

Соболь И. Н.<sup>i</sup>

**ЛОК-терапия И. Мирошник и Е. Гаврилина как метод психокоррекции и развития личности детей и подростков в период санаторно-курортной реабилитации<sup>ii</sup>**

Рассматривается проблема оказания эффективной психологической помощи в детских санаториях. Показано, что применение метода ЛОК-терапии в единстве с концепцией поуровневого социального развития личности в онтогенезе обеспечивает существенное повышение эффективности оздоровительного и воспитательного процессов.

**I.Miroshnik and E.Gavrilin's POC-THERAPY as a method of psycho-correction and development of the personality of children and teenagers in sanatorium after treatment**

The problem of rendering of the effective psychological help in children's sanatoria is considered. It is shown, that application of a method of the POC-THERAPY in unity with the Concept By-levels Social Development of the Personality in the Ontogenesis provides essential increase of efficiency of improving and up-bringing processes.

Проблема Детства в настоящее время — одна из наиболее острых, ставших перед обществом в целом, в частности в нашей стране, подвергнувшейся глубоким социальным трансформациям. Актуальность проблемы здесь высветилась достаточно жестко. Анализируя изменившуюся систему отношений «Взрослые — Детство», Д. И. Фельдштейн отмечал, что «взрослые не только меньше стали заниматься детьми, но и не предстают перед ними в четкой позиции своего отношения, своих требований. Следствием этого является потеря растущими людьми чувства ответственности, инфантилизм, эгоизм, духовная опустошенность, т. е. те современные приобретения детства, которые являются тяжелой потерей для него. Именно эти новые отрицательные приобретения, ведущие к деформации мотивационно-потребностной сферы личности, вызывают сегодня особое беспокойство, т. к. здесь мы столкнулись с таким характером конфликтности поколений, в котором кроется опасность своего рода деструкции всей системы наследования культурно-исторического опыта» [23. С. 427]. За последние 10 лет ситуация, конечно, изменилась в позитивном направлении в одних случаях и усложнилась в других. «Психологическая картина» детства остается сложной, в том числе за счет возникающих психофизиологических, психоневрологических, физических проблем, снижения уровня социализации и индивидуализации детей, что полагает поиск новых направлений, программ и методов работы с детьми. Одно из новых направлений в решении обозначенных проблем стало активно развиваться в работе курортно-оздоровительных учреждений, где наряду с традиционными мероприятиями выявлены оптимальные возможности для комплексной психолого-медико-педагогической реабилитации детей и подростков [14; 15; 16; 18; 19; 21]. По данным литературы, метод и *программно-методический комплекс личностно-ориентированной компьютеризированной психотерапии и психокоррекции (ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции) Мирошник и Гаврилина* [13], созданный на базе традиций отечественной психологии и во многом на основе работ К. А. Абульхановой, А. Н. Леонтьева, С. Л. Рубинштейна, Д. И. Фельдштейна, Д. Б. Эльконина, зарекомендовал себя как универсальный инструмент для решения

многих проблем детства. В частности, высокий эффект ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции достигается при его применении в период пребывания детей в санатории или оздоровительном лагере. Отличительной особенностью метода ЛОК-терапии и психокоррекции является то, что наряду с решением частных психолого-педагогических и медико-психологических задач он позволяет с учетом характеристик возраста решать «сверхзадачу» формирования целостного персоналистически ориентированного мировоззрения, которое наряду с осознанием гуманистических идеалов и ценностей формирует способность ориентироваться в сложном, изменчивом мире, и при этом не исключает реального разнообразия взглядов, идеалов и ценностей [10; 11; 13].

В литературе опубликованы результаты теоретических и экспериментальных исследований, убедительно доказывающих эффективность метода ЛОК-терапии и психокоррекции для комплексной психолого-медико-педагогической реабилитации детей, отдыхающих в санаториях вместе с родителями [15; 16]. Проведены исследования, доказавшие эффективность метода ЛОК-терапии и психокоррекции Мирошник и Гаврилина для оказания специализированной психологической помощи подросткам [4]. Предметом данного исследования является анализ эффективности ЛОК-терапии и психокоррекции в детском санатории, где дети (многие из них впервые) оказываются в условиях проживания без родителей. Причем они включаются во временный детский коллектив, ускоренно формирующий свою структуру (лидеры, аутсайдеры, группы по интересам и пр.) в условиях, принципиально отличающихся от школьных. Как показала наша практика, именно в этих условиях ярко проявляются все психологические проблемы детей и, особенно, те, которые связаны с достигнутым уровнем социализации ребенка.

*Проблема*, в решении которой особое значение приобретает использование ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции, находящаяся в фокусе нашего исследования, определяется рассогласованием между практической востребованностью и недостаточной методологической, программно-методической обоснованностью организации работы психолога в детских санаториях.

*Теоретической основой нашей работы* является предложенная Д. И. Фельдштейном концепция поуровневого социального развития личности в онтогенезе, раскрывающая закономерности становления социальной зрелости детей, подростков, юношества. В соответствии с этой концепцией «процесс социального созревания на всей вертикали развития Детства, связанный с глубинными изменениями психологических, психофизиологических состояний ребенка, формированием его сознания, самосознания и определения его как субъекта социальных отношений, имеет разные формы проявления, условия, характер, разные уровни развитости, которые раскрываются в интегрированном варианте в изменении позиций "Я по отношению к обществу" ("Я в обществе", "Я и общество"), отражающих реальный процесс социализации-индивидуализации» [23. С. 290].

Мы полагаем, что метод ЛОК-терапии и психокоррекции Мирошник, Гаврилина в единстве с концепцией поуровневого социального развития личности в онтогенезе Д. И. Фельдштейна имеет ряд преимуществ относительно традиционных, замкнуто-конкретных методик работы психолога в детских санаториях и его применение обеспечивает существенное повышение эффективности лечебно-оздоровительного и воспитательного процессов в детских санаториях.

**Особенности работы практического психолога в детском санатории.** Объектом психологического консультирования и психологической коррекции в образовательных учреждениях являются Дети и подростки, имеющие те или иные нарушения психологического здоровья. Целью психокоррекции называют восстановление психологического здоровья при направленной психологической

помощи психолога-консультанта. Термин «психологическое здоровье» был введен в научный лексикон И. В. Дубровиной. Под этим термином понимаются психологические аспекты здоровья, т. е. то, что относится к личности в целом, находится в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа. И. В. Дубровиной проведены фундаментальные исследования, посвященные разработке теоретических основ и прикладных аспектов детской практической психологии и ее воплощению в практике народного образования — школьной психологической службе [2].

Однако работа практического психолога в санаторно-курортных условиях имеет свои особенности, свои задачи, возможности. Эта тема мало исследована, а ее актуальность в современных экономических, социально-психологических и экологических условиях несомненна и будет возрастать. Особенности работы практического психолога в период санаторно-курортной реабилитации детей определяются через понимание того, *что* с точки зрения ребенка отличает любой детский санаторий от той среды, в которой он привык находиться большую часть учебного года. *Перечислим основные элементы новой среды, изменяющей привычный образ жизни детей:* перманентный лечебно-оздоровительный процесс, новые бытовые условия, отсутствие родительской опеки, проживание совместно с новой группой сверстников и других детей, незнакомые взрослые, новые педагогические требования (распорядок дня, дисциплина и пр.). Эти элементы формируют *непривычный образ жизни*, который на общем фоне благоприятных климатических и экологических условий курорта, тем не менее, создает *определенную нагрузку на адаптационные механизмы психики ребенка*. Поэтому в детском санатории педагоги-воспитатели сталкиваются порой с труднообъяснимыми для них ситуациями отклоняющегося поведения детей, среди которых наличествуют дети с хронической эмоциональной нестабильностью, агрессией, депрессией и другими формами поведения, выходящего за рамки общепринятой нормы. В этих случаях детей направляют к психологу. От того, насколько своевременными и профессиональными будут предпринятые психологом действия, зависит не только успешность санаторно-курортной реабилитации детей, но и возможность их личностного роста и шире — складывающиеся взаимоотношения с окружающим миром, в том числе реализующие два типа позиции по отношению к обществу: «*Я в обществе*» и «*Я и общество*».

В то же время работа психолога в санаториях, *как правило, не имеет характера личностно-ориентированной реабилитации и потенцирования развития личности ребенка на основе оптимизации двуединого процесса социализации — индивидуализации* [22; 23]. Однако они предусматриваются или имеются в виду как важный фактор в формировании позиции ребенка в процессе его общего и психологического оздоровления, в частности, при разработке конкретных и общих программ и методов работы с детьми, что требует особого внимания и ответственности. Следствием неточных психокоррекционных действий может быть не купирование психоэмоциональной дезадаптации у детей, а, напротив, ее усиление, провоцирующее девиантное поведение. Чтобы исключить такие «случаи», с первых дней пребывания ребенка в санатории необходима специально организованная деятельность педагогов и психологов, направленная не только на снятие обнаруженных тревожных состояний, профилактику временных дезадаптации и др., но и на *потенцирование развития личности ребенка*. Данную задачу, на наш взгляд, должны решать психологи, владеющие специально отобранными и апробированными *психологическими методами коррекции, воспитания и развития личностей, учитывающими специфику среды и ситуации развития, а также возрастные и индивидуально-личностные особенности детей*.

Между тем сегодня стихийно сложились **два типичных подхода к организации работы психолога в детском санатории**. *Первый* подход обусловлен прежде

всего краткосрочностью пребывания ребенка на курорте и насыщенностью лечебно-оздоровительных и культурно-массовых программ и отличается тем, что психолог в санатории выполняет *функцию службы экстренной помощи*. При таком подходе психологическая коррекция, как правило, ограничивается лишь паллиативными мерами («загасить пожар»), т. е. главная задача психолога — быстро вернуть в строй «сошедшего с дистанции» ребенка. *Второй* типичный подход организации работы психолога в детском санатории — шаблонное выполнение различных тренинговых программ и упражнений. Такие психологические тренинга включают, как правило, наборы малоскоординированных и систематизированных стандартных упражнений (например, телесно-ориентированной психотерапии), которые не всегда отвечают конкретным условиям, целям и задачам личностно-ориентированной реабилитации детей в санаторно-курортных условиях. Кроме того, увеличение количества детей, приезжающих в детский санаторий с диагнозами: НР (невротические реакции), ММД (минимальные мозговые дисфункции), включая СДВ (синдром дефицита внимания), СДВГ (синдром дефицита внимания с гиперактивностью), вегетозмоциональный синдром и др. — диктует необходимость применения *комплексного психолого-медико-педагогического подхода к реабилитации здоровья ребенка*.

В контексте последовательного решения обозначенных проблем представляется крайне важным организовать в условиях детских санаториев эффективную и научно обоснованную работу психологов по поиску оптимальных условий и форм, а также методов психокоррекции и гармонизации развития личности детей и подростков. Представляется, что продуктивным результатом такого научного поиска является *метод и ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции И. Мирошник и Е. Гаврилина в единстве с концепцией поуровневого социального развития личности в онтогенезе Д. И. Фельдштейна* (см.: [13. С. 144-146]).

### **Теоретические основы ЛОК-терапии и психокоррекции**

Рассмотрим кратко некоторые основные характеристики и отличительные особенности ЛОК-терапии и психокоррекции Мирошник и Гаврилина — современного метода психологической помощи.

Любая жизнеспособная культура базируется на позитивном образе человека и его устойчивых связях с миром. ЛОК-терапия как культуромоделирующая система через представление о достойном, благородном человеке, чья ценность демонстрируется и доказывается в произведениях гуманистической литературы, открывает подростку не только способы нормального человеческого поведения, но и гуманистические модели восприятия мира, свойственные той или иной культуре, т. е. дает ему формулу самоосуществления личности как «пассионарную» идею этноса. *В системе ЛОК-терапии самоосуществление, развитие личности выступает как главный фактор физического, социального и духовного оздоровления*. Этот метод психологической помощи формирует психологические механизмы осознанной саморегуляции, способствует повышению уровней самоорганизаций и личностной культуры. В процессе ЛОК-терапии происходит моделирование и закрепление формы и уровня развития адекватной «Я-концепции» и целостного позитивного психосоматического состояния ребенка, осознание ребенком своих актуальных и потенциальных (желаемых) состояний и свойств в вербальной и образной форме, а также развитие творческого воображения, которое становится необходимым условием для проведения всей оздоровительной работы.

В методологической основе ЛОК-терапии — *неософия* — синтез передовых научных знаний, этического религиозного опыта и искусства [3; 10; II]. ЛОК-терапия базируется на *интегрирующей концепции триединства личности* [10; 13]; методологическом *принципе амфотерной детерминации развития* [ 10] и

психологии комплементарности [19].

**Интегрирующая концепция триединства личности**, в отличие от наиболее распространенной в психологии двухфакторной модели, рассматривающей личность как биосоциальную целостность, впервые учитывает три фактора, влияющих на самосознание и деятельность личности: *природный* (физический, биологический), *социальный и духовный* [10; 11; 13]. **Амфотерная детерминация развития** - *новый методологический принцип*, предложенный И. М. Мирошник для описания продуктивной, гармонической двойственности в отличие от антагонизма, амбивалентности и реверсивности) [12; 17]. Психологическая амфотерность (от греч. *amphoterós* — двойственный, и тот и другой, двусторонний) определяется И. Мирошник как способность субъекта в зависимости от внешних и/или внутренних условий природной, социальной и духовной среды избирательно проявлять противоположные, но взаимодополнительные, т. е. *комплементарные, психические свойства*. Комплементарные структуры подходят друг к другу как ключ к замку: одна ищет и находит в другой то, что ей самой недостает до целого. Поэтому *амфотерная детерминация развития создает мотив самодвижения, самоосуществления как стремления к единству и координации (согласию) комплементарных противоположностей*, порождающих новые амфотерные образования [12]. Амфотерность в теории ЛОК-терапии многогранна: внешнее — внутреннее; актуальное — потенциальное; каузальное — телеономическое; реальное — идеальное и т. д. Пары комплементарных противоположностей, каждая из которых амфотерна (например, «реальное — идеальное» и «объективное — субъективное»), *взаимодействуют по закону хиазмы*, т. е. происходит процесс объективирования идеального и субъективирования реального, порождающий новые психические образования, например желаемые личностные качества.

**Основная идея психологии комплементарности** [19] состоит в том, что (в отличие от антагонистических, амбивалентных и реверсивных отношений) *амфотерное соединение комплементарных* стимулов, образов, идей, знаков, символов, а также психических процессов, состояний и свойств личности обладает развивающим, психокоррекционным и терапевтическим эффектами. Задача *комплементарного* психолога (отличать от комплиментарного — от сл. «комплимент» — поклон публике), — используя теоретические модели и техники ЛОК-терапии и психокоррекции, *способствовать восстановлению психической гармонии личности и генерации полезных психических новообразований*. **Приведем базовые философско-психологические принципы психологии комплементарности, разработанные И.М.Мирошник [19].**

1. **Принцип амфидетерминации развития личности на трех онтологических уровнях** (амфитринитарная парадигма): развитие обусловлено амфотерной детерминацией (внешней и внутренней, каузальной и телеономической и т. д.) на биологическом, социальном и духовном уровнях бытия.

2. **Принцип гармонической комплементарности** (в отличие от диалектики):

новое рождается как результат взаимодействия не антагонистических, но комплементарных противоположностей.

3. **Принцип амфотерного третьего**: в результате соединения комплементарных противоположностей рождается третья субстанция, которая наследует свойства двух порождающих, но не является их синтезом и образует с ними гармоничное триединство.

4. **Закон крещения комплементарных пар (хиазмы)**: пары родственных комплементарных противоположностей, каждая из которых амфотерна, соединяются хиазмой (греч. *chiasmós* — расположение в виде буквы X (хи)) и образуют *структуру продуктивного креста*, которая становится основой полезных новообразований.

Базовой технологией *комплементарной психологии*, реализованной в ЛОК-терапии, является *четырёхфазная процедура* гармонизации и направленной регуляции психических состояний и свойств личности, основанная на принципе амфотерной детерминации развития с использованием мотивационного эффекта информирующей обратной связи [12; 14; 15; 19].

1. Объективация (транскрипция в психометрический и художественный образы) актуального состояния.

2. Объективация (транскрипция в психометрический и художественный образы) потенциального — желаемого или требуемого — состояния.

3. Синтез комплементарных противоположностей актуального и желаемого состояний (транзитное состояние). В соответствии с принципом амфотерной детерминации развития возникает скрещивание (хиазма) пар комплементарных противоположностей, каждая из которых амфотерна: актуальное — потенциальное, объективное — субъективное, т. е. происходит процесс субъективирования актуального и объективирования потенциального (желаемого), порождающий гармоничное психическое состояние.

4. Продукция (рождение) амфотерного третьего (действительного) состояния и установление его соотношений с исходным и желаемым состояниями.

Принципиально новым в этой телеономической психотехнологии является конструктивное применение выявленного И. М. Мирошник *мотивационного эффекта информирующей психометрической обратной связи* (ИПОС), что позволяет осуществлять процедуры целенаправленной регуляции (оптимизации) психических процессов, состояний и свойств субъекта. **Мотивационный эффект ИПОС** возникает в процессе измерения с помощью психодиагностических методик параметров психических процессов, состояний и свойств личности как результат осознания пациентом амфотерности «реального» и «идеального», т. е. рассогласования актуального значения измеряемых параметров и их потенциально возможных, более оптимальных значений, которые имплицитно задаются в процедуре измерения [12; 14].

Метод и психотехники ЛОК-терапии реализованы в **мультимедийной программе «Интерактивный психологический театр»** (ИПТ). В программе использованы элементы защищенных патентом РФ авторских методик направленной регуляции психических процессов, состояний и свойств личности, а также оригинальные игровые модификации хорошо зарекомендовавших себя на практике психодиагностических тестов: цветового теста Люшера, теста О. Микшика «Супос-8», таблиц Э.Шульте, методики диагностики межличностных отношений (ДМО) Т. Лири. Каждая из шести диагностико-коррекционных мультимедийных методик ЛОК-психокоррекции («Темп», «Баланс», «Тонус», «Цвет отношений», «Я и другие», «Цвет сна») может быть использована для решения конкретных психодиагностических и психокоррекционных задач. Реализуя методологию системного подхода, ПМК ЛОК-терапии обеспечивает **единство психометрического и клинического методов обследования**. В этом подходе авторы метода ЛОК-терапии солидарны с Л. С. Выготским, который отмечал, что «чрезмерная боязнь так называемых субъективных методов в толковании и попытка получить результаты... исследований чисто механистическим, арифметическим путем, как это имеет место в системе Бине, ложны» [1. С. 299]. В ПМК ЛОК-терапии результаты тестирования выступают как промежуточные данные, на основе анализа которых строится психокорректирующее воздействие. Более того, амфотерное единство диагностики и коррекции в ЛОК-терапии основывается на понимании того факта, что, при определенных условиях, психодиагностика включает элементы психокоррекции, а психокоррекция выступает как стимульное воздействие, вызывающее реакцию клиента, психологический анализ которой позволяет уточнять диагностику. **Экстранозологический подход** обеспечивает универсальность ЛОК-терапии, т. е.

возможность ее эффективного применения для решения широкого спектра задач психолого-медико-педагогической реабилитации личности, в том числе в условиях санаторно-курортного лечения.

### Практика

Остановимся на некоторых аспектах собственного двухлетнего опыта работы с применением ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции Мирошник и Гаврилина' в процессе летнего отдыха и оздоровления детей и подростков из Москвы в санатории им. Т. Г. Шевченко [5]. Нами применялся метод и ПМК ЛОК-психокоррекции, включающий лицензионные авторские компьютерные программы: «Интерактивный психологический театр» (версия 2000+, включающая кроме основных коррекционно-диагностических методик мультимедийные методики аудиовизуального симультирования и синергической интерактивной музыкотерапии И. М. Мирошник); «Музыкальная радуга» (игровая компьютерная версия методики звукоцветового симультирования (ЗЦС) И. Мирошник [6; 7; 8; 9]).

ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции применялся в работе с детьми в возрасте от 6 до 15 лет, проживающими в санатории без родителей, с целью потенцирования развития личности, психокоррекции эмоционально-личностных нарушений и поведенческих отклонений, а также синдрома дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) и невротических реакций. Всего за май—июль 2006 г. индивидуальную и групповую ЛОК-психокоррекцию прошли 222 ребенка. Из них 40 детей прошли психокоррекционную и развивающую методику ЗЦС [9], реализованную в программе «Музыкальная радуга». За летний период 2007 г. с использованием этого комплекса была оказана психологическая помощь 240 детям и подросткам в возрасте от 6 до 14 лет, проживающим в санатории без родителей. Из них 117 детей в возрасте от 6 до 10 лет работали с психокоррекционной и развивающей программой «Музыкальная радуга».

*ПМК ЛОК-терапии применялся нами с учетом возрастных и индивидуальных особенностей психического развития детей.* Как отмечает Д. И. Фельдштейн, «в общем социальном движении Детства, при всей его сложной дифференцированности и многоплановости, можно выделить (что важно для выработки системы воспитательных воздействий) две основные фазы становления ребенка как личности — фазы, качественно различные по степени субъективной активности и характеру освоения социальных позиций, сознательности действий растущего человека. На первой фазе (от 0 до 10 лет) — фазе доподростковой — происходит становление личности *на* уровне еще неразвитого самосознания. На второй фазе (от 10 до 17 лет) — фазе отрочества — наблюдается активное формирование самосознания растущего человека, когда четко проявляется тенденция усиления социальной позиции общественно ответственного субъекта» [23. С. 293—294].

Учет наличия двух указанных различных фаз необходим при разработке принципов организации и построения работы психолога в санаторно-курортных условиях. В соответствии с концепцией Д. И. Фельдштейна для детей младшего школьного возраста характерна социальная позиция «*Я в обществе*», когда актуализируется предметно-практическая сторона деятельности. Поэтому для детей, находящихся на первой фазе становления личности, в возрасте от 6 до 10 лет, мы в основном применяли методики И.М. Мирошник ЗЦС(программа «Музыкальная радуга»), АВС (аудиовизуального симультирования) (см.: [13. С. 67]), «Темп» и «Баланс» (модуль «Природная субстанция» программы «Интерактивный психологический театр»), отличающиеся тем, что наряду с развитием воображения и символики в игровой форме они направлены на развитие личности ребенка в предметно-

практической деятельности. По Д. И. Фельдштейну, для подростков в возрасте от 10 до 14 лет, находящихся на второй фазе становления личности, характерна позиция «Я и общество», которая реализуется в деятельности по усвоению норм человеческих взаимоотношений. Поэтому акцент в работе с подростками делался на методиках ЛОК-психокоррекции и развития личности «Я и другие» и «Цвет отношений», реализованных в модуле «Социальная субстанция» программы «Интерактивный психологический театр», а также в интегрирующем упражнении «Триединство личности».

**Психокоррекция и развитие личности детей.** Среди сложных проблем, с которыми сталкивается сегодня психолог санатория при работе с детьми до-подросткового возраста, — СДВ и СДВГ. Считается, что в основе СДВ и СДВГ лежит минимальная мозговая дисфункция (ММД), т. е. нарушения работы отдельных участков головного мозга, отвечающих за внимание и самоконтроль. Для психокоррекции детей с ММД необходимо: развить внимание; улучшить самоконтроль; научиться осознавать свои эмоции и управлять ими; научиться планировать свои действия. Для решения этих задач в период санаторно-курортной реабилитации мы применяли компьютерные методики «Музыкальная радуга», «Темп» и «Баланс».

**Компьютерная программа «Музыкальная радуга»** представляет собой игровой вариант методики звукоцветовой симультанности, разработанной И. М. Мирошник [6; 7; 8; 9]. Напомним, что И. М. Мирошник установило, что «в дошкольном и младшем школьном возрасте проявляется феномен звукоцветового симультанирования, определяемый как имманентная способность ребенка осуществлять в процессе музыкального восприятия при одновременном предъявлении музыкально-звукового и ряда цветowych стимулов согласование элементов цветовой ряда с возникшим эмоциональным состоянием» [9. С. 18]. На основе экспериментального исследования феномена ЗЦС И. М. Мирошник разработана методика цветовой актуализации эмоционально-образных представлений (формирующая методика ЗЦС), которая показала себя на практике эффективным средством развития эмоционально-образного восприятия музыки и творческого воображения у детей<sup>1</sup>.

**Методика ЗЦС Мирошник** заключается в следующей процедуре: *перемешайте и разложите в ряд цветные карточки (набор основных спектральных цветов или цветовые карты Люшера); глядя на цветные карточки, одновременно (симультанно) слушайте музыкальную композицию (желательно с ярко выраженным и относительно неизменным эмоциональным характером). Выберите карточку того цвета, каким бы Вы нарисовали эту музыку. Уберите эту карточку. Повторите процедуру на оставшихся цветах. И так до тех пор, пока Вы не используете весь цветовой ряд. Затем настроение, выраженное в музыке и цвете, оценивается с помощью вербальных характеристик.*

Формирующая методика ЗЦС наряду с вербализацией художественного образа включает также создание в процессе музыкального восприятия цветодинамического рисунка [9].

**В программе «Музыкальная радуга»**, разработанной И. Мирошник и Е. Гаврилиным в 1991 г., методика ЗЦС автоматизирована и выполнена в игровой форме. Из специальной базы данных, содержащей разнохарактерные музыкальные композиции малой формы, случайным образом выбирается музыкальное произведение, и в процессе его прослушивания ребенок выбирает цвета на экране монитора по методике ЗЦС И.М.Мирошник. В программе «Музыкальная радуга» цвета представляются пользователю в форме восьми кругов разных цветов, симультанно пульсирующих в соответствии с метроритмической структурой музыки.

(1) Отметим, что не только научные результаты, но и предложенная И. Мирошник в 1983 г. экспериментальная и развивающая методика ЗЦС обладала



принципиальной новизной. На тот период в теории и практике музыкального воспитания детей не существовало методики использования цветowych карточек для невербальной оценки эмоционального характера музыкальных произведений (см.: *Ветлугина Н.А., Кенеман А.В. Теория и методика музыкального воспитания в детском саду.* - М.: Просвещение. 1983. - 255 с).

В процессе одной игры ребенку последовательно предлагаются (в случайном порядке) 12 из 24 разнохарактерных музыкальных композиций и три уровня сложности (выбор одного цвета, четырех и восьми цветов). В программу заложены экспертные решения по методике ЗЦС для каждой музыкальной композиции. В режиме обучения ребенок может увидеть эти решения и сравнить с собственными. Для психометрической обратной связи и формирования мотива саморегуляции программа в игровом режиме автоматически сравнивает решения ребенка и решения экспертов. По мере сходства рассчитываются набранные очки. Результат заносится в базу данных, и производится сравнение результатов всех «игроков» с целью выявления «рекорда».

По нашим наблюдениям, в процессе выполнения вышерассмотренных программ в названном детском санатории им. Т. Г. Шевченко дети с ММД (дошкольного и младшего школьного возрастов) активно, легко включаются в эту «игру», долго сохраняют интерес к ней, соревнуются и постепенно (за 3—5 сеансов) развивают способность ЗЦС, что, в свою очередь, существенно улучшает психоэмоциональное состояние и поведение детей. Как неоднократно отмечает в своих публикациях И. М. Мирошник, методика ЗЦС, активизируя правое (эмоционально-образное) полушарие головного мозга, способствует развитию творческого воображения, гармонизирует психоэмоциональное состояние и может успешно применяться в педагогике оздоровления. Для активизации левого (рационально-логического) полушария головного мозга в ЛОК-терапии рекомендуется использовать методику «Темп». Последняя активно использовалась нами в рамках проводимой санаторно-курортной реабилитации детей.

**Компьютеризированная диагностико-коррекционная методика «Темп»** — модифицированный вариант таблиц Шульте — предназначена для тренинга активного внимания и работоспособности нервной системы. Ее диагностический модуль автоматически формирует объективные оценки темпа сенсомоторных реакций, уровня активного внимания и работоспособности (истощаемости) нервной системы. Методика выполнена в игровой форме. В зависимости от диагностированного состояния компьютерный психолог формулирует специальные психокоррекционные упражнения. Для психометрической обратной связи и формирования мотива саморегуляции в методике предусмотрена возможность наглядного представления динамики результатов каждого респондента или сравнения результатов разных респондентов (выявления «рекорда»). Эта методика применяется не только в индивидуальной, но и в групповой форме (вариант «Темп — Эстафета») для группового тренинга активного внимания, темпа сенсомоторных реакций и выработки навыков работы в команде [20]. Аналогично в режиме соревнования детских команд может применяться методика «Музыкальная радуга»<sup>1</sup>. В групповом тренинге активного внимания каждый участник проходит одну из пяти таблиц Шульте; в групповом варианте «Музыкальной радуги» каждый член команды осуществляет выбор цвета на одну или несколько музыкальных композиций. Результаты соревнующихся команд сравниваются, что выступает дополнительным мотивирующим фактором саморазвития и саморегуляции (мотив соревнования).

В рекомендациях по психокоррекционной работе с детьми дошкольного и младшего школьного возрастов авторы ЛОК-терапии предлагают *сочетание методик «Музыкальная радуга» и «Темп»*, которое способствует синергии взаимодействия левого и правого полушарий головного мозга. В нашей работе получены данные, убедительно доказывающие, что совместное применение этих

методик в условиях санаторно-курортной реабилитации дает мощный психокоррекционный и развивающий эффект.

*Для детей младшего школьного и подросткового возрастов* в соответствии с рекомендациями, разработанными авторами ЛОК-терапии, корректирующая методика ЗЦС Мирошник включает методику «Баланс» (или «Цвет отношений»). Диагностический модуль методики «Баланс» с помощью восьмицветового теста Люшера позволяет выявить особенности саморегуляции организма: коэффициент вегетативного баланса, уровни стресса и отклонения от аутогенной нормы. Результаты диагностики представляются респонденту в наглядной графической форме, что способствует формированию психологических механизмов осознанной саморегуляции.

**Оптимизация психоэмоционального состояния ребенка** производилась согласно используемой нами методике И.М.Мирошник поэтапно:

*На первом этапе* осуществляется оценка ребенком (с помощью методики «Баланс») своего актуального состояния с последующим обсуждением совместно с психологом результатов, представленных в графической форме (уровень активности, стресса, расстроенности).

*На втором этапе*, в зависимости от полученных параметров актуального состояния, ребенку предлагается для прослушивания музыкальная композиция, моделирующая его оптимальное (желаемое) состояние. По методике ЗЦС ребенок в процессе музыкального восприятия осуществляет оценку эмоционального характера музыкальной композиции с применением тестового материала методики «Баланс» (8-цветовой тест Люшера). С помощью методики «Баланс» совместно с клиентом производится сравнение его исходного состояния и состояния, моделируемого музыкальной композицией. Сравнение производится в наглядной графической форме.

*На третьем этапе*, спустя некоторое время, клиенту предлагается вновь оценить свое состояние по методике «Баланс». В результате, как правило, происходит существенное улучшение психоэмоционального состояния ребенка, что верифицируется другими методиками, например, САН. В данной цветомузыкальной процедуре психокоррекционный эффект достигается за счет двух факторов: обратной связи и цветового выбора по методике ЗЦС, в котором цвет, соответствующий эмоциональному состоянию, выраженному в музыке, катализирует процесс возникновения у ребенка желаемого (или требуемого) психоэмоционального состояния [б].

**Психокоррекция и развитие личности подростков.** По Д. И. Фельдштейну, с 10 лет подросток расширяет сферу взаимодействия «Я и другие» и «стремится утвердить свое "Я" в системе более общих связей и отношений общества. Этот этап социализации принципиально отличается наиболее выраженной реальной индивидуализацией (*"Я и общество"*), проявляющейся в структурированной самодетерминации, самоуправлении растущего человека при ярко выраженной тенденции субъекта к индивидуальному проявлению на социально значимом уровне [23. С. 292]. В этот период актуализируется деятельность, направленная на усвоение норм межличностных взаимоотношений, и наблюдается активное формирование самосознания личности. С учетом этих важнейших теоретических положений мы в санаторно-курортной реабилитации по методике ЛОК-терапии и психокоррекции акцентируем внимание на анализе результатов применения мультимедиа-методики *«Я и другие»* в индивидуальной и групповой работе с подростками, направленной на психокоррекцию и потенцирование развития личности. Работая с этой методикой, подросток знакомится с системой понятий и представлений, необходимых для психологического анализа личности, активно включается в процесс самопознания, самовоспитания, формирования адекватной

самооценки, устойчивых позитивных психоэмоциональных состояний. Приведем краткое описание этой методики ЛОК-терапии и психокоррекции по монографии ее авторов [13].

Диагностический модуль методики «Я и другие» представляет собой диагностико-коррекционную модификацию методики диагностики межличностных отношений (ДМО) Т. Лири. Изучение особенностей представления о себе («Я-концепции») с помощью методики ДМО производится путем анализа самооценки «реального Я» по восьми факторам и/или путем сравнения самооценки «реального Я» и «идеального Я» (т. е. «Я-образа», к которому стремится данная личность). Для психокоррекции виртуальный психолог применяет оригинальную методику «*Ролевые психометрические продукции*». В соответствии с этой методикой каждый психологический профиль респондента, оцененный с помощью ДМО Т. Лири, может получить в соответствие так называемый *художественный психологический портрет*, который представляет собой литературный и/или исторический художественный образ-персонаж, экспертная оценка которого с помощью той же методики ДМО наиболее близка к психологическому профилю респондента. Для классификации неизвестного объекта А (например, психометрического портрета «Я-образа») находится ближайший к нему прототип В (т. е. психометрический портрет художественного образа-персонажа, построенный по методу экспертных оценок с помощью ДМО) и объект относится к классу, задаваемому прототипом. В качестве меры близости для совокупности дихотомических признаков используется расстояние Хэмминга (см.: [13. С. 23]). Для реализации методики ролевых психометрических продукций в программе ИПТ создана специальная «художественная база данных», включающая усредненные экспертные оценки художественных персонажей по методике ДМО и другие реквизиты. В художественной базе данных ИПТ представлено около 100 мужских и женских персонажей, охватывающих в совокупности широкий спектр различных характеров и стилей межличностных отношений. В результате выполнения операции распознавания образов созданный респондентом психометрический портрет находит «свое место» в галерее психометрических портретов известных персонажей мировой литературы, созданных экспертами-филологами. Наиболее сходный персонаж предъявляется респонденту. Затем ему рекомендуется литературное произведение (и/или кинофильм), в котором действует данный персонаж. Изучив предложенное художественное произведение (книгу, кинофильм и т. д.), респондент получает возможность понять свои собственные проблемы и наметить пути их решения.

В числе методов, применяемых нами в санаторно-курортной реабилитации детей, активно апробировался групповой ЛОК-психотренинг.

**Групповой ЛОК-психотренинг.** И. М. Мирошник отмечает, что личность как «особенное» самоосуществляется в единстве «всеобщего» и «единичного», поэтому перспективным направлением (наряду с индивидуальной формой) являются *групповые ЛОК-психотренинги* [20]. Для их проведения И. Мирошник и Е. Гаврилин предложили метод «*Субъектно-групповая психометрия с мотивирующей обратной связью*» (СГП с МОС). «В СГП моделируется групповое принятие решений по мажоритарному принципу (открытым или закрытым голосованием) как *технология психотренинга и психокоррекции*. Участники тренинга производят оценку объектов или субъектов по набору критериев (шкал). В результате формируется согласованное групповое решение, которое объективируется с помощью психодиагностических методик и обсуждается в группе. СГП имеет ярко выраженный амфотерный, диагностико-коррекционный характер (измерение порождает изменение). При этом возникают дополнительные социально-

психологические феномены, усиливающие психокоррекционные эффекты методик индивидуальной ЛОК-терапии, в том числе и мотивационный эффект ОС» [17. С. 118—119]. Объектами групповой оценки могут быть: художественные образы (музыкальные, литературные, изобразительные и пр.), социальные роли (реальный — идеальный политик, родитель и т. п.), а также сами участники тренинговой группы.

*На основе концепции поуровневого социального развития личности в онтогенезе нами было выдвинуто предположение, что эффективным в санаторно-курортной реабилитации подростков (возраст 10—15 лет) является применение методики «Я и другие» для проведения групповых психотренингов по методу СГП с МОС. Для проверки выдвинутого предположения впервые проведены групповые ЛОК-психотренинги с помощью методики «Я и другие» в сочетании с индивидуальными сеансами ЛОК-терапии. Всего в индивидуально-групповой форме психокоррекционной работы приняли участие 29 мальчиков и 38 девочек в возрасте 10—14 лет. Групповой ЛОК-психотренинг проводился в малых группах (по 3—7 человек). Группы составлялись по сходству психологических проблем (например, подростки-мальчики с тревожно-фобическими состояниями или девочки с проблемами адаптации в новом коллективе; иногда группы формировались самими детьми, которые обращались к психологу с просьбой провести групповые занятия). Обобщение результатов индивидуального и группового ЛОК-психотренинга с применением методики «Я и другие» (по 284 психометрическим портретам, составленным подростками из Москвы) позволило выделить типичные художественные персонажи, подобранные компьютерной программой".*

Как показало наше исследование, *ЛОК-психотренинг по методу СГП с МОС формирует у подростков психологические механизмы осознанной саморегуляции, способствует повышению уровней самоорганизации и личностной культуры. Психологические портреты реальных и идеальных «Я-образов», составленных подростками (девочками и мальчиками) индивидуально и в группах, в большинстве случаев наиболее близки к положительным в этическом плане художественным образам-персонажам русской и зарубежной классической литературы:*

1. Персонажи из базы художественных образов методики «Я и другие», соответствующие перспективным психометрическим портретам («идеальный юноша»), составленным мальчиками-подростками (персонажи ранжированы по частоте выбора): Иешуа Га-Ноцри (персонаж романа М. Булгакова «Мастер и Маргарита»), Левин (персонаж романа Л. Н. Толстого «Анна Каренина»); Атос (персонаж романа А. Дюма «Три мушкетера»); Ретт Батлер (персонаж романа М. Митчелл «Унесенные ветром»); Николай Ростов (персонаж романа Л. Н. Толстого «Война и мир»).

2. Персонажи из базы художественных образов методики «Я и другие», соответствующие перспективным психометрическим портретам «Я-желаемого», которые были составлены девочками-подростками (портреты ранжированы по частоте выбора): Наташа Ростова (персонаж романа Л. Н. Толстого «Война и мир»); Скарлет (персонаж романа Маргарет Митчелл «Унесенные ветром»), королева Анна (персонаж романа А. Дюма «Три мушкетера»); Китти (персонаж романа Л. Н. Толстого «Анна Каренина»).

Интересным с психологической и культурологической точек зрения является установленный нами факт: *ни один индивидуальный и групповой психометрический портрет идеального (желаемого или перспективного) «Я-образа», составленный московскими подростками, не оказался в спектре отрицательных в этическом смысле персонажей (таких как Воланд, купец Шейлок, миледи де Винтер и др.). Это свидетельствует о том, что, во-первых, подростки могут четко дифференцировать позитивные и негативные характеристики стиля межличностных отношений, а во-вторых, о том, что, несмотря на наличие в обществе жестоких,*

безнравственных функционально-ролевых и поведенческих стереотипов, подростки сохраняют свойственное нормально развивающейся личности стремление к нравственному, этическому совершенству. А это косвенно свидетельствует о том, что в современном российском обществе постепенно восстанавливаются «механизмы наследования культурно-исторического опыта», а ЛОК-психотренинг является методом, потенцирующим такое восстановление.

**Выводы.** В целом можно отметить, что комплекс ЛОК-терапии Мирошник, Гаврилина гармонично вписался в общую структуру педагогической и психокоррекционной работы в детском санатории [5]. Проведенное нами пилотажное исследование, в котором приняли участие 460 детей, показало, что применение ПМК ЛОК-терапии и психокоррекции Мирошник, Гаврилина на этапе санаторно-курортной реабилитации детей:

- способствует повышению уровня физического, социального и духовного здоровья детей;
- существенно ускоряет процесс психокоррекции (относительно традиционных методов) и позволяет более чем вдвое увеличить количество детей, получающих высококвалифицированную психологическую помощь в санатории;
- обеспечивает психологическую поддержку и развитие личности детей, реализует механизмы коррекции различных форм отклоняющегося поведения детей, а также формирует психологические механизмы самоанализа, самоконтроля, саморазвития и самовоспитания;
- за счет оптимизации «двуединого процесса социализации — индивидуализации» повышает уровень психологического комфорта детей на курорте, улучшает психологический климат во временных детских коллективах.

Полученные результаты в целом подтвердили обоснованность принятого нами положения о том, что именно комплексный подход, основанный на применении метода ЛОК-терапии и психокоррекции И. М. Мирошник и Е. В. Гаврилина в единстве с концепцией поуровневого социального развития личности в онтогенезе Д. И. Фельдштейна, может стать наиболее результативным в условиях активной санаторно-курортной реабилитации детей и подростков. Он имеет ряд преимуществ относительно традиционных, эклектических методик работы психолога в детских санаториях, и его применение обеспечивает существенное повышение эффективности работы с детским контингентом в названной ситуации.

## Литература

1. *Выготский, Л. С.* Собрание сочинений: В 6 т. / Л. С. Выготский. — М., 1983. — Т. 5.
2. *Дубровина, И. В.* Школьная психологическая служба / И.В. Дубровина. — М., 1991.
3. Интерактивный психологический театр «Тайны души» (по лицензии И. И. Мирошник, Е. В. Гаврилина. Лицензионный договор № 8506/70 от 05.02.96). Русская версия [Электронный ресурс]. — Электрон, дан. и прогр. М.: Антистресс: Урал. электротех. з-д, 1996. — 1 электрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. — Систем, требования: Процессор 80486 и выше, видеоадаптер SVGA 256 цветов, Sound Card с поддержкой ADPCM, 175 Мб ОЗУ; Windows 2000.
4. *Козлова, Э. М.* Специализированная психологическая помощь подросткам шизоидного психотипа: Дис.... канд. психол. наук / Э. М. Козлова. — Ставрополь, 2003.
5. *Кононенко, В. К.* Применение ЛОК-терапии Мирошник, Гаврилина для психокоррекционной работы в санатории / В. К. Кононенко, К. Н. Соболев // Вестн, физиотерапии и курортологии. — 2007. — № 2.

6. *Мирошник, И. М.* Цвет как стимул формирования непосредственно-эмоционального отношения к музыке у детей / И. М. Мирошник // Новые исследования в психологии. — 1987. — №1.-С. 55-58.
7. *Мирошник, И. М.* Воздействие личности педагога на активность эмоционально-образного восприятия музыки учащимися / И. М. Мирошник // Формирование личности: психолого-педагогические проблемы: Сб. науч. тр. — М., 1989. — С. 29—36.
8. *Мирошник, И. М.* Возрастная динамика феномена звукоцветового симультанирования / И. М. Мирошник// Новые исследования в психологии. — 1990. — № 2. — С. 29—33.
9. *Мирошник, И. М.* Личность педагога как фактор развития эмоционально-образного восприятия музыки учащимися: Автореф. дис. ... канд. психол. наук / И. М. Мирошник. — М., 1990.
10. *Мирошник, И. М.* Индивид, личность, постиндустриальное общество / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин // Свободная мысль: Теор. и полит, журн.— 1996.—№7.— С. 102—116.
11. *Мирошник, И. М.* Медико-психолого-педагогическая реабилитация личности средствами компьютерной психотерапии / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин // Таврический журн. психиатрии. - 1998. - № 3. - С. 116-128.
12. *Мирошник, И. М.* Метод психологической реабилитации личности в условиях трансформации социальной системы: Аннотация дис. ...д-ра психол. наук.—Ин-т психологии РАН, рег. № 14206/6215-1 (от 16.12.1999).
13. *Мирошник, И. М.* Основы личностно-ориентированной компьютеризированной психотерапии: Монография / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин. — Харьков: Рубикон, 1999. — 240 с.
14. *Мирошник, И. М.* Метод целенаправленной регуляции психических состояний и свойств личности и его применение в санаторно-курортных условиях / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин // Вестн. физиотерапии и курортологии. — 2000. — № 2.- С. 42—46.
15. *Мирошник, И. М.* Новые технологии личностно-ориентированной реабилитации в санаторно-курортных условиях / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин // Вести, физиотерапии и курортологии. — 2001. — № 1. — С. 30—31.
16. *Мирошник, И. М.* Применение личностно-ориентированной компьютеризированной психотерапии в целях комплексной реабилитации детей с родителями / И. М. Мирошник, Н. В. Сакун, Е. В. Гаврилин // *Вестн. физиотерапии и курортологии.* — 2001. — № 1.
17. *Мирошник, И. М.* Информационно-энергетический язык продуктивного межличностного взаимодействия / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин, Б. В. Михайлов // Информознергетика третьего тысячелетия: Матер. Междунар. конф. — Киев; Кривой Рог, 2003. — С. 128—130.
18. *Мирошник, И. М.* Личностно-ориентированная реабилитация / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин, Б. В. Михайлов //Актуальные аспекты санаторно-курортной реабилитации: Матер, науч.-практ. конф. —Харьков, 2003. — С. 114—116.
19. *Мирошник, И. М.* Комплементарная психология: теория и практическое применение в санаторно-курортных условиях (Матер. 6-го республ. конгресса курортологов и физиотерапевтов АР КРЫМ) / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин // Вести, физиотерапии и курортологии. — 2006. - № 2.
20. *Мирошник, И. М.* ЛОК-психотренинг по методу субъектно-групповой психометрии (Матер. 7-го республ. конгресса курортологов и физиотерапевтов АР КРЫМ) / И. М. Мирошник, Е. В. Гаврилин // Вести, физиотерапии и курортологии. — 2007. —• №-2. — С. 118—119.
21. Опыт апробации и внедрения личностно-ориентированной

компьютеризированной психотерапии в кардиологическом санатории «Роща» / Е. В. Гаврилин, В. А. Журавлев, И. М. Мирошник и др. // Вестн., физиотерапии и курортологии. — Евпатория. — 2003. — № 1. — С. 51-55.

22. Сайко, Э. В. Социализация и индивидуализация / Э. В. Сайко // Мир психологии. — 1998.-№1.

23. *Фельдштейн, Д. И.* Психология развития человека как личности: Избр. тр.: В 2 т. / Д. И. Фельдштейн. — М., 2005. — Т. 1. — 568 с.

---

<sup>i</sup> Соболев Ирина Николаевна — практический психолог детского санатория им. Т.Г.Шевченко (г. Евпатория) ГУП «Медицинский центр Управления делами Мэра и правительства Москвы.

<sup>ii</sup> Статья практического психолога Соболев И.Н. **«ЛОК-терапия И. Мирошник и Е. Гаврилина как метод психокоррекции и развития личности детей и подростков в период санаторно-курортной реабилитации»** написана на основе исследований, проведенных в период 2005-2007 годов в детском санатории им. Т.Г.Шевченко (ГУП «Медицинский центр Управления делами Мэра и правительства Москвы) под научным руководством канд. психол. наук Ирины Макаровны Мирошник, и опубликована по рекомендации докт. психол. наук, проф., действ. чл. РАО, Д.И.Фельдштейна в научно-методическом журнале «Мир психологии», №3 (55), 2008, с.186-197.