

Кафедра философии и психологии ИМОСТ
Кандидат медицинских наук,
доцент кафедры психологии
Е. В. Алексеева

Гештальт-терапия Ф.Перлза

Тема 11. Лекция № 14.



ИМОСТ

Введение

Цель лекции:

- познакомится с теоретическим наследием гештальт-психологии Ф.Перлза;
- определить цели гештальт-коррекции, позицию психолога, требования и ожидания от клиента;
- освоить техники гештальт-терапии.



Аналитическая индивидуальная психокоррекция А. Адлера

Человек, по А. Адлеру, прежде всего существо сознательное, которое само себя определяет к жизни посредством свободы выбора, смысла жизни и стремления к самореализации.



Содержание

1. Определение гештальт-терапии
2. Три зоны ознания
3. Пять механизмов нарушения саморегуляции
4. Цели коррекции
 - 4.1. Позиция психолога
 - 4.2. Требования к клиенту
5. Техники гештальт-терапии



Ключевые понятия

-  гештальт-психология;
-  потребность;
-  среда;
-  «здесь и сейчас»;
-  саморегуляция;
-  техника «горячий стул».



Гештальт -терапия

Метод, созданный американским психологом Ф.Перлзом под влиянием идей гештальт-психологии, экзистенциализма, психоанализа.

Личностный рост – процесс расширения зон самоосознавания, что способствует саморегуляции и координирует равновесие между внутренним миром и средой.



Гештальт-терапия

Ф.Перлз выделял три зоны сознавания:

1. Внутренняя зона – это явления и процессы, происходящие в нашем теле.
2. Внешняя зона – включает внешние события, которые отражаются сознанием.
3. Средняя зона – это фантазии, верования, отношения.



Гештальт-терапия

Пять механизмов нарушения процесса саморегуляции:

1. Интроекция.
2. Проекция.
3. Ретрофлексия.
4. Дефлексия.
5. Конфлуенция.



Гештальт-терапия

Уровни невроза по Ф Перлзу:

-  уровень фальшивых отношений (уровень игр и ролей);
-  уровень фобический;
-  уровень тупика и отчаяния;
-  имплозия- состояние сметения, отчаяния; отвращение к самому себе;
-  эксплозия – взрыв.



Гештальт-коррекции

Позиция психолога

Психолог рассматривается как катализатор, помощник, сотворец, старается избегать вмешиваться в чувства клиента.

Клиенту отводится активная роль в актуализации переживаний и собственной интерпретации своих эмоций и событий.



Техники гештальт-терапии

Психотехники именуются играми:

1. Экспериментальный диалог – это диалог между частями собственной личности («горячий стул»).
2. «Большой пес и щенок».
3. Совершения кругов.
4. Техника «наоборот» или перевертыш.
5. Экспериментальное преувеличение.



Техники гештальт-терапии

6. «У меня есть тайна».
7. «Преувеличение».
8. «Репетиция».
9. Проверка готового мнения.

Вся техника гештальт-терапии направлена на обеспечение психологической поддержки личности, на освобождение человека от бремени прошлых и будущих проблем, на актуализацию «сейчасного» бытия.



Гештальт - терапия

Пять механизмов
нарушения
процесса
саморегуляции:

1. Интроекция
2. Проекция
3. Ретрофлексия
4. Дефлексия
5. Конфлуенция

Цель психокоррекции:
активизация внутренних
резервов,
приводящих к
личностному росту



Вопросы для самоподготовки

1. Дайте определение понятиям фигуры и фона.
2. Какие уровни невроза выделял Перлз?
3. Что выступает в качестве основной цели психокоррекционной работы в гештальте?
4. В чем заключается техника «Горячего стула»?
5. Что является мишенью в технике «Преувеличения».



Заключение

Целью гештальт-коррекции является снятие блокировок, пробуждение потенциально существующих в человеке естественных ресурсов, способствующих его личностному росту, достижению ценности и зрелости, полной интеграции личности клиента.



Рекомендуемая литература

1. Наранко К. Гештальттерапия: Отношение и Практика атеоретического эмпиризма.- Воронеж, 1995. – 304с.
2. Перлз Ф. Опыты психологии самосознания. – М., 1993.
3. Харин С.С. Искусство психотренинга. Заверши свой гештальт.- Минск, 1998. – 352с.
4. Энрайт Джон. Гештальт, ведущий к просветлению. – СПб., 1994.



Алексеева Е.В.

■ Использование материалов презентации

- Использование данной презентации, может осуществляться только при условии соблюдения требований законов РФ об авторском праве и интеллектуальной собственности, а также с учетом требований настоящего заявления.
- Презентация является собственностью авторов. Разрешается распечатывать копию любой части презентации для личного некоммерческого использования, однако не допускается распечатывать какую-либо часть презентации с любой иной целью или по каким-либо причинам вносить изменения в любую часть презентации. Использование любой части презентации в другом произведении, как в печатной, электронной, так и иной форме, а также использование любой части презентации в другой презентации посредством ссылки или иным образом допускается только после получения письменного согласия авторов.

