

# На пошанування мого вчителя Вольфганга Льоша

Вольфганг Льош –  
є засновником ІмКР –  
імагінативної психотерапії тіла.



Це метод глибинної психотерапії, який застосовується при важких соматичних захворюваннях, а саме, онкологічних, аутоімунних, кардіологічних та при хронічному болю.

В основі ІмКР полягає робота з імагінаціями (імаго - це несвідомий образ). В стані глибокої релаксації пацієнт імагує внутрішні органи, їх системи, функціонування – все так, як воно є природньо, фізіологічно – активізує або гармонізує їх. Пацієнт приймає активну участь у терапевтичному процесі.

В. Льош винайшов ІмКР, досліджував і розробляв його в процесі постійної власної практики. Все почалося у 1988р. з важкого безнадійного випадку з пацієнткою з інтерстиціальним фіброзом легень. Др. Льош їхав на конгрес з психосоматики і пацієнтка сказала йому: «Я ще не хочу вмирати» і просила дізнатися, може щось буде для неї. На конгресі І. Міссельвітц і Ф. Братушка робили доповідь по роботі з важкохворими пацієнтами, вони працювали з самосприйняттям і тілесно-орієнтованою імагінацією за методом К. Саймонтона. Це було поштовхом до дії, пошуком, експериментом і успішною психотерапією для пацієнтки – вона ще прожила багато років.

В цьому ми з В. Льошем дуже схожі. Моя історія професійного росту така. Вперше я почула про В. Льоша і метод ІмКР у 2011 році на семінарі з психосоматики. В 2012 році відбулося знайомство з Вольфгангом на конференції, присвяченій питанням психосоматики у м. Ялті, де він презентував метод (ІмКР-0). Так сталося, що через місяць на порозі мого власного Центру

психотерапії була перша соматична пацієнтка - дівчинка-підліток з важким аутоімунним захворюванням – міастенія (після операції по видаленню вілочкової залози півтора місяця реанімації, з епізодом клінічної смерті, птозом, парезом, порушенням ковтання, дихання, мовлення, пересування). Складність психотерапії полягала в тому, що ImKP базується в своїй основі на роботі з тімусом – центром імунного захисту, а в даному випадку його було видалено в повному обсязі. Як тут бути? Треба щось принципово нове! З того моменту ми, разом з пацієнткою, почали працювати, досліджувати та шукати нові шляхи до одужання.

Вже через рік, в 2013, я знову зустрілася з Вольфгангом на його семінарі із спеціальної психосоматики в Москві, в інституті Психоаналізу. Я запитала його рекомендацій стосовно своєї пацієнтки з міастенією. Мене здивувала відповідь Вольфганга, що ImKP не працює при даній нозології і він розповів про свій негативний досвід роботи з кількома пацієнтами хворих на міастенію, які мали летальні результати. А потім дивуватись і зацікавитись була черга Вольфгана, коли я розповіла про позитивний досвід психотерапії при даному захворюванні. Відразу я отримала запрошення до участі в груповій супервізії з ImKP, організованої для фахівців, які вже вчилися у др. Льоша в Потсдамі. Мною було представлено випадок, інших випадків не було заявлено, лише деякі уточнення та запитання від колег. Моїм зірковим часом було отримання запрошення з боку Вольфганга виступити з доповіддю в Інституті психотерапії і психосоматики в Потсдамі і розповісти, поділитися цікавим новітнім досвідом з європейськими колегами. В цьому і є велич людини-фахівця - в повазі до іншого, в можливості його чути, бачити, в зацікавленості, в довірі, в любові до людей, до своєї справи, в продовженні її своїми учнями. Про таку довіру і визнання я мріяти не могла, робити доповідь на міжнародному симпозіумі, навіть ще не навчаючись ImKP у др. Льоша. Так один день змінює все життя!

Далі я зробила доповідь, яка викликала зацікавленість іноземних колег, я отримала листи з подяками і запитаннями стосовно цього випадку, з пропозиціями до співпраці і колегіального спілкування. Разом з цим, йшло активне навчання методу в Німеччині, під наглядом др. Льоша відпрацьовувалися практичні навички роботи з пацієнтами в індивідуальному і груповому форматі. Різноманітні групи пацієнтів – з онкологією, з аутоімунними і серцево-судинними захворюваннями, з хронічним болем, окремі групи пацієнтів з пухлинами головного мозку. Я спостерігала роботу В. Льоша з групами для близьких і родичів пацієнтів, брала участь у форумах пацієнтів, які проходили двічі на рік. Кожен рік я робила доповіді на Міжнародних симпозіумах з ImKP, брала участь у форумах пацієнтів, додаткових навчальних семінарах, групових супервізіях разом з німецькими колегами в Потсдамі,

регулярні групові супервізії В. Льоша у скайпі. Разом з тим, постійна індивідуальна і групова робота з соматичними пацієнтами в Україні. Це був дуже професійно насичений, цікавий період.

Я написала дипломну роботу німецькою, де описала випадок, який я вела під постійною супервізією др. Льоша. Мова йде про пацієнтку - вимушену переселенку, постраждалу внаслідок війни на Донбасі, соматизовану з діагнозом коксартроз 3-4 ст. обох тазостегнових суглобів. Вона мала дуже сильні нестерпні болі, приймала великі дози знеболюючих препаратів, і вже почалися проблеми з внутрішніми органами - шлунком, підшлунковою залозою, печінкою. Востаннє ми бачилися з др. Льошем пізно ввечері після симпозиуму з психоонкології, він завжди працював до 21.00. Усміхнений, побажав нам з донькою доброї дороги, сказав, що чекає на мою дипломну роботу. Прощаючись, ми домовились, що на наступному симпозиумі я зроблю доповідь щодо питань психокардіології - психотерапії пацієнтів після перенесення інфаркту міокарду. Я виконала обіцяне, і у травні 2018 р. зробила доповідь, де йдеться про групову стаціонарну психотерапію за участю 133 пацієнтів, про дослідження ефективності розробленої процедури психосоматичного поновлення.

Але Вольфганга Льоша з нами вже не було... Світла пам'ять...

Справа В. Льоша продовжується, нічого не стоїть на місці, все має розвиток і вдосконалюється в процесі власної практики і подальшого навчання. До психотерапії соматичних пацієнтів вже додалися знання з Травмафокус терапії Т. Вебера, засновника інституту нейропсихотерапії в Відні, психоаналітичне розуміння процесів соматизації згідно психосоматичної концепції Паризької школи психоаналітичної психосоматики П. Марті. Це надає можливість формувати в Україні наукове розуміння щодо процесу соматизацій, можливості до надання якісної психотерапевтичної допомоги при соматизаціях, їх запобіганню і подоланню.