



Научная статья

УДК 159.9

<https://doi.org/10.24158/spp.2026.7.12>

Научное обоснование эмоционально-образной терапии: теоретический обзор

Екатерина Юрьевна Прокопенкова

Независимый исследователь, Москва, Россия,

protocol21vek@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-8944-7996>

Аннотация. В статье представлен систематический теоретический обзор научных оснований эмоционально-образной терапии (ЭОТ) – отечественного психодинамического метода, разработанного Н.Д. Линде. В отличие от предшествующих работ, носящих преимущественно описательный характер, в данном исследовании концептуальный аппарат ЭОТ встраивается в широкий контекст фундаментальных психологических и нейрофизиологических теорий. Центральный тезис работы состоит в том, что ключевые конструкты ЭОТ (энергетическая метафора эмоций, образ как репрезентация конфликта, переход от объектной к субъектной позиции) имеют теоретическое обоснование в фундаментальных научных подходах, а также эмпирическое подтверждение в современных исследованиях. Впервые терапевтический процесс в ЭОТ интерпретируется через модель опосредования субъектности (знак – метафора – символ), и это позволяет предложить объяснение механизмов устойчивых личностных изменений. Проведен критический анализ имеющихся эмпирических исследований эффективности ЭОТ, обозначены методологические ограничения и перспективы развития его доказательной базы. Результаты работы могут быть использованы как для планирования эмпирических исследований, так и в клинической практике.

Ключевые слова: эмоционально-образная терапия, ЭОТ, имажинативные методы, психодинамический конфликт, субъектность, эмпирическая валидация, образ

Финансирование: инициативная работа.

Для цитирования: Прокопенкова Е.Ю. Научное обоснование эмоционально-образной терапии: теоретический обзор // Общество: социология, психология, педагогика. 2026. № 7. С. 99–110. <https://doi.org/10.24158/spp.2026.7.12>.

Original article

Scientific Substantiation of Emotion-Image Therapy: A Theoretical Review

Ekaterina Yu. Prokopenkova

Independent Researcher, Moscow, Russia,

protocol21vek@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0005-8944-7996>

Abstract. The article presents a systematic theoretical review of the scientific foundations of Emotion-Image Therapy (EIT) – a Russian psychodynamic method developed by N.D. Linde. Unlike previous works, which have been predominantly descriptive, this study integrates the conceptual framework of EIT into the broader context of fundamental psychological and neurophysiological theories. The central thesis of the article is that the key constructs of EIT (the energetic metaphor of emotions, the image as a representation of conflict, and the transition from an object to a subject position) are theoretically grounded in fundamental scientific approaches and empirically supported by contemporary research. For the first time, the therapeutic process in EIT is interpreted through the model of subjectivity mediation (sign – metaphor – symbol), which allows for an explanation of the mechanisms underlying sustainable personality change. A critical analysis of available empirical studies on the effectiveness of EIT is conducted, and the methodological limitations and prospects for developing its evidence base are outlined. The results of the study can be used both for planning empirical research and in clinical practice.

Keywords: emotion-image therapy, EIT, imaginal methods, psychodynamic conflict, subjectivity, empirical validation, imagery

Funding: Independent work.

For citation: Prokopenkova, E.Yu. (2026) Scientific Substantiation of Emotion-Image Therapy: a Theoretical Review. *Society: Sociology, Psychology, Pedagogics.* (7), 99–110. Available from: [doi:10.24158/spp.2026.7.12](https://doi.org/10.24158/spp.2026.7.12) (In Russian).

Введение. Эмоционально-образная терапия (ЭОТ) представляет собой отечественный метод психодинамического направления психологии, разработанный Н.Д. Линде в начале 1990-х гг. За более чем три десятилетия метод приобрел институциональные формы (центр и институт ЭОТ,

секция в Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиге), накоплен обширный клинический опыт. Однако теоретическое обоснование ЭОТ до настоящего времени остается фрагментарным и не встроенным в систему фундаментальных психологических и нейрофизиологических знаний, что создает риск изоляции метода от академической науки и затрудняет его эмпирическую валидацию.

В работах Н.Д. Линде (Линде, 2004; 2013) представлены базовые принципы и техники ЭОТ, однако систематического теоретического анализа, соотносимого с современными научными теориями эмоций, образного мышления и субъектности, до настоящего времени не проводилось. Таким образом, существует исследовательский пробел между практической востребованностью метода и его теоретической репрезентацией в научном дискурсе.

Гипотеза исследования заключается в том, что ключевые конструкты ЭОТ (энергетическая метафора эмоций, образ как репрезентация конфликта, переход от объектной к субъектной позиции) могут быть обоснованы в контексте фундаментальных психологических и нейрофизиологических теорий.

Цель статьи – теоретически обосновать ключевые конструкты метода ЭОТ, соотнося их с фундаментальными психологическими и нейрофизиологическими теориями, и наметить направления развития доказательной базы.

Для достижения цели решаются следующие задачи:

- проанализировать базовые конструкты ЭОТ на предмет соответствия фундаментальным научным теориям;
- предложить интерпретацию терапевтического процесса как последовательной трансформации переживания – от вербализованных штампов через создание спонтанного образа к интеграции в целостный личностный смысл;
- провести критический анализ накопленных эмпирических исследований эффективности ЭОТ;
- определить направления исследований, необходимые для укрепления доказательной базы.

Объект исследования – эмоционально-образная терапия как психотерапевтический метод; предмет – ее теоретические основания и эмпирический статус.

Методологическую основу составляет сравнительно-теоретический анализ, предполагающий сопоставление понятийного аппарата ЭОТ с теорией функциональных систем П.К. Анохина, субъектно-деятельностным подходом С.Л. Рубинштейна, теорией поля К. Левина, биоинформационной теорией П. Лэнга, а также с экспериментальными работами А.Р. Лурии и Э.Р. Канделя.

В данной статье впервые предпринята попытка системного встраивания понятийного аппарата ЭОТ в контекст фундаментальных теорий, предложена интерпретация терапевтического процесса через модель опосредования (знак – метафора – символ). Также представлен систематизированный анализ эмпирической базы метода, создающий основу для последующих обобщений.

Вклад работы в теоретическом плане состоит в систематизации основных положений ЭОТ и их соотношении с понятийным аппаратом академической психологии, что создает основу для научной дискуссии и дальнейшей концептуальной разработки метода.

Практическая значимость работы определяется тем, что предложенная модель опосредования позволяет рассматривать терапевтический процесс как последовательную актуализацию уровней субъектности клиента (Волкова и др., 2010). Эта модель может служить основой для определения стратегии терапевтической работы и критериев устойчивых изменений.

Теоретические конструкты ЭОТ и их эмпирическое обоснование. Базовым теоретическим положением ЭОТ является представление об эмоциональных процессах как о психической энергии, направленной на реализацию желаний. Психологическая проблема возникает в ситуации «тупика», когда энергия желания не может быть реализована, но и не может исчезнуть. Формула проблемы, согласно ЭОТ, выглядит следующим образом: «желание не может быть удовлетворено, но не может энтропировать» (Линде, 2004).

Понятие «психическая энергия» в современной академической психологии рассматривается как эвристическая метафора. Она полезна для клинического моделирования, но не имеет прямого физического коррелята (Фесик, 2025). В ЭОТ энергетическая модель используется именно в этом ключе – как инструмент для структурирования терапевтического диалога, а не как утверждение о природе психики.

На основе этой метафоры в ЭОТ разработана классификация шести типов психодинамического конфликта: фиксация на недостижимом желании, на неизбежном нежелательном, амбивалентность, конфликт выбора, двойной зажим и кольцевая модель. Шестой тип конфликта описывается в психотерапевтической литературе как классический случай, когда «следствие само становится активизирующим событием», что особенно характерно для тревожных и психосоматических расстройств¹.

¹ Психотерапевтическая энциклопедия / ред.: Б.Д. Карвасарский. СПб., 2000. 1024 с.

Данная типология соответствует классической теории поля К. Левина, который определял конфликт как ситуацию действия противоположно направленных сил равной величины и выделял три типа конфликтов: между двумя положительными валентностями, двумя отрицательными и амбивалентный (Левин, 2000). Как отмечает Н.В. Гришина, в теории поля К. Левина конфликт понимается как ситуация, в которой на индивида действуют противоположно направленные силы примерно равной величины. При этом важно подчеркнуть, что эти «силы» или «валентности» являются не объективными характеристиками внешней ситуации, а результатом субъективного восприятия индивидом окружающих объектов¹. Данное обстоятельство сближает теорию поля К. Левина с методологией ЭОТ, где работа строится не с объективной ситуацией, а с ее субъективной образной репрезентацией.

Физиологическую основу «энергетического тупика» раскрывает теория эмоций П.К. Анохина (Анохин, 1949): отрицательная эмоция возникает при рассогласовании между ожидаемым и реальным результатом. Если результат не достигнут, напряжение сохраняется – это и есть «энергетическая фиксация» в терминах ЭОТ. Трансформация образа снимает это рассогласование, переводя систему в адаптивное состояние.

Развивая идеи П.К. Анохина, Е.А. Юматов в динамической теории эмоций показал, что эмоциональное напряжение формируется последовательно на разных этапах целенаправленного поведения в зависимости от соотношения прогнозируемой вероятности и реального достижения результата, а также индивидуально-личностных черт (Юматов, 2019). В работе о двойственности природы эмоций и стресса Е.А. Юматов подчеркивает, что хроническая неудовлетворенность потребности порождает непрерывное отрицательное эмоциональное состояние, которое имеет как патогенетическое, так и адаптивное значение (Юматов, 2022). Это согласуется с пониманием «энергетической фиксации» в ЭОТ как состояния хронического рассогласования, которое, с одной стороны, дезорганизует поведение, а с другой – содержит потенциал для адаптивной перестройки через трансформацию образа.

Энергетическая метафора не предполагает прямого измерения «психической энергии». Однако эффективность работы с «эмоциональной фиксацией» может быть оценена через клинические и психофизиологические показатели, интерпретируемые как маркеры разрешения внутреннего конфликта.

Данные, подтверждающие это, представлены в исследовании М.М. Ицковича, И.Г. Поляковой, Э.Э. Сыманюка, проведенном на выборке 263 женщин с идиопатическим бесплодием. В основе психокоррекционной программы лежали подходы ЭОТ, направленные на снижение влияния гормонов дистресса на органы-мишени репродуктивной функции. В экспериментальной группе (n = 87) частота наступления беременности составила 29,7 % против 21,4 % в контрольной группе (n = 176). Исследователи отмечают статистически достоверное снижение показателей дезадаптации и волевой напряженности, а также повышение конструктивности поведения после психокоррекции. Эти изменения интерпретируются в рамках энергетической модели как разрешение хронического стрессового напряжения («энергетического зажима»), блокирующего репродуктивную функцию. Надо сказать, что исследователи использовали комплексный протокол, включающий элементы символдрамы и когнитивно-поведенческой терапии, что не позволяет изолировать специфический эффект именно ЭОТ (Ицкович и др., 2024: 225). Авторы рассматривают данное исследование как пилотное и указывают на необходимость дальнейшей разработки метода с более строгим дизайном.

Тезис о том, что бессознательное говорит на языке образов, имеет глубокие корни в психоаналитической традиции. З. Фрейд рассматривал сновидения как «царский путь к бессознательному» и анализировал образы сновидений как означающие, требующие интерпретации (Фрейд, 1913). К.Г. Юнг пошел дальше, предлагая пациентам выражать свои мечты и фантазии в рисунках и рассматривая образы как проявление универсальных архетипов бессознательного².

Этот фундаментальный принцип стал центральным методологическим тезисом в ЭОТ – «образы являются языком бессознательного» (Линде, 2004). Образ связан с эмоцией непосредственно и позволяет влиять на глубинные процессы, минуя защитные механизмы сознания. Вербальное воздействие на эмоции рассматривается как ограниченно эффективное, поскольку слова являются содержанием сознания, тогда как эмоции – содержанием бессознательного.

Важно подчеркнуть, что в ЭОТ работа строится именно со спонтанными образами – клиенту предлагается сосредоточиться на актуальном чувстве или телесном ощущении и позволить образу возникнуть самопроизвольно, без сознательного конструирования (Линде, 2004). Этот методологический принцип находит теоретическое обоснование в концепции «эмоционального радикала» П.Я. Гальперина. Согласно ему, любой проблеме соответствует устойчивый эмоциональный тон,

¹ Гришина Н.В. Психология конфликта : учебное пособие. СПб., 2008. 544 с.

² Юнг К.Г. Очерки по психологии бессознательного. М., 2010. 346 с.

который находит выражение в спонтанном образе, причем выбор образа происходит не по логическому, а по эмоциональному принципу¹. Этот механизм находит подтверждение в концепции «когнитивного бессознательного» (Kihlstrom, 1987), подчеркивающей, что значительная часть когнитивных процессов, включая порождение образов, протекает вне сознательного контроля и подчиняется собственным ассоциативным законам. Иными словами, спонтанно возникающий образ является не случайным продуктом воображения, а закономерным выражением «эмоционального радикала» – чувства и эмоции, обусловленными глубинным внутренним конфликтом. Именно поэтому в ЭОТ терапевт не предлагает клиенту готовую тему для визуализации, а опирается на тот образ, который рождается из самого переживания, – это обеспечивает прямой доступ к бессознательному материалу, минуя рациональные защиты.

Однако, чтобы понять, почему образ обладает такой силой, необходимо обратиться к нейрофизиологическим теориям. Значительное обоснование силы образной работы предоставляет биоинформационная теория эмоциональных образов П. Лэнга (Lang, 1979; Lang et al., 2016). Ученый постулирует, что ментальный образ – это не пассивная репрезентация, а активная концептуальная сеть, включающая перцептивную, семантическую и соматовисцеральную информацию. Это означает, что образ не просто «картинка в голове», а структура, которая напрямую активирует физиологические и поведенческие системы организма. В методологии ЭОТ данный принцип находит прямое применение: работа строится через телесное ощущение – клиент фиксирует соматовисцеральное проявление чувства (его локализацию, качество, интенсивность), а затем позволяет этому ощущению воплотиться в спонтанный образ. Терапевтический эффект ЭОТ, основанный на трансформации образа и его последующей интеграции в телесный опыт, становится возможным именно потому, что образ связан с физиологическими системами, а не только с когнитивными процессами. Изменение его влечет за собой изменение телесного и эмоционального состояния, что согласуется с центральным постулатом теории П. Лэнга об образе как активной концептуальной сети, управляющей соматовисцеральными паттернами.

Дополнительное объяснение устойчивости изменений дает теория функциональных систем П.К. Анохина² (Анохин, 1949). Согласно исследователю, поведение строится на основе акцептора результата действия – физиологической модели ожидаемого будущего, формирующейся в мозге до действия. Эмоция возникает при сравнении этой модели с реальным результатом: совпадение дает положительную эмоцию, рассогласование – отрицательную. В контексте ЭОТ устойчивый негативный образ («камень в груди») может быть понят как «застывший акцептор» – модель ожидаемого дискомфорта. Трансформация образа в терапии – это перестройка самой модели прогнозируемого будущего, что, согласно П.К. Анохину, обеспечивает долгосрочный эффект, а не временное облегчение.

Из этого следует еще один важный вопрос: если изменение образа действительно меняет состояние, то что происходит в мозге на нейробиологическом уровне? Фундаментальный ответ на этот вопрос дают работы Э.Р. Канделя (Кандель, 2018). Ученый показал, что психотерапия, как и любое обучение, действует на уровне синаптических связей, изменяя их силу и структуру. Психотерапевтические интервенции приводят к изменению экспрессии генов и, как следствие, к структурно-функциональной перестройке нейронных ансамблей. Это открытие создает нейробиологический фундамент для понимания механизмов ЭОТ: целенаправленное изменение образа может рассматриваться как специфическая форма обучения, приводящая к перестройке патологических нейронных сетей.

Экспериментальные данные последних лет подтверждают этот тезис с разных сторон. Исследование С. Трабанелли и коллег (Trabanelli et al., 2025) показало, что образная репрезентация угрозы в виртуальной реальности запускает нейроэндокринные реакции по НРА-оси (гипоталамо-гипофизарно-надпочечниковая ось), что подтверждает: для нейроэндокринной системы образная угроза эквивалентна реальной. Электрофизиологические исследования Ф. Зюсс и Р. Абдель Рахман (Suess, Abdel Rahman, 2015) дополняют эти данные, демонстрируя, что уже на доосознанных этапах обработки мозг не различает внешний и внутренний источник эмоционального сигнала. В совокупности эти работы показывают, что образ обладает физиологической реальностью как на нейроэндокринном, так и на электрофизиологическом уровне.

Более того, существует отдельный нейронный путь для неосознаваемой эмоциональной обработки. В исследовании группы нейробиологов под руководством А. Эткина (Etkin et al., 2004) было показано, что при неосознаваемом испытуемыми восприятии угрозы активируется базальная область миндалевидного тела, тогда как при осознанном восприятии – дорзальная часть миндалины.

Нейропсихолог Г. Гайнотти (Gainotti, 2021) дополняет эту картину, указывая на доминирующую роль правого полушария в неосознаваемых формах эмоциональной обработки. Правое

¹ Гальперин П.Я. Лекции по психологии. М., 2007. 400 с.

² Анохин П.К. Эмоции // Большая медицинская энциклопедия. 1963. Т. 35. С. 339–358.

полушарие связано с формированием довербальных имплицитных воспоминаний – тех следов опыта, которые были запечатлены до того, как у человека сформировалась речь.

Таким образом, результаты этих экспериментальных исследований выстраиваются в единую доказательную цепочку: образ физиологически реален для организма, активирует механизмы неосознаваемой обработки, минуя сознательный контроль, и получает прямой доступ к довербальным эмоциональным следам памяти через правополушарные пути. Именно эти свойства объясняют терапевтический потенциал ЭОТ: трансформация образа позволяет перестраивать эмоциональный опыт на уровне, недоступном для вербальных интервенций.

Если приведенные выше данные демонстрируют нейрофизиологические корреляты образной обработки на уровне мозга, то работа А.Р. Лурии дополняет эту картину, показывая, как эмоциональный конфликт проявляется в телесных и двигательных реакциях, даже если он не осознается субъектом. Изучая механизмы дезорганизации поведения в состоянии аффекта, А.Р. Лурия разработал «сопряженную моторную методику» (сочетающую словесные ассоциации с регистрацией двигательных реакций), которая позволяла объективно регистрировать бессознательные проявления эмоционального конфликта (Лурия, 2002).

Данное открытие имеет прямое отношение к методологии ЭОТ, где первым шагом в работе с проблемой является определение клиентом телесных проявлений нежелательного чувства (его локализации, качества, интенсивности). Поскольку конфликт закономерно отражается в теле, эти ощущения служат не случайными симптомами, а диагностическими маркерами глубинного эмоционального состояния. Таким образом, работа А.Р. Лурии создает экспериментальную основу для ключевого принципа ЭОТ: регистрируемые телесные реакции являются объективным «входом» в бессознательный конфликт, который затем может быть проработан через его образную репрезентацию. Этот вывод о связи телесных проявлений и бессознательного конфликта находит прямое подтверждение в клинических исследованиях эффективности ЭОТ.

Переходя от нейрофизиологических экспериментов к клиническим данным, можно отметить, что эффективность образной работы в психотерапии находит подтверждение в исследованиях как самого метода ЭОТ, так и схожих подходов, работающих с образами.

Прямое клиническое подтверждение эффективности именно ЭОТ представлено в исследовании И.В. Трифоновой (Трифонова, 2025), проведенном на выборке демобилизованных участников боевых действий ($n = 30$). В нем сравнивались три метода работы с посттравматическим стрессовым расстройством. Положительная динамика в группе ЭОТ составила 63 %, тогда как в группе EMDR – 43 %, в группе КПТ – 33 % ($p < 0,05$). Автор предполагает, что более высокая эффективность ЭОТ связана с тем, что работа через образ позволяет актуализировать и трансформировать скрытые образы травматического опыта, минуя когнитивные защиты, что особенно важно при глубокой деформации сознания и речевых изменениях, характерных для данной категории пациентов. Ограничением исследования является малый размер выборки (по 10 человек в каждой группе) и отсутствие независимых репликаций.

Дополнительные доказательства потенциала образной работы предоставляют нейрофизиологические исследования. В работе Ю.Л. Орли (Орли, 2024), выполненной на базе Института психологии РАН с использованием энцефалографии (31 отведение), в ходе 110 психотерапевтических мини-сессий сравнивались четыре типа интервенций, включая эмоционально-образную. Результаты показали, что при эмоционально-образной интервенции выявлены специфические изменения в мощности альфа-ритма во фронтальном отведении F3, что может рассматриваться как нейрофизиологическое подтверждение воздействия на нейрональные механизмы обработки эмоциональной информации. Поскольку эмоционально-образная интервенция в данном исследовании по своему принципу (работа с образом проблемного переживания) близка к методологии ЭОТ, эти данные создают дополнительную основу для понимания нейробиологических механизмов, лежащих в основе эффектов ЭОТ, хотя и не являются прямым доказательством результативности именно этого метода.

Потенциал образной работы подтверждают и западные исследования – как клинические (в области терапии рескриптинга образов), так и фундаментальные (в области экспериментальной психологии). Метаанализ терапии рескриптинга образов (Pelzer et al., 2025) показал значительное снижение уровня стыда ($g = -0,76$), гнева ($g = -0,81$) и печали ($g = -0,77$). В серии экспериментов ученых (Holmes, Mathews, 2005; Holmes et al., 2008) было показано, что мысленное представление материала (в отличие от его вербальной обработки) не только усиливает эмоциональную реакцию, но и активирует более богатые сенсорные и автобиографические ассоциации, что делает образный путь мощным модулятором аффекта. Эти данные, хотя и получены на других методах, создают презумпцию правдоподобия для терапевтического потенциала образной работы в целом, что косвенно поддерживает методологию ЭОТ.

В основе ЭОТ лежит фундаментальное для отечественной психологии различие позиций «объекта» и «субъекта», восходящее к субъектно-деятельностному подходу С.Л. Рубинштейна. Ученый определял субъекта как «реального человека, выступающего в единстве своих социальных

связей, внутреннего мира, практической и познавательной деятельности» и подчеркивал, что «человек не только находится в определенном отношении к миру и определяется им, но и относится к миру и сам определяет это свое отношение» (Рубинштейн, 1973). В более поздних работах С.Л. Рубинштейн развивает эти идеи, рассматривая субъектность как онтологическую характеристику человека, определяющую способ его бытия в мире и отношения к себе (Рубинштейн, 1997).

Из этого определения следует, что утрата субъектности может быть связана с ситуациями, в которых человек перестает осознанно определять свое отношение к происходящему и оказывается включенным в автоматические, стереотипные паттерны реагирования. В ЭОТ такое состояние рассматривается как фиксация, при которой клиент занимает пассивную позицию по отношению к собственным эмоциям и стереотипам, что ограничивает его способность к осознанному выбору. Таким образом, в рамках ЭОТ данное теоретическое различие находит практическое применение: оно позволяет терапевту и клиенту совместно исследовать, в каких аспектах жизни клиент действует как пассивный «объект» обстоятельств или автоматических реакций, а в каких – как активный «субъект», способный к осознанному выбору. Цель терапии, согласно Н.Д. Линде (2013), заключается в восстановлении субъектной позиции, включающей автономность, аутентичность и ответственность. В рамках метода разработаны шесть критериев отличия субъекта от объекта: автономность, аутентичность, способность к самотрансформации, развитию, трансценденции и многомерность. Эти критерии соотносятся с современными представлениями о структуре субъектности (Кисова, 2019; Манакова, 2018).

Однако для терапевтической практики недостаточно просто декларировать субъектность как цель – необходимо понимать, каким именно образом она восстанавливается. В ЭОТ таким механизмом выступает работа с образом. Согласно концепции П.Я. Гальперина, любой проблеме соответствует устойчивый эмоциональный тон – так называемый «эмоциональный радикал», который находит выражение в спонтанно возникающих образах¹. Выбор образа происходит не по логическому, а по эмоциональному принципу: образ резонирует с глубинным переживанием, а не описывает его рационально. Поэтому трансформация образа проблемного чувства в процессе терапии, будучи направленной на этот «эмоциональный радикал», позволяет воздействовать на глубинные слои самосознания личности и ведет к перестройке устойчивых структур самоотношения и Я-концепции в целом. Это объясняет долгосрочный, личностный характер изменений, достигаемых в ЭОТ (Линде, 2004; 2015).

Эмпирическую проверку данного механизма позволяют провести исследования, направленные на коррекцию самоотношения, поскольку позитивное самоотношение является одним из ключевых индикаторов субъектной позиции. В исследовании С.Н. Карабибер на выборке 25 женщин в возрасте 25–40 лет показано, что после применения ЭОТ число испытуемых с нормальным самоотношением выросло с 48 до 76 % (достоверность изменений доказана с помощью Т-критерия Вилкоксона на уровне 99 и 95 %) (Карабибер, 2024). Исследователь отмечает снижение конформности и амбивалентности, повышение уровня самоуважения. Эти изменения отражают переход от пассивной, зависимой позиции («объекта») к активной, автономной позиции («субъекта»). Ограничением данного исследования является небольшой размер выборки и отсутствие контрольной группы.

Наиболее показательные данные получены в исследовании М.А. Мироненко, В.С. Кузнецовой и Т.А. Поповой (Мироненко и др., 2026) на выборке 120 женщин (24–58 лет). В экспериментальной группе ($n = 66$) зафиксирован статистически значимый рост всех показателей опросника самоотношения ($p < 0,001$), а также повышение уровня субъективного благополучия. Корреляционный анализ выявил качественную перестройку системы самоотношения: коэффициент корреляции между глобальным самоотношением и субъективным благополучием возрос с $r = 0,267$ до $r = 0,654$ ($p < 0,001$). Ученые отмечают, что самоотношение выступает базовым регулятором субъективного благополучия, определяя общую оценку человеком своей жизни (Мироненко и др., 2026). Полученные данные свидетельствуют об интеграции ранее разрозненных компонентов самосознания в единую систему саморегуляции – именно тот эффект, который теоретически ожидается от восстановления субъектной позиции. В контрольной группе ($n = 54$) значимых изменений не обнаружено. Ограничением исследования является выборка, состоящая только из женщин с высокой мотивацией. Важно отметить, что данное исследование выполнено исследователями, не имеющими прямой аффилиации со школой ЭОТ, что повышает его ценность для независимой оценки метода.

Терапевтический процесс в ЭОТ: от образа к символу. В последние годы появились эмпирические данные, свидетельствующие о потенциальной эффективности программ, использующих ЭОТ, для коррекции самоотношения и субъективного благополучия (Карабибер, 2024; Мироненко и др., 2026). Однако за рамками исследований часто остается вопрос, как именно работа с образом запускает глубинные личностные изменения.

¹ Гальперин П.Я. Указ. соч.

Ответ заключается в самом процессе работы с образом, когда клиент последовательно проходит три этапа работы с переживанием. Сначала он говорит о своей проблеме застывшими, социально обусловленными словами. Затем он позволяет этому переживанию воплотиться в живой, спонтанный образ. И наконец изменяет этот образ так, что конфликтующие части его опыта соединяются в новое целостное переживание. Именно эта смена форм – от знака через метафору к символу – и есть механизм глубинных изменений.

Данная интерпретация опирается на модель Д.Э. Волковой, А.Б. Орлова и Н.А. Орловой. Исследователи выделяют три уровня субъектности: знаковый, метафорический и символический (Волкова и др., 2010). Рассмотрим, как эта модель работает в практике ЭОТ.

Первый уровень – знаковый. Здесь клиент говорит о себе штампами и ярлыками: «я тревожный», «у меня депрессия», «я неудачник». Это язык социальных категорий. Как отмечают авторы, клиент приходит в терапию уже с готовым «мифом» о себе. Терапевт не спорит с этим мифом, а помогает клиенту выйти за его пределы (Волкова и др., 2010).

Второй уровень – метафорический. Переход на этот уровень начинается с телесного ощущения. Клиент фокусируется на том, где и как чувствует проблему в теле. Затем он позволяет этому ощущению воплотиться в спонтанный образ: «тревога – это камень в груди», «боль – это сжатая пружина».

Этот образ не придуманная картинка, а живая метафора переживания. Она действует как «мост» между сознанием и тем, что скрыто в бессознательном. На этом этапе проясняется подлинный смысл проблемы: за ярлыком «неуверенность» может открыться страх отвержения. Однако, как подчеркивают ученые, метафора только проясняет переживание, но не меняет его структуру (Волкова и др., 2010).

Третий уровень – символический. На этом этапе происходит трансформация образа. Вместо того чтобы описывать проблему, символ создает новую реальность. Он не просто заменяет один образ другим, а «срачивает» конфликтующие части опыта в неразрывное целое (Волкова и др., 2010).

В практике ЭОТ это выглядит так: когда «камень в груди» превращается в «светлый кристалл, дающий силу», происходит не просто улучшение, а рождение новой целостности. Именно символический образ знаменует коренные преобразования – переоценку ценностей, изменение мотивов, обретение нового смысла там, где его не было. Символ не указывает на проблему, а устраняет внутреннюю «нехватку», интегрируя личность в новую целостность. (Волкова и др., 2010).

Завершается процесс тем, что клиент принимает новый образ в свое тело, присваивает его, делая изменение устойчивым. Ситуационная проверка в конце сеанса показывает, что проблемная ситуация больше не вызывает прежней реакции (Линде, 2004).

Таким образом, терапевтический процесс в ЭОТ – это последовательное движение: от жесткого знака – через живую метафору – к интегральному символу. Внутренний монолог самокритики превращается в диалог с образом, а затем – в рождение новой целостности.

Эмпирические наблюдения, описанные в исследованиях С.Н. Карабибер, М.А. Мироненко, В.С. Кузнецовой, Т.А. Поповой, согласуются с данной интерпретацией (Карабибер, 2024; Мироненко и др., 2026). Так, снижение амбивалентности, зафиксированное в работе С.Н. Карабибер, отражает переход от противоречивых знаковых категорий к целостности, характерной для символического уровня. Рост числа женщин с нормальным самоотношением свидетельствует о достижении нового уровня интеграции самовосприятия. В исследовании М.А. Мироненко, В.С. Кузнецовой, Т.А. Поповой усиление корреляционных связей между компонентами самоотношения и субъективного благополучия указывает на качественную перестройку системы самосознания – именно тот эффект, который теоретически ожидается при выходе на символический уровень.

Эмпирический статус ЭОТ: анализ доказательной базы и методологические вызовы. На основе проведенного анализа можно выделить следующие эмпирически подтвержденные данные эффективности ЭОТ.

Эффективность при ПТСР показана в исследовании Трифионовой (2025), в котором ЭОТ продемонстрировала более высокую эффективность (63 % положительной динамики) по сравнению с EMDR¹ (43 %) и КПТ² (33 %).

Эффективность при психосоматической патологии подтверждена в работе М.М. Ицкович, И.Г. Поляковой, Э.Э. Сыманюк (2024), где зафиксировано повышение частоты наступления беременности в группе имажинативной терапии, а также в исследовании Е.В. Стрижаковой и М.Н. Дарижаковой (2022), показавшем снижение тревожности у женщин с психосоматическими заболеваниями.

¹ EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) – это метод психотерапии, который помогает переработать травмирующие или эмоционально перегруженные воспоминания.

² КПТ – когнитивно-поведенческая терапия.

Эффективность при нарушениях самоотношения зафиксирована в исследованиях С.Н. Карабибер (2024) и М.А. Мироненко, В.С. Кузнецовой, Т.А. Поповой (2026), где отмечено статистически значимое повышение показателей самоотношения, самоуважения и субъективного благополучия. Работа последних представляет особый интерес, поскольку выполнена на относительно большой выборке (120 человек) с использованием контрольной группы.

Эффективность при психологической подготовке спортсменов показана в исследовании С.А. Петровой (2024) на выборке юных спортсменов 11–16 лет, специализирующихся в пулевой стрельбе. Зафиксировано снижение показателя «мотивационно-специальный тип образов» и положительная динамика по ментальным навыкам (релаксация, имажинация, мобилизация, планирование), что свидетельствует о потенциале ЭОТ в области спортивной психологии.

Исследование Ю.Л. Орли (2025) с использованием энцефалографии подтверждает, что эмоционально-образная интервенция изменяет мощность альфа-ритма во фронтальных отведениях, что свидетельствует о воздействии на нейрональные механизмы обработки эмоциональной информации. Данное исследование демонстрирует нейрофизиологические корреляты образной работы в целом, создавая основу для понимания механизмов ЭОТ.

Наряду с обнадеживающими результатами, современная доказательная база ЭОТ имеет ряд методологических ограничений. Большинство исследований проведено на малых выборках, за исключением работы М.А. Мироненко, В.С. Кузнецовой, Т.А. Поповой (2026), что ограничивает статистическую мощность и возможность генерализации выводов. Методологический дизайн некоторых исследований не позволяет отделить эффект техник ЭОТ от неспецифических факторов, таких как дополнительное внимание терапевта или ожидание положительного результата (Ицкович и др., 2024). Также отсутствуют долгосрочные катamnестические исследования, подтверждающие устойчивость эффектов, и недостаточно нейрофизиологических работ, непосредственно изучающих ЭОТ. Кроме того, большинство исследований проведено на женских выборках, что ограничивает распространение выводов на мужскую популяцию.

Преодоление этих ограничений определяет дальнейшие направления развития доказательной базы ЭОТ. Прежде всего, необходимы исследования, в которых экспериментальная группа получает техники ЭОТ, а контрольная группа – встречи с терапевтом той же продолжительности, но без использования техник ЭОТ. Это позволит с уверенностью утверждать, что улучшение связано именно с техниками ЭОТ, а не с самим фактом общения с терапевтом или с ожиданием положительного результата.

Кроме того, требуется увеличение выборок и проведение многоцентровых исследований, что повысит статистическую мощность и позволит распространить выводы на различные клинические и демографические группы. Особый интерес представляют долгосрочные катamnестические исследования с периодом наблюдения не менее 12 месяцев, которые могли бы подтвердить устойчивость терапевтических эффектов и исключить их временный, ситуативный характер.

Важным направлением является использование объективных психофизиологических методов (электроэнцефалография (ЭЭГ), фМРТ (функциональная магнитно-резонансная томография), вариабельность сердечного ритма, кожно-гальваническая реакция) для верификации механизмов действия метода. Работа Ю.Л. Орли (2024) продемонстрировала нейрофизиологические корреляты эмоционально-образной интервенции, близкой по принципу к ЭОТ. Однако для самого метода ЭОТ подобные исследования пока не проводились. Их проведение на больших выборках с контролем условий позволило бы не только подтвердить эффективность метода, но и понять его нейробиологические основания.

Наконец, для определения места ЭОТ в системе психотерапевтических подходов необходимы сравнительные исследования с признанными методами – когнитивно-поведенческой терапией, EMDR, эмоционально-фокусированной терапией (ЭФТ). Выбор ЭФТ в качестве одного из референтных методов не случаен: данный подход, как и ЭОТ, делает акцент на работе с эмоциональным опытом и его трансформацией. При этом ЭФТ уже имеет солидную доказательную базу, включающую как рандомизированные контролируемые исследования, так и работы в реальной клинической практике (Kramer et al., 2026). Сравнение с ЭФТ позволит не только определить место ЭОТ среди признанных методов, но и выявить его специфические механизмы и возможные преимущества, а также интегрировать ЭОТ в международный исследовательский контекст.

Обсуждение: механизмы терапевтического действия и перспективы развития.

Проведенный теоретический анализ позволяет интегрировать ключевые механизмы терапевтического действия ЭОТ в единую модель. Основу метода составляет работа с образом как репрезентацией эмоционального конфликта. Он обладает физиологической реальностью для организма: активирует те же нейронные механизмы, что и реальный стимул (Suess, Abdel Rahman, 2015; Etkin et al., 2004), задействует правополушарные пути неосознаваемой эмоциональной обработки (Gainotti, 2021), что позволяет обходить когнитивные защиты.

Трансформация образа в процессе терапии, согласно теории функциональных систем П.К. Анохина (Анохин, 1949), может быть понята как перестройка акцептора результата действия – модели ожидаемого будущего. Замена негативного прогноза на позитивный создает новый эталон для оценки обратной связи, что теоретически обеспечивает устойчивость изменений. Этот механизм согласуется с нейробиологическими данными о синаптической пластичности (Кандель, 2018) и подтверждается эмпирическими исследованиями, демонстрирующими долгосрочный характер изменений самоотношения и субъективного благополучия (Мироненко и др., 2026), а также клиническую эффективность при ПТСР (Трифонова, 2025).

Предложенная в разделе 2 интерпретация терапевтического процесса как движения от знака через метафору к символу (Волкова и др., 2010) согласуется с энергетической метафорой ЭОТ (Линде, 2004) и теорией поля К. Левина (Левин, 2000;). В этой модели конфликт понимается как столкновение противоположно направленных сил, а его разрешение – как перестройка субъективной образной репрезентации ситуации, позволяющая клиенту занять активную субъектную позицию (Линде, 2013; Рубинштейн, 1973).

Важно отметить, что современные тенденции в психиатрии создают благоприятный контекст для развития имажинативных методов. Как отмечают А.Е. Бобров и Е.В. Усатенко (Бобров, Усатенко, 2021), в МКБ11 намечается отход от преимущественно поведенческого описания тревожных расстройств и усиливается внимание к субъективным переживаниям пациентов. Это открывает возможности для использования подходов, работающих с образными репрезентациями переживания. ЭОТ, предлагающая механизм перехода от фиксированных когнитивных схем к живому переживанию и его символической интеграции, может рассматриваться как метод, отвечающий современным запросам персонализированной психиатрической помощи.

Проведенный анализ позволяет определить приоритетные направления дальнейших исследований. Среди них – проведение независимых рандомизированных контролируемых исследований с контролем неспецифических факторов, увеличение выборок и долгосрочные катамнестические исследования. Особый интерес представляют нейрофизиологические исследования, которые позволили бы не только подтвердить эффективность метода, но и проверить гипотезы о нейродинамических и вегетативных коррелятах трансформации образа. Перспективными направлениями являются: регистрация ЭЭГ для выявления изменений в спектральных характеристиках активности мозга, а также использование психофизиологических показателей, таких как кожно-гальваническая реакция (КГР), как объективного маркера эмоционального возбуждения в процессе работы с образом. Корреляция этих объективных данных с динамикой субъективных отчетов клиентов позволила бы связать теоретическую модель ЭОТ с нейродинамическими и вегетативными процессами и создать основу для более глубокого понимания механизмов терапевтического действия.

Заключение. Проведенный теоретический анализ позволяет заключить, что выдвинутая гипотеза исследования получила свое обоснование: ключевые конструкты ЭОТ – энергетическая метафора эмоций, образ как репрезентация конфликта и переход от объектной к субъектной позиции – могут быть соотношены с фундаментальными психологическими и нейрофизиологическими теориями. Основные положения метода соотносятся с рядом классических концепций – от теории функциональных систем П.К. Анохина до субъектно-деятельностного подхода С.Л. Рубинштейна.

На этой основе в работе предложена интерпретация терапевтического процесса как последовательной трансформации переживания: клиент движется от застывших словесных ярлыков через живой образ к целостному символу. Такая модель может объяснять, почему изменения в ЭОТ способны приобретать устойчивый, а не временный характер.

Это предположение находит косвенное подтверждение в имеющихся эмпирических данных, указывающих на потенциал ЭОТ при тревожных расстройствах, ПТСР, психосоматических состояниях и нарушениях самоотношения. Вместе с тем доказательная база пока ограничена – необходимы исследования с большими выборками и контрольными группами.

Из этого следует, что дальнейшее развитие метода связано с переходом от накопления клинического опыта к более строгой эмпирической проверке. В качестве перспективных направлений могут рассматриваться рандомизированные исследования, изучение нейробиологических механизмов и адаптация метода для разных групп клиентов.

Таким образом, ЭОТ представляется перспективным отечественным методом, развивающимся в русле современной психологической и нейронаучной мысли. В то же время его дальнейшее становление как научно обоснованного подхода требует расширения доказательной базы и углубления методологической рефлексии.

Список источников:

- Анохин П.К. Биологическая теория эмоций // Проблемы высшей нервной деятельности. М., 1949. С. 168–182.
Бобров А.Е., Усатенко Е.В. Концепция тревожных расстройств: основные тенденции развития // Социальная и клиническая психиатрия. 2021. Т. 31, № 4. С. 62–70.

- Волкова Д.Э., Орлов А.Б., Орлова Н.А. Знак, метафора, символ методология субъектности // Психология. Журнал высшей школы экономики. 2010. № 4. С. 94–114.
- Ицкович М.М., Полякова И.Г., Сыманюк Э.Э. Эффективность психокоррекционного воздействия методами имажинативной психотерапии при идиопатическом бесплодии // Экспериментальная психология. 2024. Т. 17, № 1. С. 214–234. <https://doi.org/10.17759/exprpsy.2024170114>.
- Кандель Э.Р. В поисках памяти. Возникновение новой науки о человеческой психике. М., 2018. 733 с.
- Карабибер С.Н. Исследование влияния индивидуального консультирования на формирование позитивного самоотношения у женщин в возрасте ранней зрелости // Вопросы психологии экстремальных ситуаций. 2024. № 3. С. 21–25.
- Кисова В.В. Теоретико-методологические подходы к определению категории субъекта и субъектности в современной психологической науке // Азимут научных исследований: педагогика и психология. 2019. Т. 8, № 4 (29). С. 313–317. <https://doi.org/10.26140/anip-2019-0804-0073>.
- Левин К. Теория поля в социальных науках. СПб., 2000. 364 с.
- Линде Н.Д. Психологическое консультирование: теория и практика. М., 2013. 270 с.
- Линде Н.Д. Эмоционально-образная терапия (теория и практика). М., 2004. 156 с.
- Линде Н.Д. Эмоционально-образная терапия как универсальный способ диалога с бессознательным // Акмеология. 2015. № 3. С. 207–208.
- Лурия А.Р. Природа человеческих конфликтов: Объективное изучение дезорганизации поведения человека. М., 2002. 527 с.
- Манакова М.В. Теоретические подходы к изучению феномена субъектности личности в гуманитарных науках // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 61 (4). С. 300–304.
- Мироненко М.А., Кузнецова В.С., Попова Т.А. Коррекция самооотношения методом эмоционально-образной терапии с элементами арт-терапии // Психология и психотехника. 2026. № 2. С. 158–166. <https://doi.org/10.7256/2454-0722.2026.2.80770>.
- Орли Ю.Л. Сравнительный энцефалографический и психометрический анализ способов работы с травматическим опытом в психотерапевтической практике // Психология посттравматического стресса: методология, теория, практика. М., 2025. С. 678–683. EDN HMAFZC.
- Петрова С.А. Особенности подготовки к соревнованиям методом эмоционально-образной терапии спортсменов 11–16 лет, специализирующихся в пулевой стрельбе // Инновационный потенциал развития науки в современном мире: технологии, инновации, достижения. Уфа, 2024. С. 461–465. EDN KCATXP.
- Рубинштейн С.Л. Избранные философско-психологические труды. Основы онтологии, логики и психологии. М., 1997. 463 с.
- Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М., 1973. 424 с.
- Стрижакова Е.В., Дарижапова М.Н. Психологическая коррекция эмоционального состояния женщин с психосоматическими заболеваниями в процессе эмоционально-образной терапии // Дружественное к ребенку правосудие и восстановительные технологии. Улан-Удэ, 2022. С. 169–174. EDN KBXXNO.
- Трифонов И.В. Деформация сознания и речевые изменения у участников специальной военной операции вследствие боевой психической травмы // Организационная психолингвистика. 2025. № 2 (30). С. 30–72.
- Фесик Е.А. Энергетический аспект личности в парадигме различных психологических направлений // Международный научно-исследовательский журнал. 2025. № 3 (153). С. 1–12. <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.153.119>.
- Фрейд З. Толкование сновидений. М., 1913. 448 с.
- Юматов Е.А. Двойственность природы эмоций и стресса: нейрохимические аспекты // Нейрохимия. 2022. Т. 39, № 4. С. 384–400. <https://doi.org/10.31857/S1027813322040227>.
- Юматов Е.А. Динамическая теория эмоций и системная организация поведения // Вестник Международной академии наук (Русская секция). 2019. № 1. С. 56–65.
- Etkin A., Klemenhagen K.C., Dudman J.T., Rogan M.T., Hen R., Kandel E.R., Hirsch J. Individual Differences in Trait Anxiety Predict the Response of the Basolateral Amygdala to Unconsciously Processed Fearful Faces // *Neuron*. 2004. Vol. 44, iss. 6. P. 1043–1055. <https://doi.org/10.1016/j.neuron.2004.12.006>.
- Gainotti G. Unconscious Processing of Emotions and the Right Hemisphere // *Handbook of Clinical Neurology*. Elsevier, 2021. Vol. 183. P. 27–46. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-822290-4.00003-7>.
- Holmes E.A., Mathews A. Mental Imagery and Emotion: A Special Relationship? // *Emotion*. 2005. Vol. 5, iss. 4. P. 489–497. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.5.4.489>.
- Holmes E.A., Mathews A., Mackintosh B., Dalgleish T. The Causal Effect of Mental Imagery on Emotion Assessed Using Picture-Word Cues // *Emotion*. 2008. Vol. 8, iss. 3. P. 395–409. <https://doi.org/10.1037/1528-3542.8.3.395>.
- Kramer U., Sutter M., Rubel J., Machinea J.B., Woldarsky C., Auszra L., Hermann I., Grosse Holtforth M. Effectiveness of Emotion-Focused Therapy: Main Results of a Practice-Research Network Study // *Psychotherapy Research*. 2026. Vol. 36, iss. 1. P. 1–9. <https://doi.org/10.1080/10503307.2025.2454455>.
- Pelzer M., Rothkegel L.O.M., Mancini A., Oglanova N., Fink-Lamotte J. Efficacy of Imagery Rescripting in Non-Fear Emotions: A Meta-Analytic and Systematic Review // *Behaviour Research and Therapy*. 2025. Vol. 193. Article 104810. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2025.104810>.
- Suess F., Abdel Rahman R. Mental Imagery of Emotions: Electrophysiological Evidence // *NeuroImage*. 2015. Vol. 114. P. 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2015.03.063>.
- Trabanelli S., Akselrod M., Fellrath J., Vanoni G., Bertoni T., Serino S., Serino A. Neural Anticipation of Virtual Infection Triggers an Immune Response // *Nature Neuroscience*. 2025. Vol. 28, iss. 9. P. 1968–1977. <https://doi.org/10.1038/s41593-025-02008-y>.

References:

- Anokhin, P.K. (1949) Biologicheskaya teoriya ehmtsii [Biological Theory of Emotions]. In: *Problemy vysshei nervnoi deyatel'nosti*. Moscow, pp. 168–182.
- Bobrov, A.E. & Usatenko, E.V. (2021) The Concept of Anxiety Disorders: Main Development Trends. *Social and Clinical Psychiatry*. 31 (4), 62–70. (In Russian)
- Etkin, A., Klemenhagen, K.C., Dudman, J.T., Rogan, M.T., Hen, R., Kandel, E.R. & Hirsch, J. (2004) Individual Differences in Trait Anxiety Predict the Response of the Basolateral Amygdala to Unconsciously Processed Fearful Faces. *Neuron*. 44 (6), 1043–1055. Available from: doi:10.1016/j.neuron.2004.12.006.
- Fesik, Y.A. (2025) Energy Aspect of Personality in the Paradigm of Different Psychological Directions. *International Research Journal*. (3 (153), 1–12. Available from: doi:10.60797/IRJ.2025.153.119. (In Russian)

- Freud, Z. (1913) *Tolkovanie snovidenii* [The Interpretation of Dreams]. Moscow. 448 p. (In Russian)
- Gainotti, G. (2021) Unconscious Processing of Emotions and the Right Hemisphere. In: Handbook of Clinical Neurology. Vol. 183. Elsevier, pp. 27–46. Available from: doi:10.1016/b978-0-12-822290-4.00003-7.
- Holmes, E.A. & Mathews, A. (2005) Mental Imagery and Emotion: A Special Relationship? *Emotion*. 5 (4), 489–497. Available from: doi:10.1037/1528-3542.5.4.489.
- Holmes, E.A., Mathews, A., Mackintosh, B. & Dalgleish, T. (2008) The Causal Effect of Mental Imagery on Emotion Assessed Using Picture-Word Cues. *Emotion*. 8 (3), 395–409. Available from: doi:10.1037/1528-3542.8.3.395.
- Itskovich, M.M., Polyakova, I.G. & Symanyuk, E.E. (2024) The Effectiveness of the Method of Imaginative Psychotherapy as Psychocorrectional Treatment for Idiopathic Infertility. *Experimental Psychology (Russia)*. 17 (1), 210–234. Available from: doi:10.17759/exppsy.2024170114. (In Russian)
- Kandel, E.R. (2018) *V poiskakh pamyati. Vozniknovenie novoi nauki o chelovecheskoi psikhike* [In Search of Memory. The Emergence of a New Science of Mind]. Moscow. 733 p. (In Russian)
- Karabiber, S.N. (2024) Formation of a Positive Self-Attitude in Women at the Age of Early Adulthood in the Process of Individual Counseling. *Voprosy psikhologii ehkstrema'nykh situatsii*. (3), 21–25. (In Russian)
- Kisova, V.V. (2019) Innovation-Oriented Model of Training Undergraduates. *Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*. 8 (4 (29)), 313–317. Available from: doi:10.26140/anip2019-0804-0073. (In Russian)
- Kramer, U., Sutter, M., Rubel, J., Machinea, J.B., Woldarsky, C., Auszra, L., Herrmann, I. & Grosse Holtforth, M. (2026) Effectiveness of Emotion-Focused Therapy: Main Results of a Practice-Research Network Study. *Psychotherapy Research*. 36 (1), 1–9. Available from: doi:10.1080/10503307.2025.2454455.
- Levin, K. (2000) *Teoriya polya v sotsial'nykh naukakh* [Field Theory in Social Science]. St. Petersburg. 364 p. (In Russian)
- Linde, N.D. (2004) *Ehmotsional'no-obraznaya terapiya (teoriya i praktika)* [Emotional-Image Therapy (Theory and Practice)]. Moscow. 156 p. (In Russian)
- Linde, N.D. (2013) *Psikhologicheskoe konsul'tirovanie: teoriya i praktika* [Psychological Counseling: Theory and Practice]. Moscow. 270 p. (In Russian)
- Linde, N.D. (2015) Emotionally-Shaped Therapy as a Comprehensive Way to Dialogue with the Unconscious. *Akmeologiya*. (3), 207–208. (In Russian)
- Luriya, A.R. (2002) *Priroda chelovecheskikh konfliktov: Ob'ektivnoe izuchenie dezorganizatsii povedeniya cheloveka* [The Nature of Human Conflicts: An Objective Study of Disorganization of Human Behavior]. Moscow. 527 p. (In Russian)
- Manakova, M.V. (2018) Theoretical Approaches to the Study of the Phenomenon of Subjectivity in the Humanities. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*. (61 (4)), 300–304. (In Russian)
- Mironenko, M.A., Kuznetsova, V.S. & Popova, T.A. (2026) Correction of Self-Attitude Using Emotion-Image Therapy with Elements of Art Therapy. *Psychology and Psychotechnics*. (2), 158–166. Available from: doi:10.7256/2454-0722.2026.2.80770. (In Russian)
- Orli, Yu.L. (2025) *Sravnitel'nyi ehntsefalograficheskii i psikhometricheskii ana-liz sposobov raboty s travmaticheskim opytom v psikhoterapevticheskoi praktike* [Comparative Encephalography and Psychometry Analysis of Methods of Working with Traumatic Experience in Psychotherapeutic Practice]. In: *Psikhologiya posttravmaticheskogo stressa: metodologiya, teoriya, praktika*. Moscow, pp. 678–683. EDN HMAFZC. (In Russian)
- Pelzer, M., Rothkegel, L.O.M., Mancini, A., Oglanova, N. & Fink-Lamotte, J. Efficacy of Imagery Rescripting in Non-Fear Emotions: A Meta-Analytic and Systematic Review. *Behaviour Research and Therapy*. 193, 104810. Available from: doi:10.1016/j.brat.2025.104810.
- Petrova, S.A. (2024) Osobennosti podgotovki k sorevnovaniyam metodom ehmtsio-nal'noobraznoi terapii sportsmenov 11–16 let, spetsializiruyushchikhsya v pulevoi strel'be [Specifics of Preparation for Competitions Using Emotion-Image Therapy in 11-16-Year-Old Athletes Specializing in Bullet Shooting]. *Innovatsionnyi potentsial razvitiya nauki v sovremennom mire: tekhnologii, innovatsii, dostizheniya*. Ufa, pp. 461–465. EDN KCATXP. (In Russian)
- Rubinshtein, S.L. (1973) *Problemy obshchei psikhologii* [Problems of General Psychology]. Moscow. 424 p. (In Russian)
- Rubinshtein, S.L. (1997) *Izbrannye filosofsko-psikhologicheskie trudy. Osnovy ontologii, logiki i psikhologii* [Selected Philosophical and Psychological Works. Fundamentals of Ontology, Logic, and Psychology]. Moscow. 463 p. (In Russian)
- Strizhakova, E.V. & Darizhapova, M.N. (2022) Psikhologicheskaya korrektsiya ehmtsio-nal'nogo sostoyaniya zhenshchin s psikhosomaticheskimi zabolevaniyami v protsesse ehmtsional'no-obraznoi terapii [Psychological Correction of the Emotional State of Women with Psychosomatic Disorders in the Process of Emotion-Image Therapy]. In: *Druzhestvennoe k rebenku pravosudie i vos-stanovitel'nye tekhnologii*. Ulan-Ude, pp. 169–174. EDN KBXXNO. (In Russian)
- Suess, F. & Abdel Rahman, R. (2015) Mental Imagery of Emotions: Electrophysiological Evidence. *NeuroImage*. 114, 1–10. Available from: doi:10.1016/j.neuroimage.2015.03.063.
- Trabanelli, S., Akselrod, M., Fellrath, J., Vanoni, G., Bertoni, T., Serino, S. & Serino, A. (2025) Neural Anticipation of Virtual Infection Triggers an Immune Response. *Nature Neuroscience*. 28 (9), 1968–1977. Available from: doi:10.1038/s41593-025-02008-y.
- Trifonova, I.V. (2025) Deformation of Consciousness and Speech Changes in Participants of Special Military Operations as a Result of Combat Psychological Trauma. *Organizational Psycholinguistics*. (2 (30)), 30–72. (In Russian)
- Volkova, D.E., Orlov, A.B. & Orlova, N.A. (2010) The Sign, Metaphor, Symbol: the Methodology of Subjectness. *Psychology. Journal of Higher School of Economics*. (4), 94–114. (In Russian)
- Yumatov, E.A. (2019) Dynamic Theory of Emotions and Systemic Organization of Behavior. *Herald of the International Academy of Science, Russian Section*. (1), 56–65. (In Russian)
- Yumatov, E.A. (2022) Duality of the Nature of Emotions and Stress: Neurochemical Aspects. *Neurochemical Journal*. 16 (4), 429–442. Available from: doi:10.31857/S1027813322040227. (In Russian)

Информация об авторе

Е.Ю. Прокопенкова – независимый исследователь, магистр психологии, клинический психолог, Москва, Россия.

Конфликт интересов:

автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Information about the author

E.Yu. Prokopenkova – Independent Researcher, Master's Degree in Psychology, Clinical Psychologist, Moscow, Russia.

Conflicts of interests:

The author declares no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted 17.06.2026;
Одобрена после рецензирования / Approved after reviewing 25.07.2026;
Принята к публикации / Accepted for publication 25.08.2026.

Автором окончательный вариант рукописи одобрен.