**Впечатления после первого модуля по программе**

**«Позитивная психотерапия»**

Октябрь. Три дня Позитивной Психологии. Семинар по линии Висбаденской Академии Позитивной Психотерапии в Риге. Инициатива Балтийской Ассоциации Психологов-Консультантов. Ведущая – мастер из Киева Катерина Овчарек. Энтузиазм и профессионализм. Четыре модуля программы реализуются в течение восьми месяцев: а это значит - четыре семинара по выходным (один семинар в два месяца). Группа собралась потому, что это – очень экономный режим работы. И – сертификат зарубежной авторитетной Академии, который дает возможность профессионально работать уже по завершении этой программы.

Но что такое Позитивная Психотерапия ? Это – гуманистическое направление в психологии, которое ставит задачу улучшения качества жизни как клиента, так и самого психотерапевта. Ресурсом является не только четко отработанная технология (методы и приемы), не только ясная структура переходов от жалобы клиента к его витальным желаниям, но и позиция психотерапевта во время работы,- позитивный настрой на возможности клиента самому изменить свою ситуацию за счет веры, надежды, любви, которая не просто постулируется, но и отрабатывается шаг за шагом в процессе встреч, сеансов, интервизий.

Участники семинара в начале работы не проявляют большой активности,- ожидания получить все от преподавателя, но мало-помалу глаза отрываются от пола, лица светлеют, рождаются идеи и образы. Ведущий объясняет основные принципы Позитивной Психотерапии и тут же предлагает проверить справедливость этого в работе с партнером. Элемент за элементом, шаг за шагом. Как преобразовать жалобу клиента в позитивное желание ему самому что-то менять в своей жизни ? Как принцип надежды и любви «прописать» у себя в теле, чтобы передать это своему клиенту ? Как, не обижая, преобразовать запрос клиента на прямой совет в его пошаговую работу гармонизации своей психики? Это сложные вопросы, но при моделировании в парах основных принципов взаимодействия все становится проще, интереснее, перспективнее. И преподаватель всегда рядом. Подскажет, поможет, объяснит.

Любопытный психологический феномен,- когда все понятно и получается, то и люди вокруг становятся симпатичнее, интереснее. Все нравится. И уже не хочется расставаться. Но кто-то должен попасть в Юрмалу, кто-то ехать в Екабпилс, а кто-то – даже в Брюссель !... Что объединяет ? Позитивная Психотерапия...

Раз в две недели – интервизии. Это встречи на два часа для отработки элементов взаимодействия с клиентом. В качестве таких «клиентов» выступают участники группы. Они же – и психотерапевты. Они же и супервизоры. Все меняются ролями и обсуждают вновь полученный опыт.

На интервизии приглашаются и те, кто не участвует в семинарах, в основной программе. Вход свободный. Ближайшая встреча – в субботу, 22-го октября, в 17.00 в «Доме Психологии» (SPPA) на Бруниниеку 65.

 

