

# Конструируем ракеты и смыслы – от буквального к символическому

ОБЗОР КОНФЕРЕНЦИИ В САМАРЕ



## Терехина Светлана Юрьевна

- Психоаналитически-ориентированный психолог, аналитический психолог
- Член ЕАРПП (РО-Самара) и ЕСРР (Vienna, Austria).

---

Чтобы найти что-то новое  
в, казалось бы, известном,  
требуется обратиться к началу.

---

Конференции ЕАРПП — прекрасная возможность отправиться в путешествие, посетить новые города или вновь познаться с уже известными, найти в них новые смыслы. Даже если такие мероприятия проходят в виртуальном пространстве интернета, все равно каждая такая встреча неповторима. Это зависит не только от темы конференции, от прочитанных докладов, обсуждений и круглых столов, но и от аутентичной атмосферы места, города, где проходят конференции региональных отделений.

Каждая конференция ЕАРПП вносит свой вклад в общее пространство развития психоанализа и психотерапии. Такие встречи позволяют обмениваться профессиональным опытом и способствуют совместному поиску ответов на актуальные вопросы профессионалов и запросы общества. Традиционно, в апреле 2023



года в региональном отделении ЕАРПП города Самары состоялась V Межрегиональная научно-практическая конференция, которая была посвящена теме: «Любовь и ненависть: от буквального к символическому».

Участники самарских конференций всегда отмечали, что профессиональные встречи в Самаре направлены на соучастие и сотрудничество, что раскрывается в содержательных обсуждениях после выступления докладчиков.

**А знаете ли вы что:**

**Топонимика слова Самара имеет множество значений и на сегодняшний день ученые так и не пришли к единому мнению, откуда же происходит название города Самара и что оно означает.**

**Вот одно из значений, мне оно нравится, а вам? «Однажды одна гордая речка заявила: «что мне Ра? Когда я Сама Ра!» По-моему, очень эмоционально!**

**Другое значение слова Самара происходит от арабского «сурра мин раа» – «обрадуется тот, кто увидит».**

**Есть и библейское истолкование топонима, от библейской Самарии – сторожевое место, башня, сильнейшая крепость. Этот библейский образ был перенесен на волжскую Самару.<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

---

Нивелирование границ в детско-родительских отношениях, исчезновение общепринятых понятий «норма» и «патология», «дозволенное» и «недозволенное», с одной стороны, делают людей более свободными, но с другой, предъявляет более высокие требования к личностной зрелости родителей и других людей, участвующих в жизни ребенка.

---

Все мы, так или иначе, замечаем, что происходящие в социуме изменения и кризисы оказывают значительное влияние на отношения родителей и детей внутри семейной структуры, равно как и на семейную структуру в целом. В пространстве лиминальности и неопределённости возрастает психоэмоциональная нагрузка – меняется баланс между буквальным и символическим, становится труднее выдерживать амбивалентность чувств любви и ненависти.

Основная тенденция современного общества — это размывание и стирание границ. Нивелирование границ в детско-родительских отношениях, исчезновение общепринятых понятий «норма» и «патология», «дозволенное» и «недозволенное», с одной стороны, делают людей более свободными, но с другой, предъявляет более высокие требования к личностной зрелости родителей и других людей, участвующих в жизни ребенка. Сегодня родитель не может спокойно опираться на традиции и общепринятые модели воспитания.<sup>2</sup> Где, как не в Самаре (со своим символическим значением крепости, как аванпоста, особой охраняемой территории, где пересекаются важные торговые пути, где проходит граница между своим и чужим), можно начать совместный поиск ответов на такие важные вопросы: Что является проявлением любви к ребёнку, а что наносит вред его психологическому развитию? Как сегодня формируется пространство между буквальным и символическим в системе отношений «родитель – ребёнок»?

**А знаете ли вы что:**

**Старейшее письменное упоминание о населенном пункте на слиянии рек Самара и Волга было сделано арабским путешественником Ибн-Фадланом в 921 году. А в 1367 году город – пристань Samar был отмечена на карте венецианских купцов Пицигано.<sup>3</sup>**

Доклад «Символ и сознание», представленный Савичевой Еленой Петровной (PhD, психоаналитический психотерапевт, супервизор по индивидуальному и групповому психоанализу ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria), групповой супервизор IGA) отсылает

---

2 Из анонса V Межрегиональной научно-практической конференции РО ЕАРПП г. Самара «Любовь и ненависть: от буквального к символическому»

3 <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

нас к истокам симвообразования. Чтобы найти что-то новое в, казалось бы, известном, требуется обратиться к началу. Как история города начинается с первых письменных упоминаний о нем, так и погружение в тему конференции начинаем с основ понятия симвообразования.

В своем докладе Елена Петровна рассуждает об уходе из психоаналитического дискурса символики классического психоанализа. Сегодня мы уже говорим о множественной реальности и теории поля. Аналитическая ситуация в такой перспективе одновременно является полем наблюдения и полем взаимодействия. Таким образом, аналитический процесс становится динамической переменной и одновременно константой, которая представляет собой сумму взаимодействий пациента с окружением, частью которого является персона аналитика и его роль.

Клинический пример, представленный в докладе, показывает, что как доступная для нас, потомков, история города начинается с его первого упоминания на картах торговых путей, так и символ является той точкой, с которой начинается история пациента. Когда в аналитическом кабинете удастся создать особое поле, в котором запускается процесс символизации, тогда сознанию пациента становятся доступны те области психического, которые ранее были скрыты, отщеплены и давали о себе знать как неконтролируемые, неуправляемые и разрушающие силы ненависти.

**А знаете ли вы что:**

**Официальной датой основания русского города Самара считается 1586 год, когда по приказу царя Федора Иоанновича, воеводой князем Григорием Осиповичем Засекиным была построена самарская крепость.<sup>4</sup>**

Итак, в далеком 1586 году город крепость Самара встроилась в расширившиеся границы Руси и стала выполнять важное стратегическое значение по укреплению границ, а также по осуществлению контроля над волжским торговым путем в средней его части. С этого момента можно говорить о том, что отдельный город как малая группа становится составной частью большой группы – государства.

Особенностям функционирования малой и большой групп, различиям в целях и задачах, которые формулируют и разрешают малая и большая группа, а также особенностям формирования и развития символов в поле малой и большой группы был посвящен доклад «Современное мифотворчество в поле Большой группы» Тимошкиной Алины Алексеевны (к.псих.н., Президент ЕАРПП, психоаналитик, групп-аналитик, Доцент кафедры клинического психоанализа МИП, Член правления ЕСРР (Vienna, Austria); Руководитель Международной Школы Группового Психоанализа (COIRAG, EGATIN,

---

Как доступная для нас, потомков, история города начинается с его первого упоминания на картах торговых путей, так и символ является той точкой, с которой начинается история пациента.

---

4 <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

---

Главное в Большой группе то, что она удовлетворяет три важные потребности человека: потребность быть отраженным; потребность в идеализации; потребность быть похожим на других.

---

ЕСРР), Супервизор ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria) ).

В ЕАРПП с начала 2023 года запущен проект по групп-анализу «Большая группа ЕАРПП сэндвич-методом». Модель «сэндвича» подразумевает особую динамику – проводятся две малые группы, между ними большая группа. Главное в Большой группе то, что она удовлетворяет три важные потребности человека: потребность быть отраженным; потреб-

ность в идеализации; потребность быть похожим на других. Малая группа актуализирует проблематику через переносы паттернов семейных отношений. Большая группа утилизирует проблематику через диалог, который представляет собой процесс трансформации бездумья в понимание. В большой группе запускается свободно плавающая дискуссия, можно переживать и обсуждать разные, иногда противоречивые чувства; из диалога рождается мышление. Так возникает точка эмоциональной сборки, которая отличает цивилизованные группы от архаичных. Большая группа формирует микро-культуру общества с той отличительной характеристикой, что мы можем обратиться к ней и получить ответ. У большой группы есть способность гуманизировать и индивидуума, и общество одновременно.<sup>5</sup>

#### **Мятежный дух Самары:**

**В 17-18 веках Самара оказывалась в эпицентре самых известных крестьянских восстаний – Степана Разина и Емельяна Пугачева, причем во время пугачевского бунта город перешел на сторону восставших добровольно.**

**Так же добровольно, практически сразу и без кровопролития была установлена в Самаре Советская власть. Об установлении в городе советской власти объявил Валериан Куйбышев в ночь с 8 на 9 ноября 1917 года, а произошло это историческое событие в здании Театра-цирка «Олимп» – нынешней Самарской Филармонии.**

**Но и тут не обошлось без мятежного духа Самары. Летом 1918 года город был занят белочехами, и Самара на некоторое время стала центром белой мятежной Российской республики. В октябре 1918 года в город с боями вошла Красная Армия, отряды которой возглавлял Василий Иванович Чапаев. Об этих событиях напоминает памятник тачанке Чапая, установленный на площади его имени, рядом с Самарским Академическим Театром Драмы им. Горького.<sup>6</sup>**

---

5 Из анонса V Межрегиональной научно-практической конференции РО ЕАРПП г. Самара «Любовь и ненависть: от буквального к символическому».

6 <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

Тут мне вспоминаются слова Интернационала: «Кипит наш разум возмущенный.....» и далее: «Весь мир насилья мы разрушим/До основанья, а затем/ Мы наш, мы новый Мир построим:/ Кто был ничем, тот станет всем»<sup>7</sup>.

Гимн бунта был написан во Франции, но не прижился на своей родине, а стал гимном революционного движения в России. О, это упоительное чувство молодых революционеров (младенцев и подростков), когда со страстью и упорством доказывается несостоятельность любых правил и ограничений, любых авторитетов (и совсем неважно кого свергать – Царя, буржуазию или родителей). Как соблазнительно отдаться этому чувству и создать мир, в котором нет никаких правил, где господствует свобода, которая приравнивается к любви. Но история любовью революции показывает, как драматично разворачиваются события в мире без правил, границ и авторитетов; все благие намерения оборачиваются своей противоположностью. Жажда свободы и любви превращается в разрушительную ненависть.

---

Как соблазнительно отдаться  
этому чувству и создать мир,  
в котором нет никаких правил,  
где господствует свобода, которая  
приравнивается к любви.

---

Доклад: «Введение правил и ограничений как условие взросления и развития», представленный Даньшиной Натальей Александровной (психоаналитик, член Правления ЕАРПП, председатель Комитета по развитию регионов ЕАРПП, тренинговый аналитик ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria)) как раз расставляет акценты на важности требований и ограничений, как необходимых условий воспитания для развития психики ребенка.

Родители в современном нарциссическом обществе сталкиваются со сложностями в реализации этого фактора. В условиях нарциссической пустоты происходит подмена понятий: любовь становится синонимом исключительно удовлетворения, а ненависть – любой фрустрации. Поэтому детско-родительское взаимодействие зачастую превращается в бесплодную попытку избежать проживания таких сложных чувств, как стыд и агрессия. Формализация, функциональность отношений и незрелость родителей приводит к сбоям в системе «брать-давать» у ребёнка, что затрудняет, или даже полностью исключает способность благодарить. Наталья Александровна в своем докладе проводит параллель с терапевтической работой для формирования практических рекомендаций по преодолению актуальных проблем в детско-родительских отношениях.

**А знаете ли вы, что:**

**В 1895 году Максим Горький провел свой первый рабочий день в редакции «Самарской газеты» — именно благодаря этому периоду жизни Горький позже сказал, что в Самаре он «родился как писатель».**

---

<sup>7</sup> Текст принадлежит французскому поэту, анархисту, члену Первого интернационала и Парижской коммуны Эжену Потье. Был написан в дни разгрома Парижской коммуны (1871).

**Великий композитор Дмитрий Шостакович, будучи в 1942 году в эвакуации в Самаре, закончил написание и впервые исполнил свою великую «Ленинградскую» симфонию.<sup>8</sup>**

Один из лейтмотивов самарской конференции можно обозначить фразой из рекламы начала двухтысячных: «Мы такие разные – но все-таки мы вместе». Конференция – это возможность поделиться своим индивидуальным и неповторимым стилем мышления, обработки психоаналитического материала и способа его изложения.

Творческий подход к теории и практике психоаналитической работы демонстрирует в своих выступлениях Татьяна Олеговна Тишкова (редактор Журнала ЕАРПП «Пространство психоанализа и психотерапии», Супервизор ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria)). Доклады Татьяны Олеговны всегда отличаются особым художественным стилем. Слушая их, кажется, что ты окунаешься в глубокое литературное произведение и, как не редко бывает с хорошей книгой, хочется читать и снова перечитывать. Всегда остается надежда на продолжение и, желательно, в твердом переплете.

На самарской конференции Татьяна Олеговна представила доклад ««Подранки» или жизнь после разлома семьи».

Любовь и ненависть в детской психике часто не дифференцированы и выглядят как болезненный сплав боли, отчаяния и безусловной любви. Невозможность выразить свои чувства, неумение докричаться до взрослых приводят детей к болезни. Особенно трудно приходится детям разведенных родителей. Кого любить, кого ненавидеть? Как выжить и не остановиться в развитии такому ребенку? Целостность семьи нарушена, мир разломился надвое и воспринимается через фильтр катастрофы, плюс становится минусом, любовь меняется на ненависть. Кажется, что путешествие от трагедии к вере в лучшее невозможно. Аналитическая терапия детей и подростков помогает увидеть свет в конце тоннеля, набраться сил для проявления своих чувств и найти баланс любви и ненависти.

**А знаете ли вы что:**

- именно в Самаре в конце 19 века был изобретён баян, который позднее стал культовым русским музыкальным инструментом;
- именно в Самаре в 1915 году был запущен первый в России трамвай;
- именно в Самаре 18 ноября 1927 года родился Эльдар Александрович Рязанов, советский и российский кинорежиссер.<sup>9</sup>

Доклад «Ритмы любви и ненависти в психоаналитическом кабинете. Рифмы ревери», представленный Терехиной Светланой Юрьевной (психоаналитически ориентированный психолог, член ЕАРПП РО Самара) – еще один вариант оригинального и творческого подхода к психоаналитической работе. Докладчик делится собственным опытом работы с материалом аналитических сессий.

---

<sup>8</sup> <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

<sup>9</sup> <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

Аналитик пытается символизировать свое переживание, связанное с пациентом, и говорить о нем себе самому, какими бы отдаленными от пациента ни казались эти фантазии. Такие размышления нередко складываются в стихи, в рифмованные мысли «О» и этот процесс стихосложения превращается в схватывание переживания в языке.

Иосиф Бродский говорил, что поэзия дает прозе “великую дисциплину”; так же поэзия дает великую дисциплину для аналитического слушания и размышления. Такой процесс можно назвать ревери аналитика, которое накапливает смысл. Без ритма не будет рифмы, точно также не будет рифмы и без слов (контейнеров смыслов), т.е. стихотворная форма приводит к сотрудничеству любви и ненависти. Благодаря Эросу есть возможность связывать, благодаря Танатосу – прерывать; возникает ритмическая пульсация, которая порождает смысл и контейнирует тревогу неопределенности.

А знаете ли вы что: постреволюционные перемены отразились в переименовании многих улиц и площадей Самары. После смерти Михаила Фрунзе в городе появилась улица его имени, после смерти Валериана Куйбышева его именем были названы не только улица и главная городская площадь, но и сам город стал называться Куйбышевым. Соответственно, и вся область стала Куйбышевской. А крупнейшее водохранилище Евразии до сих пор носит название Куйбышевского, напоминая о существовании когда-то города с таким именем. В начале 90-х годов городу вновь вернули название Самара.<sup>10</sup>

---

В условиях нарциссической пустоты происходит подмена понятий:  
любовь становится синонимом исключительно удовлетворения,  
а ненависть – любой фрустрации.

---

Нам всем бывает обидно, когда нас не замечают, не отражают, забывают наши имена или называют нас другим именем. Обида – сложное чувство, в котором легко потонуть, оно тянет на дно и опускает уголки губ в вечно печальной гримасе. А бывает и невозможно отказаться от «обиды» если это – единственно возможный способ выстраивания отношений со значимыми другими. И если не «обида», то что вместо нее? Возможность говорить об обиде снижает накал страстей и позволяет избежать соматизации. На конференции Гридаева Галина Витальевна (врач-психотерапевт, психоаналитик, заместитель главного редактора журнала ЕАРПП «Пространство психоанализа и психотерапии», руководитель Центра Современного Психоанализа, Вице-Президент ЕАРПП, супервизор ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria)) представила доклад «Зыбучие пески обиды: между любовью и ненавистью».

«Обида» в психоаналитической паре рассмотрена очень тщательным образом, через увеличительное стекло профессионального опыта аналитика. Мы исследовали характеристики обиды и ее диагностический и прогностический потенциал; проявления

---

<sup>10</sup> <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

---

Конференция – это возможность поделиться своим индивидуальным и неповторимым стилем мышления, обработки психоаналитического материала и способа его изложения.

---

обиды у людей с различным типом характера; проявления обиды в переносно-контрпереносных отношениях.

В дискуссии после доклада обсуждалось, что психоаналитик – тоже человек и никакие чувства ему не чужды, в том числе и чувство обиды. В аналитической паре потребности аналитика часто фрустрированы, важно удовлетворять их в жизни – интересной, насыщенной, богатой

отношениями с любимыми людьми. Если специалист не замечает или подавляет свой гнев и не находит способа его выразить, то все это может привести к соматизации, профессиональному выгоранию или отыгрыванию через обрыв терапии. Такое понимание «очеловечивает» персону психоаналитика, снимает его с нарциссического пьедестала и помогает выбраться из дебрей всемогущества.

**А знаете ли вы что: в годы Второй Мировой войны город Куйбышев готовился принять на себя роль российской столицы. В городе были расквартированы многие члены правительства, дипломатические консульства, посольства многих стран, творческая элита, в том числе Мосфильм и труппа Большого театра. Символично, что на центральной площади города проходил Парад – дублер Военного парада в Москве 7 ноября 1941 года. Об этом историческом событии напоминает Памятный знак на площади Куйбышева.<sup>11</sup>**

С особо сильными чувствами мы сталкиваемся в психоаналитическом кабинете, когда работаем с доэдипальными пациентами. Тогда аналитический кабинет может превратиться в поле битвы или в шпионский молчаливый детектив. Такие пациенты стабильно используют примитивные защиты и формируют нарциссический перенос в терапии. Любовь у доэдипальных пациентов проявляется внешне невидимым образом, через удерживание и непроявление агрессии, что позволяет им сохранять связь со значимым объектом, в том числе с аналитиком. О «Любови и ненависти в работе с доэдипальными пациентами» рассказывал Ян Олегович Федоров (к.м.н., Супервизор Российской Психотерапевтической Ассоциации; Супервизор ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria)).

В терапии доэдипальных пациентов можно добраться до любви, если идти через вербализацию агрессии. Тогда наш кабинет может служить полигоном, запасным аэродромом и безопасным пространством – «дублером» реальности, где возможно «научиться заново ходить», чувствовать и выстраивать отношения, а со временем провести собственный «парад победы» над невзгодами и неурядицами жизни.

**А знаете ли вы что: в Самаре находится Бункер Сталина, построенный для главнокомандующего страны во время Второй Мировой войны.**

---

<sup>11</sup> <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

Он находится на Чапаевской площади под зданием Академии культуры и его можно осмотреть в составе экскурсии. Для Лаврентия Бери, кстати, строился отдельный бункер на Хлебной площади, а для Михаила Калинина на Площади Куйбышева со стороны Вилоновской улицы. Этот бункер сегодня является Пунктом управления Самарского военного округа. Под Театром оперы и балета есть еще бункер. А вот подземное укрытие для товарища Жукова располагалось под санаторием «Волга».<sup>12</sup>

Психическое здоровье – это довольно уязвимая тема. А вопрос детских психозов – еще более деликатный и болезненный, особенно для родителей ребенка, страдающего психозом. Дементьева Екатерина Владимировна (психоаналитик, член ЕАРПП, Самара) в докладе: «Проявление любви и ненависти у детей, страдающих психозом» красноречиво рассказывает особенности и сложности работы с такими детьми.

Детский психоз имеет разные формы и проявления, он сложен в диагностике и лечении. Психоз – наивысшая, катастрофическая степень дезорганизации психической деятельности.

---

Любовь и ненависть в детской психике часто не дифференцированы и выглядят как болезненный сплав боли, отчаяния и безусловной любви.

---

В продолжение темы детских психозов и работы с ним остановлюсь на докладе «Возвращение из «ада. Клинический случай девочки 7 лет» Викторова Евгения Андреевича (председатель РО – Самара, специалист ЕАРПП, ЕСРР (Vienna, Austria)).

Доклад посвящён клиническому случаю терапии девочки младшего школьного возраста, переполненной ненавистью. Задача специалиста состояла в том, чтобы позволить девочке выплеснуть накопившуюся мощную, разрушительную энергию ненависти и остаться при этом стабильным, целостным, принимающим и помогающим Взрослым. Это была очень сложная задача – соприкоснуться с ненавистью, принимать ее без страха, сохраняя способность наблюдать и сопровождать ребенка в процессе терапии. Остаться в живых под бомбардировкой ненавистью.

Нередко в работе с детьми специалисты отмечают, что родитель как бы исключен из контакта со своим ребенком. В таком случае и ребенок, и родитель чувствуют свою беспомощность, проявляющуюся в агрессии и друг к другу, и к окружению и к аналитику. Тогда аналитическая работа и аналитический кабинет становятся своего рода местом выстраивания здоровых границ, безопасной средой, бункером, где становится возможным возвращение или возвращение заинтересованности родителя в контакте со своим ребенком, где происходит укрепление связей внутрисемейного контакта.

---

12 <https://russo-travel.ru/info/istoriya-samary/> © Путеводитель по России

Доклады, построенные на разборе клинических случаев, для участников конференции становятся своеобразной экскурсией в бункер психоаналитического кабинета, где мы можем увидеть реальную работу аналитика и сопереживать ему в столь сложной, но очень нужной работе.

**А знаете ли вы что: Самара – это город самолето- и ракетостроения. Ракетносители Р-7, производимые на самарском предприятии «ЦСКБ-Прогресс», дали старт практически всем российским космонавтам. Памятник ракетносителю «Союз» находится на площади Дмитрия Козлова. Эта настоящая ракета установлена у входа в музей «Самара космическая». Самый массовый советский реактивный пассажирский самолет ТУ-154 был сконструирован в Самаре.**

Завершилась конференция по традиции (еще со времен короля Артура) круглым столом, модераторами которого были Кочеткова Ирина Михайловна (психоаналитически ориентированный психолог, специалист ЕАРПП, РО Самара), Пачколина Анастасия Владимировна (психолог-психоаналитик, аналитический психолог, член ЕАРПП РО – Самара) и Высоцкая Мария Михайловна (психоаналитический психолог; к.филол.н., преподаватель КГУ им. И. Арабаева, член КПА г. Бишкек, член ЕАРПП РО Москва). Мы размышляли, что есть маска любви, а что есть маска одиночества и как можно совместить философские размышления о любви и одиночестве прошлого и объективную реальность современности. Как это «любить с умом», а не безумно, и если любить, то хорошо, если у этой любви есть смысл.

Теперь вы многое знаете о Самаре, такой древней, такой мятежной, такой творческой и космической, такой надежной и радушной. Наше время, говорят, нестабильно, непредсказуемо, говорят, что разрушительно – это прекрасное и ужасное время перемен. Мы все меняемся: и города, и даже континенты, незримо для человеческого глаза, меняют свои очертания. Сама вселенная находится в постоянном режиме сжатия и расширения. Так и психоанализ как теория и практика работы с человеком, и как способ познания окружающей действительности находится в постоянном движении и изменении. На сегодняшний день можно говорить о том, что современная психоаналитическая работа из искусства толкования приходит к искусству выдерживания тех проективных идентификаций, которыми переполнены современные пациенты, приходящие в психоаналитический кабинет. Наши профессиональные конференции помогают наблюдать за такими изменениями и трансформациями, аккумулируют опыт коллег и обогащают наш внутренний мир.

А наблюдать из красивого, теплого и безопасного места приятней вдвойне. Кстати, именно в Самаре находится самая красивая и протяженная набережная в России, ее протяженность составляет почти 5 км. Надеемся на следующую шестую Межрегиональную научно-практическую конференцию в ЕАРПП РО Самара в очном формате.

---

Возможность говорить  
об обиде снижает накал  
страстей и позволяет избежать  
соматизации.

---