

DOI: 10.32703/2415-7422-2018-8-2(13)-515-526

УДК 001.159.98

Сіренко Олена Миколаївна

Одеський національний морський університет
вул. Мечнікова, буд. 34, м. Одеса, Україна, 6500
e-mail: sirenkolenk@gmail.com
https://orcid.org/0000-0002-2098-8218

Історія становлення позитивної психотерапії, як окремого напрямку психології (друга половина ХХ-початок ХХІ ст.)

***Анотація.** Для сучасної історичної науки актуальним завданням є дослідження історії становлення новітніх напрямків соціально-гуманітарних наук, зокрема у галузі психології. Стаття присвячена аналізу основних факторів, що призвели до конституювання позитивної психотерапії у самостійний напрямок сучасної психології. Методологічною базою роботи виступають методи класифікації та систематизації джерел, які дозволили узагальнити та систематизувати погляди на роль та місце позитивної психотерапії в психологічній науці, а також хронологічний, типологічний, порівняльні методи історичного пізнання, котрі дозволили виокремити певні етапи розвитку позитивної психотерапії на шляху від авторського психотерапевтичного методу Носрата Песешкяна до самостійного напрямку психології. Аналіз джерел дозволив дати об'єктивну оцінку діяльності Носрата Песешкяна (Nossrat Peseschkian) – німецького невролога, психіатра і психотерапевта іранського походження як засновника методу позитивної терапії та його внеску у розповсюдження та популяризацію методу. Встановлено, що завдяки особистому внеску Носрата Песешкяна позитивна психотерапія набула визнання з боку науковців як окремий напрямок психології, та багато послідовників серед практикуючих психологів і психотерапевтів. Представниками інших напрямків позитивна психотерапія позиціюється як гуманістична транскультурна психодинамічна терапія, котра ґрунтується на позитивній концепції людської природи. Вона базується на трьох основних принципах: надії, балансу та консультації і є конфлікт-центрованою інтегративною короткостроковою терапією, котра дозволяє вирішувати психологічні проблеми особистості враховуючи культурні особливості пацієнтів. На сучасному етапі розвитку психологія як наука характеризується активною інтеграцією психологічних теорій у психотерапевтичну та консультаційну практику. Позитивну психотерапію слід розглядати як наочний приклад ефективності цієї тенденції і тому дослідження основних етапів становлення методу та його інституалізації як самостійного напрямку психологічної науки є метою даної роботи.*

***Ключові слова:** психологія; позитивна психотерапія; психологія особистості; Носрат Песешкян*

Вступ

Сучасному стану розвитку соціуму притаманні швидкі технологічні, політичні, економічні та соціальні зміни. Вони підвищують невизначеність і непередбачуваність майбутнього, що посилює переживання сучасною людиною емоційної напруженості, тривожності, стресів. Саме це є причиною зростання інтересу до психології в суспільстві та викликає бурхливий розвиток різних галузей психологічної науки.



Починаючи з 60-х років XIX сторіччя психологія як наука набуває самостійності, виходячи за межі медичних досліджень та філософськи студій про природу людини. З'являються перші професійні психологічні спілки, наукові інститути, в теоретичному аспекті психологічного знання посилюється концептуальний та методологічний плюралізм.

На сучасному етапі психологія відмовилася від побудови глобальних психологічних концепцій. Відбулася переорієнтація в бік вузькоспеціальних конкретних досліджень психічних якостей та процесів, психології особистості та соціальної психології.

Сучасна психологія спрямована на інтеграцію з практикою. З академічної науки вона перетворюється на практичну дисципліну котра має широкий спектр застосування. Відбувається активний розвиток таких її галузей як психологічне консультування та терапія [1].

Виникнення методу позитивної психотерапії і його конституювання в самостійний напрямок сучасної психології є конкретним втіленням цієї тенденції. Засновник методу Н. Песешкян своїми науковими здобутками та практичною діяльністю зробив вагомий внесок у розвиток психологічної теорії та практики. Все своє життя він присвятив розробкам та популяризації методу позитивної психотерапії і залишив після себе значну теоретичну та практичну спадщину.

Метою цієї статті є висвітлення основних етапів формування методу позитивної психотерапії як самостійного напрямку сучасної психології, його особливостей, як методу психологічної допомоги пацієнтам, та наукової і громадської діяльності відомого психолога та психотерапевта Н. Песешкяна.

На сучасному етапі розвитку досліджень з історії психології окремі відомості з життя та діяльності психолога містять його роботи та інформація з офіційних сайтів [2–7, 13–20].

Методи дослідження

Методологія дослідження ґрунтується на принципах історизму, соціального детермінізму, об'єктивності та конструктивно-позитивного аналізу історії психології. Ці принципи дозволяють розглядати позитивну психотерапію в контексті трансформації психологічної науки на межі XX–XXI століть та прослідкувати динаміку її розвитку.

Основними методами дослідження виступають: історико-генетичний метод, котрий дозволив проаналізувати виникнення напрямку позитивної психотерапії з урахуванням загальної логіки розвитку психологічної науки в зазначений період; історико-функціональний метод, який використовувався при вивченні трансформації ґрунтовних теоретичних засад позитивної психотерапії; біографічний метод було застосовано для дослідження причин та умов формування світоглядних та наукових поглядів засновника методу Н. Песешкяна, метод проблемологічного аналізу сприяв вивченню соціокультурної детермінації проблемного поля позитивної психотерапії як

терапевтичного та колекційного методу; також використовувалися методи опису, порівняння та класифікації, котрі дозволили визначити місце позитивної психотерапії в системі сучасних психологічних шкіл та напрямків, метод аналізу категоріально-понятійного застосовувався при аналізі особливостей трактування та розуміння психологічних термінів в теорії позитивної психотерапії.

Результати та Обговорення

Позитивна психотерапія є одним з 15 методів визнаних Всесвітньою радою психотерапії (WCP). За офіційною версією початок формування методу позитивної психотерапії відноситься до 1968 року, коли Носрат Песешкян захистив докторську дисертацію з неврології і відкрив практику у Вісбадені. Метод створювалася Н. Песешкяном як короткострокова, конфлікт-орієнтована, гуманістична, глибинно орієнтована психотерапія, яка заснована на позитивній концепції людської природи.

Позитивна психотерапія позиціюється як короткостроковий метод, який досягає вирішення проблем пацієнтів за 15–20 сесій і не передбачає тривалого відвідування психотерапевта протягом років [11].

Позитивна психотерапія в процесі діагностування та корекції виявляє внутрішні основні конфлікти і відрізняє їх от актуальних конфліктів, які спричинені ситуацією. Основні конфлікти породжені актуальними здатностями особистості викликають психічні розлади та психосоматичні захворювання [10]. Подолання цих внутрішніх конфліктів за Н. Песешкяном і є завданням його методу.

Гуманістичний характер позитивної психотерапії полягає у тому, що вона будучи орієнтованою на ресурси людини, в першу чергу, звертається до можливостей пацієнта, і лише після цього досліджує його захворювання [8].

Позитивна психотерапія є «глибинно орієнтованим» методом психотерапії, тому що передбачає дослідження несвідомих процесів психіки з метою використання результатів для корекції відхилень і відновлення цілісності людського «Я».

Як метод психологічної діагностики та психокорекцій і терапії, позитивна психотерапія перебуває на стадії формування, про що свідчать зміни у назві методу («диференційний аналіз» – «позитивна психотерапія» – «позитивна та транскультурна терапія»).

Починаючи з 1968 до 1977 року метод назвався «диференційним аналізом». Ще в межах диференційного аналізу Н. Песешкян розробив концепцію актуальних здібностей особистості. Він вважав, що кожна людина володіє двома базовими здібностями – любити та пізнавати. Розвиваючись ці базові можливості трансформуються у внутрішні мотиви (первинні актуальні здібності, через які особистість реалізує здатність до любові) та особливості поведінки (вторинні актуальні можливості, пов'язані із сферою пізнання), які визначають тип реакції людини на зміни умов середовища. Первинні здатності

описують життєвий емоційний досвід, який особистість здобуває в процесі реалізації вторинних можливостей. Вторинні здатності є відображенням норм поведінки тих соціальних груп, до яких належить людина, в першу чергу сім'ї [3, 5].

Запропонована Н. Песешкяном концепція «актуальних здібностей», дозволяє розглядати будь-який конфлікт, як результат зіткнення окремих характеристик поведінки, котрі не є абсолютними і можуть змінюватися. Отже, сферу конфлікту легше розпізнати, локалізувати та трансформувати. Розвиток вміння розрізняти, досліджувати і змінювати актуальні здібності обумовлює терапевтичну силу диференціального аналізу. Це досягається за допомогою п'ятиступінчастою терапії [4, с. 39]

Після опублікування роботи «Позитивна психотерапія» (1977) назву методу було змінено. У перекладі з латинської мови «positum» означає «той, що має місце», «реальний», «наявний», «фактичний». У цьому терміні відображається сутність методу позитивної психотерапії, який ґрунтується на переконанні, що реальними фактами людського буття є не тільки наявні хвороби та особистісні конфлікти, але й сили та ресурси для їх подолання.

Протягом життя розвиток базових здатностей реалізується у чотирьох основних вимірах життєдіяльності які відповідають за взаємодію з навколишнім природним та соціальним середовищем – тіло, досягнення (діяльність, кар'єра), контакти та зв'язки, фантазія (уявлення про майбутнє.)

В позитивній психотерапії модель особистості ґрунтується на двох началах – моделі наслідування та моделі балансу. Оскільки кожна актуальна здатність проявляється в чотирьох вимірах, в яких вони розвивалися, по тому, як людина розподіляє свої сили та час у цих чотирьох вимірах (тіло, досягнення, контакти, майбутнє), можна судити про збалансованість його життя [3].

Метод позитивної психотерапії заснований на переконанні, що розвиток особистості відбувається під впливом базової потреби в любові, яка конкретизується у позитивній оцінці з боку значимого оточення. Таким чином, значимі оточуючі, їх відносини та установки становлять модель для наслідування. В соціальному аспекті розвиток базових здібностей особистості (любові і пізнання) відбувається під впливом чотирьох факторів моделі для наслідування, які формують базові концепції первинної соціалізації та складають основу особистості. Модель наслідування складається з: «Я»–концепції (містить ставлення до індивіда та його здібностей з боку значущого оточення і визначає уявлення людини про власну природу і ставлення до себе), «Ти»-концепції (фіксує відносини між батьками які стають моделлю для формування стилю партнерства), «Ми»-концепції (описує ставлення батьків або значущих людей до «інших» і моделює патерни соціалізації), «Пра-Ми»–концепції (констатує ставлення батьків або значущих людей до майбутнього, релігії, фантазії, сенсу життя і засвоюється як власне ставлення до світу) [5].

З метою посилення кореляції між назвою та сутністю методу його назву у 2016 році було змінено на «позитивна та транскультурна психотерапія». Від

самого початку Н. Песешкян розробляв свій метод психотерапії як такий, що в процесі діагностики та терапії мав брати до уваги культурні відмінності психотерапевтів, клієнтів та пацієнтів. Це не випадково. І дитинство і активне творче життя Н. Песешкяна протікало у мультикультурному оточенні. Він на власному досвіді відчув проблеми особистості, котра опиняється на перетині Східної та Західної традицій, котрі формують специфічні відмінні моделі поведінки, світосприйняття та конфлікту. І прийшов до висновку, що в процесі психотерапії необхідно аналізувати не тільки глибинні особистісні структури та конфлікти, які притаманні всім представникам людського роду, але і враховувати при аналізі культурний вплив на особистість найближчого соціального оточення [7].

Яскравою рисою методу Н. Песешкяна є використання в процесі терапії східних притч та історій, які виконують психотерапевтичну функцію, сприяють вихованню та самопомочі. Вони виконують функції дзеркала, моделі, альтернативних концепцій, посередника, збереження досвіду і традицій [6]. Об'єднавши східну ірраціональну мудрість з раціоналізмом західних методик він розробив метод, котрий дозволяє в процесі терапії об'єднати дух, душу, розум та тіло. На його думку приклади з реального життя, міфи, притчі в тій чи іншій формі розповідають про особистісні, міжособистісні та суспільні конфлікти і показують можливі рішення, полегшуючи розуміння психотерапевтичних завдань [5].

Оскільки позитивна психотерапія є авторським методом Н. Песешкяна для розуміння його сутності необхідно з'ясувати як вплинув особистий досвід психотерапевта на його професійну діяльність.

Носрат Песешкян народився 18 червня 1933 року в місті Кашан в Персії (нині Іран). Він був старшою дитиною в сім'ї та мав молодших брата та сестру. Батько Носрат – Йозеф був лікарем традиційної медицини без медичної освіти і володів невеликою аптекою. Мати – Талат вела домашнє господарство. Значну роль у формуванні інтересу до медицини зіграв один з дядьків Носрата Сулейман Берджіс, який був лікарем. Він багато розповідав хлопчику про медицину і брав його з собою відвідувати хворих. Носрат також допомагав батьку в аптеці.

Сім'я і близькі родичі Н. Песешкяна були людьми релігійними і сповідували бахаїзм. Основними принципами цієї релігії є визнання того, що людство єдине в своєму різноманітті, кожна людина повинна самостійно шукати істину, а всі релігії єдині у своїй основі, а відмінності пояснюються історичними обставинами появи того чи іншого вчення. Релігія повинна перебувати в гармонії з розумом і наукою та сприяти миру і злагоді між людьми. Бахаї вважають, що чоловік і жінка мають рівні права, люди повинні виявляти прихильність друг до друга, бути толерантними. Відданість Богу має проявлятися у справах, як робота в душі служіння людям. Приналежність до цього віросповідання у подальшому справить значний вплив на теоретичні

засади методу позитивної психотерапії, котрий характеризується особливою увагою до культурних відмінностей [2].

У 1941 році сім'я перебирається до Тегерана який в тому ж році був окупований союзними військами антигітлерівської коаліції. У Тегерані хлопчик пішов у католицьку школу, а потім в гімназію. Після отримання атестата зрілості Носрат вирішив одержати медичну освіту в Німеччині і у квітні 1954 року приїхав до Фрайбурга, де вступив до університету ім. Альберта Людвіга. Згодом він навчався в різних університетах Німеччини і завершив медичну освіту у Франкфурті, де успішно склав випускні іспити у 1960 році.

У 1961 році Н. Песешкян повернувся до Тегерана для роботи в міській лікарні. В цей час він знайомиться та одружується із Маніже, студенткою факультету природознавства. Згодом у молодого подружжя народилися два сини Хамід та Навід, які в подальшому продовжили справу батька з популяризації методу позитивної психотерапії [8, 9].

У наступні роки Н. Песешкян продовжував освіту в клініках і університетах Німеччини, Австрії та США, спеціалізуючись в області невропатології, психіатрії та психотерапії. У 1968 році він захистив докторську дисертацію, темою якої були нейрофізіологічні дослідження. У травні 1969 року Н. Песешкян розпочав медичну практику. Основними напрямками його діяльності стали сімейна психотерапія та психосоматична медицина [12].

За своє активне професійне життя Н. Песешкян опублікував близько 200 наукових робіт, написав 26 книг, які були перекладені на різні мови світу, проводив дослідження більш ніж у двох десятках країн, викладав у різних інститутах і академіях в Німеччині і за її межами. Його діяльність отримала високу оцінку не тільки в європейських фахівців, а й набула визнання в світовому науковому просторі. Так, у 2009 році він був номінований на Нобелівську премію в галузі медицини і фізіології.

Носрат Песешкян помер у Вісбадені 27 квітня 2010 року. По собі він залишив значну теоретичну спадщину та діючі центри позитивної психотерапії більш ніж у сорока країнах світу [18]. Отже, вихований у великій східній сім'ї в умовах релігійної толерантності і культурного плюралізму, маючи наочний приклад медичної допомоги людям Носрат Песешкян розробив ефективний метод теарпії в якому знайшли віддзеркалення його особисті переконання.

Інституційне оформлення авторського методу Н. Песешкяна у самостійний напрямок психології починається з 1977 року коли була створена «Психотерапевтична група досвіду Вісбадена» (Psychotherapeutische Erfahrungsgruppe Wiesbaden, (PEW), котра була створена для навчання фахівців з методу позитивної психотерапії. В цьому ж році була започаткована перша асоціація психотерапевтів даного напрямку «Німецька асоціація позитивної психотерапії» (DGPP). Як зазначалося вище, саме в цей час за новим методом остаточно закріплюється назва «позитивна психотерапія».

1970-ті роки є дуже плідними у творчому плані для Н. Песешкяна. Саме в цей період були опубліковані його програмні книги: «Психотерапія

повсякденного життя» (1974), «Позитивна психотерапія» (1977), «Східні історії як інструменти психотерапії» (1979), «Позитивна сімейна терапія» (1980). У 1979 році його обирають Почесним президентом DGPP.

Протягом наступного десятиліття Н. Песешкян вів активну наукову та просвітницьку діяльність. Він читав лекції і проводив семінари у більш ніж п'ятдесяти країнах світу. Під його науковим керівництвом був створений і опублікований у 1988 році діагностичний опитувальник (WIPPF), котрий застосовується і в наш час для діагностики особистості психологами та психотерапевтами.

В 1991 році була опублікована остання з фундаментальних робіт Н. Песешкяна «Психосоматика та позитивна психотерапія». Вона заклала основи нового п'ятиступеневого процесу зцілення психосоматичних хвороб [4].

Протягом 90-х років були вдосконалені, стандартизовані навчальні програми для базових і поглиблених курсів в Німеччині і за кордоном. Позитивна психотерапія вийшла за межі суто медичного терапевтичного методу. Почалося її впровадження в університетську освіту, навчання та коучинг.

У період з 1997 по 2014 рік відбулося 6 Всесвітніх конгресів з позитивної психотерапії, 18 міжнародних учбових семінарів. На постійній основі проводяться тренінги та семінари по підвищенню кваліфікації практикуючих психологів та психотерапевтів. WAPP випускає електронний журнал «International Journal of Positive Psychotherapy and Research» та інформаційний бюлетень [16, 19].

Наразі, продовжується інституційне та організаційне оформлення позитивної психотерапії. Її осередки функціонують як на національному так і на міжнародному рівні.

Від самого початку позитивна психотерапія була орієнтована на представників різних культур і тому швидко розповсюдилась не тільки в країнах Європи, але по інших континентах. Особливо сприятливими були умови в країнах, що виникли на пострадянському просторі. Саме в них відчувалася критична нестача професійних психологів та психотерапевтів, а практикуючі спеціалісти потерпали від відсутності доступу до нових публікацій та методик в психологічній галузі. У 90-ті роки минулого століття виникають численні центри позитивної психотерапії в Росії, Естонії, Латвії, Україні.

За офіційними даними на міжнародному рівні позитивна психотерапія представлена «Всесвітньою асоціацією позитивної та транскультурної психотерапії» (World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy (WAPP)). Вона була заснована професором Носратом Песешкяном у 1996 році як Міжнародний центр позитивної психотерапії (ICPP). Починаючи з 2003 року на посаді президента ICPP був обраний старший син Н. Песешкяна Хамід Песешкян. У січні 2008 року було вирішено перейменувати його в Всесвітню асоціацію позитивної психотерапії. А у 2016 році до назви організації був доданий термін «транскультурна», щоб підкреслити транскультурну основу

позитивної психотерапії. Вона офіційно зареєстрована як некомерційна організація. Головний офіс знаходиться у Вісбадені, Німеччина. WAPP сприяє поширенню теорії та практики метода позитивної психотерапії. Він займається навчанням фахівців з психотерапії, сімейної терапії та консультування в усьому світі. Крім того, WAPP організовує семінари, лекції та конференції, присвячені різним аспектам позитивної психотерапії [20].

Ще однією інституцією з практики методики позитивної психотерапії є Міжнародна академія позитивної і транскультурної психотерапії (IAPP) – Фонд Песешкяна. Вона була створена у 2005 році, це некомерційна організація, яка займається розвитком позитивної психотерапії у всьому світі. Цілями цього благодійного фонду є: підтримка Міжнародної академії позитивної та транскультурної психотерапії у здійсненні наукових досліджень в цій сфері в країні і за кордоном; упорядкування та збереження багатої творчої спадщини Н. Песешкяна; слугувати інформаційно-комунікаційним центром для інститутів і організацій для позитивної і транскультурної психотерапії, діючих в різних країнах [15].

На національному рівні позитивна психотерапія представлена центрами і національними асоціаціями WAPP в більш ніж 25 країнах світу, зокрема, у Німеччині, Росії, Румунії, Косово, Україні, Туреччині і Болгарії. Албанії, Австрії, Азербайджані, Польщі, Македонії, Китаї та Ефіопії, Канаді, Чехії, Естонії, Швейцарії, Нідерландах, Норвегії, Данії, Іспанії. Слід звернути увагу на той факт, що на національному рівні членами асоціації позитивної психотерапії можуть бути не тільки центри або організації, але й персональні сертифіковані учасники. WAPP та її філіали є членами Європейської асоціації психотерапії (EAP), Всесвітньої ради по психотерапії (WCP) і Міжнародної федерації психотерапії (IFP) [14].

В наш час центри і організації позитивної психотерапії продовжують активно популяризувати метод здійснюючи консультаційні і терапевтичні послуги для тих хто звертається за психологічною допомогою, поширюють психологічну освіту, активно займаються просвітництвом.

Висновки

На даний момент позитивна психотерапія є ефективним методом психологічної допомоги. Започаткована у 1968 році авторська методика Носрата Песешкяна в наш час перетворився на самостійний напрямок психологічної науки. Позитивна психотерапія позиціює себе як транскультурний метод який передбачає урахування культурних особливостей пацієнтів в процесі терапії.

Джерела та література

1. Багадирова С.К., Леонтьева А.В. История психологии: Учебно-методическое пособие. Москва : Директ-Медиа, 2014. 216 с.
2. Пезешкиан Н. 33-и и одна форма партнерства. Москва: Медицина, 1998. 288 с.
3. Пезешкиан Н. Позитивная семейная психотерапия. Москва: Изд-во Март, 1996. 336 с.

4. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия. Москва: Медицина. 1996. 464 с.
5. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни: Тренинг разрешения конфликтов. Москва : Медицина, 1995. 336 с.
6. Пезешкиан Н. Торговец и попугай. Восточные истории в позитивной психотерапии. СПб.: Изд-во Единение, 1995. 238 с.
7. Пезешкиан Н., Пезешкиан Х. Позитивная психотерапия - транскультуральный и междисциплинарный подход. Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева. 1993. № 4. С. 63-77.
8. Пезешкиан Х. Основы Позитивной Психотерапии. Архангельск: Изд. Архангельского мед. ун-та, 1993. 116 с.
9. Пезешкиан Х. Позитивная психотерапия как транскультуральный подход в Российской психотерапии: Дисс. в виде научного доклада на соискание учёной степени доктора мед. Наук. СПб. НИИ им. В.М. Бехтерева. СПб, 1998. 83 с.
10. Позитивная психотерапия / Колмогорова В.В., Луговых Н.А., Забозлаева И.В., Пилявская О.И. Челябинск, 2016. 96 с.
11. Слабинский В.Ю. Психологическое консультирование. Владивосток: Издательство Дальневосточного университета, 2003. 188 с.
12. Шишова Е.В. Позитивная психотерапия: почему она такая? Психологи на b17.ru : веб-сайт. URL: <https://www.b17.ru/article/13692/> (дата звернення: 17.10.18)
13. Beginnings of Positive Psychotherapy; веб-сайт. URL: <http://www.positum.org/23-0-History.html> (дата звернення: 11.10.18)
14. European Association for Psychotherapy веб-сайт. URL: <https://www.europsyche.org/default.asp?fbclid=iwar3xennwsymjxuli2lgr6vhnxbzjrs97cdok-kvufev2rsng7kyboaxlcy> (дата звернення: 06.10.18)
15. International Academy for Positive and Transcultural Psychotherapy (IAPP) Peseschkian Foundation веб-сайт. URL: <http://www.positum.org/67-0-IAPP.html> (дата звернення: 11.10.18)
16. International Journal of Positive Psychotherapy and Research. веб-сайт. URL: http://www.positum.org/files/ppt_electronic_journal_-_final.pdf (дата звернення: 11.10.18)
17. Members, groups, Centers and Associations веб-сайт. URL: <http://www.positum.org/9-0-National-level.html> (дата звернення: 11.10.18)
18. Nossrat Peseschkian веб-сайт. URL: <http://www.positum.org/24-0-Founder.html> (дата звернення: 17.10.18)
19. WAPP Newsletter News from the World of Positive Psychotherapy веб-сайт. URL: <http://www.positum.org/7-0-Newsletter.html> (дата звернення: 24.09.18)
20. World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy (WAPP) веб-сайт. URL: <http://www.positum.org/66-0-WAPP.html> (дата звернення: 11.10.18)

Сиренко Елена Николаевна

Одесский национальный морской университет
ул. Мечникова, 34, г. Одесса, Украина, 65000

История становления позитивной психотерапии, как отдельного направления психологии (вторая половина XX - начало XXI в.)

Аннотация. Для современной исторической науки актуальной задачей является исследование истории становления новейших направлений социально-гуманитарных наук, в частности в области психологии. Статья посвящена анализу и систематизации основных событий, которые привели к оформлению позитивной психотерапии в самостоятельное направление современной психологии. Методологической базой работы выступают методы

классификации и систематизации источников, которые позволили обобщить и систематизировать основные взгляды на роль и место позитивной психотерапии в психологической науке, а также, хронологический, типологический, сравнительные методы исторического познания, которые позволили выделить основные этапы развития позитивной психотерапии на пути от авторского психотерапевтического метода Носрата Песешикяна к самостоятельному направлению психологии. Анализ источников позволил дать объективную оценку деятельности Носрата Песешикяна (Nosrat Peseschkian) немецкого невролога, психиатра и психотерапевта иранского происхождения как основателя метода позитивной психотерапии и его вклада в распространение и популяризацию метода. Установлено, что благодаря личному вкладу Носрата Песешикяна позитивная психотерапия получила признание со стороны ученых как отдельное направление психологии, и много последователей среди практикующих психологов и психотерапевтов. Среди других направлений позитивная психотерапия позиционируется как гуманистическая транскультурная психодинамическая терапия, которая основывается на позитивной концепции человеческой природы. Она базируется на трех основных принципах: надежды, баланса и консультации и является конфликт-центрированной интегративной краткосрочной терапией, которая позволяет решать психологические проблемы личности учитывая культурные особенности пациентов. На современном этапе развития психология как наука характеризуется активной интеграцией психологических теорий в психотерапевтическую и консультационную практику. Положительную психотерапию следует рассматривать как наглядный пример эффективности этой тенденции и поэтому исследование основных этапов становления метода как самостоятельного направления психологической науки является целью данной работы.

Ключевые слова: психология; позитивная психотерапия; психология личности; Носрат Песешикян

Sirenko Olena

Odessa National Maritime University
34, Mechnikova St., Odessa, Ukraine, 65000

History of formation of positive psychotherapy, as a direction of psychology (second half of XX – early XXI centuries)

Abstract. For the modern historical science, the actual task is to study the history of the becoming of new directions of social and humanitarian sciences, in particular in the field of psychology. The article is devoted to the analysis and systematization of the main events that led to the constitution of positive psychotherapy in an independent direction of modern psychology. Methodological basis of the work are methods of classification and systematization of sources, which allowed to generalize and systematize the main views on the role and place of positive psychotherapy in psychological science, as well as chronological, typological, comparative methods of historical knowledge, which allowed to distinguish the main stages of the development of positive psychotherapy on the path from the author psychotherapeutic method Nosrat Peseschkianto an independent direction of psychology. The analysis of the sources allowed us to give an objective assessment of Nosrat Peseschkian's activity of the German neurologist, psychiatrist and psychotherapist of Iranian origin as the founder of the method of positive therapy and its contribution to the dissemination and popularization of the method. It has been established that thanks to the personal contribution of Nosrat Peseschkian, positive psychotherapy has been recognized by scholars as a separate line of psychology, and it has many followers among practicing psychologists and psychotherapists. Among other areas, positive psychotherapy is positioned as humanistic transcultural psychodynamic therapy, which is based on the positive

concept of human nature. It is founded on three main principles: hope, balance, and counseling, and is a conflict-centered, integrative short-term therapy that allows you to address the psychological problems of an individual taking into account the cultural characteristics of patients. At the present stage of development, psychology as a science is characterized by the active integration of psychological theories into psychotherapeutic and counseling practice. Positive psychotherapy should be regarded as an illustrative example of the effectiveness of this trend, and therefore the study of the main stages of the formation of the method and its institutionalization as an independent direction of psychological science is the purpose of this work.

Keywords: psychology; positive psychotherapy; personality psychology; Nosrat Peseshkian

References

1. Bagadirova S.K., Leonteva A.V. (2014). *Istoriya psihologii: Uchebno-metodicheskoe posobie* [History of Psychology: Teaching guide]. Moskva [in Russian].
2. Pezeshkian N. (1998). *33-i i odna forma partnerstva* [33 and one form of partnership]. Moskva [in Russian].
3. Pezeshkian N. (1996). *Pozitivnaya semeynaya psihoterapiya* [Positive family psychotherapy]. Moskva [in Russian].
4. Pezeshkian N. (1996). *Psihosomatika i pozitivnaya psihoterapiya* [Psychosomatics and positive psychotherapy]. Moskva [in Russian].
5. Pezeshkian N. (1995). *Psihoterapiya povsednevnoy zhizni: Trening razresheniya konfliktov* [Psychotherapy of everyday life: Conflict resolution training]. Moskva [in Russian].
6. Pezeshkian N. (1995) *Torgovets i popugay. Vostochnyye istorii v pozitivnoy psihoterapii* [Merchant and parrot. Eastern stories in positive psychotherapy]. Sankt-Peterburg [in Russian].
7. Pezeshkian N., Pezeshkian H. (1993). *Pozitivnaya psihoterapiya - transkulturalnyy i mezhdistsiplinarnyy podhod* [Positive psychotherapy is a transcultural and interdisciplinary approach]. *Obozrenie psihatrii i meditsinskoj psihologii im. V.M. Bekhtereva – Review of psychiatry and medical psychology*. V.M. Bekhtereva, 4, 63-77 [in Russian].
8. Pezeshkian H. (1993). *Osnovyi Pozitivnoy Psihoterapii* [Basics of Positive Psychotherapy]. Arhangelsk [in Russian].
9. Pezeshkian H. (1998). *Pozitivnaya psihoterapiya kak transkulturalnyy podhod v Rossiyskoj psihoterapii* [Positive psychotherapy as a transcultural approach in Russian psychotherapy]. Diss. v vide nauchnogo doklada na soiskanie uchyonoy stepeni doktora med. Nauk. SPb. NII im. V.M. Bekhtereva Sankt-Peterburg [in Russian].
10. Kolmogorova V.V., Lugoviyh N.A., Zabozaeva I.V., Pilyavskaya O.I. (2016). *Pozitivnaya psihoterapiya* [Positive psychotherapy]. Chelyabinsk [in Russian].
11. Slabinskiy V.Yu. (2003). *Psihologicheskoy konsultirovanie* [Psychological counseling]. Vladivostok [in Russian].
12. Shishova E.V. *Pozitivnaya psihoterapiya: pochemu ona takaya?* [Positive psychotherapy: why is it like that?]. *Psihologi na b 17.ru* Retrieved from <https://www.b17.ru/article/13692/>
13. *Beginnings of Positive Psychotherapy*; Retrieved from <http://www.positum.org/23-0-History.html>
14. *European Association for Psychotherapy* Retrieved from <https://www.europsyche.org/default.asp?fbclid=iwar3xennwsymjxuli2lgr6vhnxbzjrs97cdok-kvufev2rsng7kyboaxlcy>
15. *International Academy for Positive and Transcultural Psychotherapy (IAPP) Peseshkian Foundation* Retrieved from <http://www.positum.org/67-0-IAPP.html>
16. *International Journal of Positive Psychotherapy and Research*. Retrieved from Retrieved from http://www.positum.org/files/ppt_electronic_journal_-_final.pdf

17. Members, groups, Centers and Associations Retrieved from <http://www.positum.org/9-0-National-level.html>
18. Nossrat Peseschkian Retrieved from <http://www.positum.org/24-0-Founder.html>
19. WAPP Newsletter News from the World of Positive Psychotherapy Retrieved from <http://www.positum.org/7-0-Newsletter.html>
20. World Association for Positive and Transcultural Psychotherapy (WAPP) Retrieved from <http://www.positum.org/66-0-WAPP.html>

Received 01.11.2018

Received in revised form 03.12.2018

Accepted 05.12.2018