

A portrait of a man with short brown hair and blue eyes, wearing a light pink patterned shirt, sitting in a black chair. The background is a light-colored wall with a subtle pattern.

# **Виктор** **ГРЕБЕННИКОВ**

**Чтобы изменить человека, нужно всего лишь изменить его отношение к самому себе...**



Герой нашего интервью – Виктор Михайлович ГРЕБЕННИКОВ. Директор центра психологии «Нагваль», профессиональный коуч, бизнес-консультант, гештальт-терапевт, психоаналитик, танатотерапевт, психодраматерапевт, специалист в области психосоматики, клинической психологии, специалист в области семейного и супружеского консультирования, тренер по НЛП и Эриксоновскому гипнозу. На первый взгляд кажется, что выучить только названия его специальностей – и то сложно, что уж говорить про то, чтобы разобраться в их сути. Но у Виктора Гребенникова все гармонично – слаженно переплетается одно с другим и органично взаимодополняется. Благодаря знаниям в различных областях психологии, он может квалифицированно помочь человеку справиться с любыми проблемами. Беседа с ним получилась очень интересной и познавательной. Впрочем, на сайте PERSONA-KZ все персоны – исключительно интересные люди. Предлагаю вам, дорогие читатели, познакомиться еще с одним героем нашего проекта.

**ФИО**

Гребенников Виктор Михайлович

**Дата рождения:**

09.10.1974 г.

**Знак зодиака:**

Весы

**Сфера деятельности:**

Психология / Директор центра психологии «Нагваль»

**Достижения:**

Тренер по НЛП, Эриксоновскому гипнозу, бизнес-тренер, профессиональный коуч

**Увлечения / Хобби:**

Охотхозяйство

**Любимое блюдо:**

Всеяден, главное, чтобы было вкусно приготовлено

**Любимый фильм:**

Жанр фантастика

**Домашние питомцы:**

В охотхозяйстве есть кошка и собака

**Ваш сегодняшний девиз:**

Радуйся жизни так, как умеешь

- Название Вашего центра «Нагваль». Это слово что-то означает?

- Да, это слово имеет несколько значений. Первое – в переводе с испанского языка «учитель», «маэстро», «волшебник». Второе значение – «нераскрытое, непроявленное пространство». У индейцев это символизирует прообраз нашего подсознания, которое наполнено энергиями, духами и тому подобным. И третье значение: у индейских магов Нагваль – это дух-покровитель, в которого может превращаться шаман. Мы же ассоциируем себя с первым значением, «Нагваль» - это учитель!

- У Вас столько регалий, что впору запутаться. Меня заинтересовали два направления Вашей деятельности: танатотерапия и гештальт-терапия. Можно рассказать об этом подробнее?

- В психологии около тридцати основных направлений. Смешиваясь, они дают порядка 900 вариантов! Там есть НЛП, гипноз, поведенческая терапия, трансперсональная, экзистенциальная, рациональная, психодрама, арт-терапия и так далее. Все виды психотерапии занимаются развитием и продвижением человека. Иногда методы перекликаются между собой. И названные вами направления – всего лишь пара из этих тридцати основных. Давайте начнем с гештальта. Это самостоятельное направление в психологии, пол-



ноценный метод, как говорится, от А до Я, где представлены все методики работы с людьми. Зная эти методики, можно работать с абсолютно любыми проблемами человека. Гештальт — это немецкий термин, обозначающий «целостность». Это что-то, что стремится к целостности, к завершению. Считается, что гештальт помогает человеку найти себя, стать цельным и гармоничным. Для этого он должен уметь себя понимать, осознавать свои потребности, уметь устанавливать контакт с собой и другими людьми, уметь говорить о своих желаниях, ценностях, встречаться со своими эмоциями и переживаниями, а не убежать от них. Это очень облегчает жизнь. Теперь о танатотерапии. Если гештальт больше работает с чувствами и эмоциями, то танатотерапия — метод телесной терапии. Это достаточно приятная процедура расслабления. Считается, что самый расслабленный человек — это мертвый человек (прим.: Танатос — с греч. Бог смерти). Потому что, пока мы живы, наш сознательный контроль всегда удерживает часть напряжения. И человек сам не может качественно расслабиться, если ему не помогать. При этом методе специалист работает простыми упражнениями через тело. Человек ложится в форме звезды на спину на ковер (на пол). Применяется определенная техника прикосновений, а потом через повороты и вытягивания напряжение напрямую выводится из мышц. Человек расслабляется, впадает в ощущение свободы и эйфории, уходят различные блоки и зажимы, энергия восстанавливается. После такой терапии даже ходить начинаешь по-другому, двигаться иначе. А так как тело и душа у нас взаимосвязаны, то в результате улучшается и душевное состояние.

**- И как часто нужно проводить такую процедуру расслабления?**

- Танатотерапия, как и любая другая терапия, обычно проводится курсом. Требуется порядка пяти - десяти сеансов

один-два раза в неделю. Кому-то больше, кому-то меньше в зависимости от сложности состояния человека.

**- В Вашем багаже более 10 000 консультаций. Это очень внушительная цифра. Вы работаете не только с телом, но и, в большей степени, с душой человека. А там чего только не бывает! Вы не устали?**

- У меня есть классное увлечение — это охотхозяйство. Оно у меня уже 4 года, каждые две недели я езжу туда на перезагрузку, как я это называю. Потому что в течение двух недель я плотно с утра до вечера работаю с людьми. А там отлично отдыхают: природа, тишина, красота. Прямо чувствуется, как активизируются другие

**Я до сих пор  
активно учусь, хотя  
уже 20 лет работаю.  
Потому что психология  
многогранна, все знать  
невозможно...**

участки мозга. Кроме того, когда любишь свою работу, то даже если устаешь, все равно чувствуешь удовлетворение. Я работаю по 12 часов в день, и усталость имеет место быть, но когда ты видишь результат своей работы и понимаешь, что реально помог человеку, это нейтрализует усталость. Удовлетворение от выполненной задачи помогает справиться с утомлением. По крайней мере, на сегодняшний день. Не знаю, что будет завтра (улыбается). А потом: чем больше работаешь, тем более бережно начинаешь к себе относиться, учишься справляться с негативом, защищаться. Мы сами ходим к психологам в своих группах, где все ситуации отрабатываются, тренируются. Очень сильно поддерживают встречи с коллегами, общение



с единомышленниками. Ты не просто однажды закончил обучение - и все. Надо постоянно совершенствоваться, учиться, изучать и применять что-то новое. Я до сих пор активно учусь, хотя уже 20 лет работаю. Потому что психология многогранна, все знать невозможно.

**- Невозможно? Или возможно, но для этого нужно учиться?**

- Нет. Невозможно все знать. Да и не нужно, потому что достаточно быть специалистом в узких областях. Это как врач: ему не надо быть ассом во всех специализациях. Он досконально знает, например, пищеварительную систему, для качественной работы этого достаточно. Для других органов есть профильные специалисты, к которым можно обращаться. Так и в психологии: профессионально и глубоко все охватить просто нереально.

**- Очень большой перечень проблем, с которыми Вы работаете. Меня заинтересовала ситуация, которая называется «не знаю, чего хочу». Каков алгоритм работы с такими людьми? С чего Вы начинаете? Как человек может понять, чего он на самом деле хочет?**

- Если человек пришел, нашел время, готов заплатить, значит, он чего-то хочет. Просто пока не осознает — чего. И моя задача - раскрыть его, тогда потребность всплывет на поверхность сама. Естественно, я начинаю со знакомства, с расположения человека к себе, с расслабляющих методик. Прошу его рассказать о том, кто он такой, что сейчас происходит в его жизни, что происходило раньше. И когда он начинает погружаться в свой внутренний мир, рассказывать, открывать все дверцы своей души, там обязательно начинает что-то обнаруживаться,

то, ради чего он на самом деле пришел. Это непережитые чувства, незавершенные отношения, неудовлетворенность собой, хроническая усталость, болезнь, зависимость и многое другое. Иногда это все намешано в одном человеке, и мне приходится раскладывать все по полочкам. Бывает, что человек не может разобраться в себе, потому что у него слишком много проблем и сначала их надо просто рассортировать. Более сложные, которые мешают жить, — в первую очередь, чтобы человек освободился уже в ближайшее время, а потом — более мелкие или менее значимые.

**- Скажите, есть ли какие-то методики, практики, которые Вы применяете к себе самому, чтобы восстановить душевное равновесие и прийти в норму?**

- Есть. Раз в месяц я сам получаю консультацию как клиент. У нас есть «Гештальт-пятерка», как мы ее называем. Пять человек одного профессионального уровня собираемся, и кто-то выступает клиентом, кто-то психологом, кто-то наблюдателем, кто-то супервизором (супервизор — тот, кто наблюдает за работой психолога и оценивает его). Вот таким образом каждый месяц я получаю профессиональную консультацию. Во-вторых, когда обучаешься различным методам, начинаешь применять их на себе, например, методы работы с телом, гипнозом, релаксация. Тренируешь себя, и потом эти методы работают на автомате: присел, глаза закрыл, вошел в транс и отдыхаешь.

**- Скажите, а все люди гипнабельны?**

- Все гипнабельны, просто каждый по-разному. Дело в том, что гипноз — это состояние транса, а транс — естественное состояние. Для этого не обязательно вводить алкоголь, наркотики, еще какие-то препараты. Это состояние можно включить изнутри. Главное — ключики к человеку подобрать, и все пойдет легко.

**- Соответственно, такое понятие, как массовый гипноз, не совсем верное?**

- Почему?

**- Если к каждому индивидуально нужно ключики подобрать.**

- Наоборот: чем больше людей, тем легче их загипнотизировать, потому что они друг на друга начинают влиять.

**- Кошмар какой! Эффект толпы срывает, что ли?**

- Да. Потому что мы начинаем психологически связываться друг с другом. Создается общее энергетическое поле, в котором все взаимодействуют и оказывают друг на друга энергетическое влияние. Вот будет 50 человек: кто-то пришел поправить здоровье, кто-то личную жизнь, кто-то — избавиться от страхов. Мы внушаем, что жизнь улучшается, а каждый из них подсознательно сам берет нужные себе контексты. Мы как бы предлагаем холст, а каждый внутри этого холста рисует свою картинку. Поэтому есть методы, которые безошибочно могут помочь при работе с большой группой людей. Это особенность гипноза.

**- Мне, как стороннему человеку, как женщине, стало интересно: каково Вашей жене? Ей с Вами легко? Вы применяете дома психологические приемы?**

- Не всегда. В целом, конечно, легко, потому что психология вырабатывает гибкость. Но дома я стараюсь быть просто человеком, мужиком. Это очень важно — не нести работу домой. Иногда люди этого не понимают. Они думают: если ты психолог, то везде должен быть им, и днем, и ночью. Но это все же работа. Конечно, она влияет на поведение и накладывает, как и любая специальность, свой отпечаток. Безусловно, ты меняешься, но важно остаться человеком: с друзьями, родственниками, семьей. И дома я стараюсь быть просто собой, обычным человеком, мужем, отцом.





**- Придя домой, Вы стараетесь контролировать каждое свое слово, каждое свое действие?**

- Именно не стараюсь! И родственники первое время пытались этим манипулировать: «Ты же психолог! Понимать надо, раз ты психолог» и так далее. Нет, дома я не психолог, дома я просто Виктор.

**- Виктор, как Вы считаете: человек может прожить свою жизнь и быть при этом счастливым, не обращаясь к специалистам Вашего профиля?**

- И да, и нет.

**- Теперь о каждом пункте подробнее!**

- Почему «Да». В принципе, раньше жили же как-то без психологии! Это относительно молодая наука. Если у человека нет психологических травм, у него хорошие защитные механизмы, он ценит и любит себя (а это зависит от того, каким его воспитали), - то теоретически это возможно. Многие вещи в нашей жизни связаны с психологией, занятия йогой, например. Религия может брать на себя часть психологических функций: поддержать, объяснить, утешить. Теперь почему «Нет». Потому что, во-первых, в нынешней жизни очень много стрессов, напряжение накапливается, человек где-то ломается, и с этим надо что-то делать. Во-вторых, раньше сама культура была психотерапевтична. Существовали ритуалы, которые помогали человеку переходить из одного состояния в другое. Как мы говорим, инициация. К сожалению, сейчас ритуалы все более размываются, утрачиваются. Потребность в психологии потому и возникла, что стресса стало больше, а ритуалы разваливаются. Многие традиции зародились еще в древности и в других условиях, а сейчас условия поменялись и уже не соответствуют реальности. И человек застревает. Поэтому нужен кто-то, кто мог бы позаботиться о нем. Кроме того, и людей раньше было гораздо меньше, не 7 миллиардов. И какой-нибудь шаман мог

один легко обслуживать свой небольшой поселок. А когда это миллионный город?! Каким бы великим человеком и шаманом он ни был, он был бы просто не в состоянии обслужить такое количество людей. В связи с этим появляется потребность в ком-то, кто должен брать на себя функцию профессиональной помощи людям. Сами условия говорят о том, что человек выпадает из естественных условий и ему нужна помощь. Это не значит, что человек сам не смог бы справиться. Ему это по силам. Но на это нужно время. Например, у человека случилась депрессия. Самостоятельно он справился бы за 3-5 лет и сильно страдал эти годы. А при профессиональной помощи психолога он сможет справиться с этим за 3-6 месяцев. То есть быстрее в 10 раз, легче и с меньшими разрушениями. Людям нужна помощь, и в этом нет ничего плохого. Не надо ждать, когда ты уже совсем развалишься, когда совсем плохо станет, надо идти к специалисту. Для многих это еще ново, нет привычки.

**- Скажите, Виктор, наличие у психолога большого количества дипломов и сертификатов является показателем его профессионализма? Это же не гарантирует, что человек будет с тобой на одной волне и сможет помочь?**

- Чем выше уровень профессионала, тем легче ему найти общий язык с любым человеком, потому что имеется опыт. Но Вы абсолютно правы: иногда это может быть просто не Ваш психолог, Вы должны найти своего врача. Это нормально, что порой не с первой попытки попадают к хорошему специалисту. И потом, психолог психологу рознь, как и везде, да? Как юристы бывают разного качества, строители, автомеханики, так и врачи и психологи: надо искать своего специалиста.

**- За период практики через Ваши руки прошло много клиентов. Какое самое низменное качество встречалось Вам в людях?**



- Всегда есть какие-то низменные качества, но выделить их сложно. Все относительно. Многое зависит от воспитания: для кого-то украсть, предать, подставить - это подло. А для кого-то это честь. Если вор украл, у него не будет никаких зазрений совести, он не считает это деяние плохим. А если кражу совершил честный человек (пришлось ему это сделать, так сложись обстоятельства), он может себя замучить. Здесь надо оценивать не действие и качества, а того, кто это действие совершил. Поэтому низменным может быть все, что угодно. Еще один пример. В советское время мастурбация считалась чем-то низменным, плохим, ужасным, постыдным. А сейчас с развитием науки, при помощи исследований считается, что это естественное развитие сексуальности детей, подростков. Общество меняется, и меняются взгляды. И в разные времена будет различное отношение ко

многим вещам. Я думаю, однозначного ответа на этот вопрос не будет.

**- Какие перед Вами стоят долгосрочные цели и задачи в Вашей работе?**

- Я хотел бы со временем открыть свою психологическую школу. Ведь школа - это нечто большее. Центр - все же более локальная, более мелкая задача. Хотел бы написать несколько книг: наработан большой опыт, которым хочется поделиться. Просто пока на это не хватает времени. У меня уже есть четыре наполовину написанные книги, но они пока заморожены. Наверное, я чего-то жду внутри.

**- Давайте немного отойдем от работы. Какие черты характера Вам привили родители?**

- Трудолюбие в первую очередь. Выдержку, целеустремленность, стрем-





Фото из семейного архива

ление довести поставленную задачу до завершения. Трудолюбие очень сильно помогает двигаться, доделывать все до конца, как бы трудно ни было.

**- А что Вас характеризует и подчеркивает Вашу индивидуальность, кроме тех качеств, которые привили родители?**

- Я считаю себя позитивным и веселым человеком. У меня хорошее чувство юмора и это помогает. Иногда даже сильно помогает.

**- Что в Вашем понятии означают «вечные ценности»?**

- «Вечные ценности»... В общечеловеческом понимании это: семья, жизнь, здоровье, счастье, то, что любой человек хотел бы иметь в своей жизни. А как психолог, я понимаю, что примерно каждые 10 лет происходит переоцен-

ка ценностей, смена их. А также бывает, что из-за стрессов и кризисов переоценка происходит принудительно. То, что ценно в 20 лет, в 30 может быть уже не так ценно, а в 40 лет - вообще не ценно. Мы называем это иерархией ценностей, когда что-то уходит на первое место, что-то на второе. Ценности не исчезают полностью, но что-то становится более важным. Например, молодая женщина родила, у нее хороший инстинкт материнства, она полностью живет маленькими детьми, для нее дети - это ее ценность. Но дети подрастают, становятся подростками, у них появляются друзья, какие-то свои интересы, и мама уже не так нужна. Она чувствует, что деток надо отпускать, ей надо вернуться в профессию, пойти еще куда-то. Потом дети вырастут, создадут свои семьи, внуки пойдут. И у этой женщины опять сменяются ценности.



**- Но тогда уже сложно назвать их вечными, правильно? Это будут просто жизненные ценности?**

- Какой смысл мы вкладываем в понятие «вечные ценности»? Они передаются из поколения в поколение, зарабатываются, шлифуются, кочуют из семьи в семью. Они вечные, потому что перечень их не меняется. Вопрос в том: что будет на первом месте, что на пятом.

**- Спасибо. Виктор, какое самое счастливое воспоминание из вашего детства? И что делает его таким особенным?**

- Наверное, это когда на лето меня с братом отдавали к бабушке и дедушке по отцовской линии в Тургень. Это было здорово! Там всегда бывало очень много детей, и время было такое, что нас не боялись отпускать, мы всегда дружно где-то бегали. Было весело и интересно! Мы играли в какие-то игры, что-то постоянно выдумывали. Такое светлое, беззаботное общение, дружба искренняя. Я всегда с теплотой вспоминаю тот период.

**- Свидетелем какого исторического события Вы хотели бы стать?**

- Если не принимать участие, я бы понаблюдал за революцией 1917 года. Ленинград, Аврора, Зимний дворец. А если принимать участие, то точно хотел бы попасть в какой-то хороший, не военный период.

**- На Ваш взгляд, полезно ли одиночество? И если полезно, то чем?**

- В дозированном варианте, я думаю, полезно. Мы, психологи, считаем, что психически здоровый уравновешенный человек не должен бояться самого себя. Ему должно быть комфортно находиться наедине с собой какое-то время — три дня, неделю. Вполне нормально, что человеку хочется уединиться, и он не страдает при этом. Отдыхает, находит себя. Это даже не одиночество. Просто желание и возможность быть с самим собой. А оди-

ночество - это чисто психологический феномен. Я, как психолог, могу сказать, что очень часто приходят люди, считающие себя одиночками, несмотря на то, что живут в социуме и имеют много родственников, друзей, коллег. Они по определению не могут быть одни, ведь возвращаются в общество, а не живут на необитаемом острове. Но они так себя ощущают: одиночками среди людей. Парадокс. Я понимаю: человека закрыли в камере, и он никого не видит. Или на острове где-то совершенно один. Вот тогда можно говорить об истинном одиночестве. А в данном случае человек не может найти себя, найти родственную душу, и ему кажется, что все в жизни не так, его никто не понимает и, как следствие, он одинок. Но это не верно — рядом очень много людей, которые хотели бы его растормошить, а он сам не дает им этого сделать. Это все психология. И если среди людей человек чувствует себя одиноким, скорее всего, это результат психотравмы — развода, например, или смерти близкого человека. Вот такое одиночество как раз и бесполезно. Если кто-то оказался рядом, поддержал, помог «малой кровью» выйти из такого состояния — это лучше. Когда люди не разрешили себе получить поддержку или не обратились за ней, они могут застрять в плачевном состоянии на три-пять лет, а то и больше. А ведь это могли бы быть пять лет замечательной жизни. И очень жаль это потраченное время: ведь оно могло приносить человеку счастье.

**- А в таком вот общепринятом глобальном определении Вам, как человеку, одиночество знакомо?**

- Нет. Я вырос в маленьком городке, где практически сельская жизнь и все друг друга знают. А когда человек еще и много работает, одиночество к нему не прирастет (смеется). И если ты в согласии с природой, людьми, делом, которое делаешь, ты не можешь быть одиноким. В той среде, в которой я жил, не было никого одинокого: все были живые, радостные.



**- Виктор, что для Вас важнее: делать правильные вещи или делать вещи правильно?**

- Я не за то, чтобы все делать правильно. Я за то, чтобы все, что делаешь, заканчивалось хорошо.

**- Даже если ты сделаешь что-то, неправильное в общечеловеческом понимании, но правильное и важное для себя?**

- Да. Понимаете, психолог — как это ни странно — вне морали. Например, если ко мне на консультацию придет женщина и скажет, что она изменяет своему мужу, я не должен ее ругать, обвинять, осуждать и говорить, что она плохая. Моя задача — разобраться: почему это происходит, что она чувствует, как помочь ей выбраться из этого. Если она этого еще и хочет. Психолог может отказаться работать с этим человеком, но он вне морали и осуждать поступки клиента не должен. Ему важно понять ценностный состав самого человека и найти в нем что-то, чтобы ему помочь. И не всегда это согласуется с общепринятыми нормами морали и этики. Если психолог будет морализировать, многим клиентам он просто не сможет помочь. Люди настолько разные, что невозможно всех вместить в какие-то средние этические и эстетические рамки.

**- Виктор, а у каждого человека есть достаточно внутренних ресурсов, чтобы справиться с жизненными трудностями?**

- Мы в психологии верим, что это так. У нас даже есть постулат, который так и звучит: у нас есть все необходимые ресурсы для достижения любой поставленной цели! Другой вопрос — как их активизировать, потому что стрессы и неурядицы закрывают доступ к ресурсам. И психолог помогает разгрести эти завалины. Человек становится более ресурсный, более сильный, умный, гибкий и легче справляется с любой ситуацией.

Вопрос не в наличии ресурсов, а именно в способе их активизации.

**- Скажите, если мы учимся на своих ошибках, почему мы так боимся ошибиться?**

- У этого несколько причин. Во-первых, нас пугает, что ошибки могут нам дорого стоить. Во-вторых, некоторые ошибки очень болезненны для нас, и мы бы не хотели их повторять. Приведу пример своей клиентки. Она дружила с парнем, все было хорошо и дело шло к свадьбе. А потом она случайно узнала, что он женится на другой девушке. Случилась очень сильная психологическая травма, девушка хотела покончить с собой. Слава Богу, она этого не сделала. И теперь, встречаясь уже с другим парнем, она автоматически предполагает, что история может повториться. И у нее больше нет доверия к мужчинам, потому что оно разбилось об эту ситуацию. В таком случае очень нужна помощь психолога. Потому что подлецы, конечно, бывают, но есть и нормальные парни. И девушке нужно это объяснить. А у нее включилась защитная реакция, которая не пускает совершить подобную ошибку. Из-за своих страхов она очень сильно себя ограничивает. Может неосознанно выбирать опять таких же подлецов, потому что ей хочется завершить ситуацию. И, сама того не подозревая, второй и третий раз наступает на одни и те же грабли. Некоторые пытаются внушить себе, что, мол, я не должна бояться совершить такую же ошибку, которая была в прошлом. Но я рекомендую обратиться к специалисту. Потому что внушения иной раз бывает недостаточно. Человек даже не подозревает, насколько сильны непережитые эмоции. Он может думать одно, а делать совершенно другое, потому что эмоции иногда сильнее ума и захватывают его, они очень сильно влияют на восприятие ситуации. И психолог нужен, чтобы поковыряться в прошлом и вытащить непе-





Фото из семейного архива

режитые эмоции наружу. Да, они неприятны и часто болезненны, но их нужно выпустить, освободить, чтобы человек смог зажить нормальной жизнью.

**- В Вашем понимании «совершенная» женщина – это какая?**

- Не будем брать такие категории, как жена, мать, сотрудница. Просто женщина. Это такая природная инстинктивная женщина, которая чувствует, как правильно общаться со своим мужчиной. Мы в психологии верим, что в каждой есть такая инстинктивная женщина, которая знает, как управляться с мужчинами.

**- Управляться. Слово-то какое хорошее (улыбаюсь).**

- В хорошем смысле (смеемся). Как заманить его, соблазнить, сделать так, чтобы он захотел ей мамонта принести.

**- В каждой женщине есть, но где-то закопано, что ли?**

- Да. Неудачный личный опыт, какие-то ошибочные внушения и установки, к сожалению, блокируют эти природные инстинкты, природную суть женщины. Настоящая женщина – это природная женщина: сексуальная, внимательная, активная, игривая, немножко коварная, заманивающая мужчину в свои сети, опять же в хорошем смысле слова. Одним словом, совершенная женщина должна быть живой.

**- Не могу обойти тему Нового года. Как Вы предпочитаете встречать этот праздник: в шумной компании или в кругу близких?**

- Раньше я любил компании. Сейчас предпочитаю встречать этот праздник все же в кругу семьи. Чем меньше людей, тем



лучше. Спокойно, уютно, по-домашнему, сказочно.

**- Какому количеству людей Вы готовы подарить подарки?**

- Небольшому. Это близкие люди, семья, самые близкие друзья и сотрудники. Именно подарки. А открытки и поздравления отправляю многим.

**- А какой подарок был бы желанным для Вас в новогодний вечер?**

- Для меня? Пожалуй, путешествие в жаркую страну на 10 дней. Покупаться, полежать на песочке.

**- Виктор, что самое интересное Вы хотели бы нам еще рассказать?**

- Очень интересно, как я попал в психологию. Потому что в детстве даже слова такого не знал и не слышал. А попал в психологию случайно. Все время попадал в какую-то цепочку изменения пространства. После восьмого класса пошел в педагогическое училище: хотел, как отец, быть спортсменом, тренером. А физкультурное отделение закрыли. И меня уговорили пойти учителем начальных классов. В нашей группе из 30 человек было только два мальчика. Благодаря педучилищу, я научился очень просто объяснять детям сложные вещи. Это очень большая и важная школа — легко и просто рассказать о сложных вещах. В психологии это очень помогает. В педучилище было много педагогики и психологии: возрастная, детская, общая. И я был уверен, что стану педагогом. Но когда приехал поступать в АГУ на отделение «Психология — Педагогика», его опять закрыли (смеемся). Все время попадал в какие-то перестройки. Видимо, так было нужно. И я поступил на специальность «Психология — Биология». У этих направлений есть точки соприкосновения: гормоны, межклеточные взаимодействия, эволюция различных процессов, что позволяет лучше понять происходя-

щее в организме человека. Много было, конечно, и далеко стоящего: строение растения, собирание гербариев и тому подобное — ну никак не связано с психологией. И только на третьем курсе до меня дошло: как здорово, что я здесь оказался! Меня затащило. Я рад, что стал психологом. В советское время про врача и психолога говорили — это призвание: лечить людей, заботиться о них. А сейчас стало модно рассматривать эту профессию как бизнес. Чтобы много зарабатывать, нужно много вложить, ведь образование очень дорогое. Лет пять после института нужно еще совершенствоваться, это тоже много денег стоит. И раскрутиться, набраться опыта, наработать клиентов — это трудоемко и долго. Но многие предполагают, что все блага к ним сразу посыплются. А это непростой процесс. И очень жаль, что сейчас уходит вот это понятие — призвание, цельность. Психолог должен любить людей, ценить психическое здоровье, радоваться, когда идут улучшения. Сейчас же в психологию приходят все кому не лень. И эта тенденция пугает. Думаю, я мог бы быть хорошим менеджером или технарем. Мама моя всю жизнь мечтала, чтобы я был врачом, вот ее мечта почти и осуществилась. Может даже психолог и важнее какого-то специалиста, потому что душевное здоровье иной раз бывает важнее физического. Всем известно: когда человек избавляется от психологических проблем, часто бывает, что и тело лучше себя чувствует. Это взаимосвязано. Я мог бы быть любым специалистом, но очень люблю свою профессию и кайфую от нее.

**- Ну что ж, Виктор, благодарю Вас за прекрасно проведенное время. Желаю и дальше совершенствоваться в профессии и, конечно же, кайфовать от нее!**

- Спасибо!

*Елена ЮМАНОВА,  
интервьюер бренд-бюро  
PERSONA-KZ*