируются в различных телесных

состояниях, психосоматических феноменах, которые являются символическим разрешением внутриспсихических и внутриличностных конфликтов и той информацией, с помощью которой можно установить связи реальных событий и их телесной конгруэнтности, а затем путем вербализации осмыслить и интегрировать данный опыт. Телесность выступает уже как структура репрезентации самосознания. Возможность перевести область ощущений, эмоций, чувств на язык символов и метафор выводит человека на новый уровень самосознания и переживания собственной целостности, Самости, экзистенции. Это и есть путь к онтологической защищенности, к которому человек стремится всю свою жизнь. И путь этот лежит через собственную телесность, так как максимальное и целостное присутствие в мире начинается с максимального и целостного присутствия в собственном теле. Это находит свое подтверждение в конкретной психотерапевтической практике, основанной на телесно-ориентированной методологии.

Телесность имеет структуру, в которой элементы внешней и внутренней телесности находятся в нелинейном функциональном взаимодействии. Искажения, возникающие в данном взаимодействии, приводят к различным психическим и психосоматическим нарушениям. Необходимо отметить, что искажения в структуре телесности существуют изначально. Так, мы слышим уже измененный собственный голос, мы не в состоянии видеть себя с разных точек одновременно и т.д.

Изучение структуры телесности, взаимовлияние и взаимодействие элементов данной структуры, а также механизмов, приводящих к искажениям в структуре телесности, в настоящее время является первоочередной задачей в решении проблем, связанных с диагностикой и коррекцией психосоматических расстройств. К таким первоочередным задачам также относятся изучение клинико-психологических характеристик структуры телесности и закономерностей развития.

В исследовании внутренней телесности или «внутреннего тела», есть очевидные сложности, с которыми сталкивается каждый исследователь. А именно: отсутствие возможности прямого сопоставления субъективного телесного опыта человека с телесным опытом других людей, что является необходимым и принципиальным условием возникновения устойчивого, категоризованного и объективного восприятия внешнего мира.

Современный подход к исследованию телесности требует отказа от интерпретации восприятия как набора простых, сенсорных стимулов, воздействующих на человека. Телесные феномены не могут возникнуть без

категоризации интероцептивных значений, под воздействием индивидуальных особенностей личности. В связи с этим нами создан метод биоэнергетической психопластики – авторский метод (Свідоцтво про реєстрацію авторського права № 16732. Міністерство освіти і науки України, Державний департамент інтелектуальної власності), позволяющий эффективно работать в рамках парадигмы телесности. Понятие биоэнергии используется в данном случае как совокупность всех энергий (тепловой, механической, электрической, химической), которая лежит в основе всех психофизиологических процессов.

Данный метод позволяет интегрировать самоощущение в самосознание, тем самым добиваться максимальной целостности в структуре телесности, (между ее внутренними и внешними компонентами) и, следовательно, личности. Теоретическая и методологическая основа метода состоит в том, что тело и психика рассматриваются как единая сущность, единая жизнь, только представленная в одном случае под атрибутом мышления (психики), а в другом под атрибутом протяжения (тела). Необходимо отметить, что это не противоречит концепции существования психической реальности. Выбор данной теоретико-методологической основы необходим на данном этапе исследования данной проблематики для выявления некоторых частных закономерностей. В основу данного метода также легла концепция нейропластичности - свойства мозга быстро перестраиваться и создавать новые функциональные связи в результате накопленного опыта. Это позволяет создавать новые возможности для человека, например, новую схему тела. Таким образом, человек, безусловно, в неких заданных рамках, становится создателем себя и собственной жизни.

Практический аспект данного метода заключается в том, чтобы установить связь между ощущениями, чувствами и образами, а далее уже, если необходимо, ситуациями и переживаниями. Данная связь необходима, независимо от того, ведется ли работа с неотреагированными эмоциями, чувствами, непережитыми переживаниями, либо с ресурсными состояниями, либо с созданием нового образа. Осознанное ощущение становится той необходимой базой, на которой можно получить необходимые «физиологические сдвиги» в том или ином участке тела. Кроме того, осознанное ощущение позволяет выявить причины возникновения внутриспсихического конфликта, приведшего к психосоматическому расстройству. Таким образом, мы получаем формирование истинно высшей произвольной психической функции, предпосылкой которой является переход реакций из непроизвольных в произвольно управляемые, превращение их из

неощущаемых в осязаемые.

Такая интеграция позволяет человеку почувствовать свое тело и психику как единую собственную сущность. Связь между ощущениями, эмоциями, чувствами и образами позволяет восстановить континуум онтологии субъекта, его реальности. Посредством телесности через ощущения мы «ищем потерянные» или «спрятанные» в бессознательном образы, которые несут определенную смысловую нагрузку. Восстанавливается связь между элементами структуры телесности, между внутренним телом и внешним. Человек через ощущения получает доступ к своей внутренней телесности. Вот почему так важна связь между ощущениями, чувствами и образами. Данная связь позволяет сформировать механизм перехода неосознанных психических процессов в осознанные, произвольных психических функций в произвольные. И это очень важный момент, так как у субъекта уже пропадает необходимость в защитных механизмах, возникающих в ходе социализации, а появляется необходимость в управлении и реализации истинных собственных потребностей и желаний. Ведь именно они являются тем кодом, в котором есть информация о прошлом, настоящем и будущем, а телесность даёт возможность выразить и реализовать данную информацию. Связь между ощущениями, эмоциями, чувствами и образами позволяет соединить внутренний и внешний миры, так как ощущения, эмоции всегда находятся в нас самих, а образы могут быть локализованы в пространстве.

Наши исследования, показали значительные улучшения в работе сосудов головного мозга (реоэнцефалографические исследования), нормализация вегетативного тонуса, в результате восстановления связей в структуре телесности при помощи метода биоэнергетической психопластики.

## Авторы

1. **Алфимова Маргарита Валентиновна**, д.псих.н, снс, НЦПЗ, Москва, m.alfimova@gmail.com
2. **Басова Александра Геннадьевна**, НКД 5, Москва, alexa-b@yandex.ru
3. **Белинская Дарья Борисовна**, кбн, Московский университет МВД 3
4. **Блохина Екатерина Тимофеевна**, ф-т ПК МГППУ, kafedra-kr@yandex.ru
5. **Бурлакова Наталья Семеновна**, к.псих.н, доцент, ф-т психологии МГУ, Москва, naburlakova@yandex.ru
6. **Василенко Татьяна Дмитриевна**, к.псих.н, доцент, Курский Государственный Медицинский Университет, Курск, tvasilenko@yandex.ru
7. **Васильева Татьяна Николаевна**, ГБУСО АО «Центральная психолого-медико-педагогическая комиссия», г.Астрахань, t.n.vas@inbox.ru
8. **Васильева Анна Александровна**, г. Москва Зел. ЦПМСС, Москва, www.vasilec68@mail.ru
9. **Верещагина Наталья Валентиновна**, к.псих.н, ГДОУ №23 Красносельского района Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, natwer@yandex.ru
10. **Горина Ирина Станиславовна**, к.псих.н, МГУ им. М.В.Ломоносова, Московский городской психолого-педагогический университет, Москва, i.s.gor@mail.ru
11. **Горячева Татьяна Германовна**, к.псих.н, доцент, Центр психодиагностики и психокоррекции при ИБП, МГППУ, РГМУ, Москва, goriatcheva\_tg@mail.ru
12. **Еремеев Борис Алексеевич**, д.псих.н, профессор, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ им. А.И. Герцена), Санкт-Петербург, yeremejew.boris@yandex.ru
13. **Ермакова Анна Александровна**, НГМУ, кафедра клинической психологии, Новосибирск, anna23422@mail.ru
14. **Зверева Наталья Владимировна**, к.псих.н, НЦПЗ РАМН, МГППУ, Москва, nwzvereva@mail.ru
15. **Иванов Михаил Владимирович**, НЦПЗ, Москва, ivanov-michael@mail.ru
16. **Ившина Марина Евгеньвна**, Курский Государственный Медицинский Университет, Курск, marina-ivshina@yandex.ru
17. **Ильхамова Дильфуза Ильясовна**, к.псих.н, Национальный университет Узбекистана, Ташкент, muhli.dil.2006@mail.ru
18. **Коваль-Зайцев Алексей Анатольевич**, к.псих.н, МГППУ, НЦПЗ, Москва, koval-zaitsev@mail.ru
19. **Копнина Ольга**, МГППУ, Москва, kopninaolga@gmail.com