

Экзистенциальные фигуры Гештальта

Гронский Андрей

Данный текст посвящен идеям экзистенциализма, лежащих в основе гештальт-терапии, их связи с другими концепциями гештальт-подхода, прежде всего теорией контакта, возможностям дальнейшего взаимодействия гештальт-терапии с идеями экзистенциальной философии и психологии, а также его следствиями для психотерапевтической и консультативной практики.

Постановка проблемы: экзистенциализм и Гештальт

В последнее время отмечается рост интереса к экзистенциальной психологии и психотерапии, о чем можно судить хотя бы по возрастанию количества посвященных этой теме публикаций, образовательных программ и тематических групп. Экзистенциальная парадигма выходит за пределы сугубо психотерапевтической практики и находит применение в образовании и работе с организациями (прежде всего коучинге). Гештальт-терапия – одно из направлений экзистенциальной психотерапии, что подчеркивалось ее основателями, Фрицем и Лаурой Перлз [14, 11]. Однако это часто не принимается в расчет (в том числе, и практиками гештальт-метода в психотерапии). В руководствах по психотерапии гештальт-терапию часто относят к гуманистическому направлению, либо пишут, что это отдельное направление, не входящее ни в одну общепринятую категорию. Постараемся проследить исторические корни гештальт-подхода, а также проанализировать некоторые его теоретические предпосылки.

Немного истории

Как известно, Фриц и Лора Перлз были знакомы с современными им экзистенциальными мыслителями и их идеями - Фриц Перлз работал под руководством К.Гольдштейна, а Лора была студенткой Гольдштейна и была лично знакома с Мартином Бубером и Паулем Тиллихом [2]. Одним из названий, которые хотели присвоить новому направлению психотерапии его основатели, был «экзистенциальный психоанализ». Однако от данного названия решили отказаться, т.к. в Америке того времени экзистенциализм ассоциировался с именем французского философа и писателя Ж.-П. Сартра, который был там, в те годы не слишком популярен.

В 60е гг. на своих семинарах Перлз говорил, что гештальт-терапия является формой экзистенциальной психотерапии, и более того, первой экзистенциальной терапией, которая стоит на собственных ногах [14], т.е. основывается на феноменологии (философском направлении, основанном Э.Гуссерлем, и ставшим методологической базой феноменологической психиатрии и школ психологии экзистенциально-гуманистической ориентации). Тем не менее понятия экзистенциализма, хотя и нашли некоторое отражение в работе Перлза, не получили четкого теоретического оформления.

В данной статье мы попытаемся акцентировать внимание на экзистенциальных понятиях и принципах заложенных в основания гештальт-подхода.

Экзистенциальные измерения гештальт-терапии

На наш взгляд, принципы экзистенциальной философии прослеживаются в гештальт-терапии в 5 ракурсах:

- 1) феноменологическая установка, свойственная всем исследователям и терапевтам экзистенциальной ориентации: первичным является исследование переживаний клиента, такими, какие они есть, вторичным – теоретическое объяснение и систематизация;
- 2) характер взаимоотношений между терапевтом и клиентом;
- 3) ценности становления и роста;
- 4) влияние универсальных ограничений существования (или экзистенциальных принуждений по Н.Салате) на жизнь человека.

Рассмотрим их последовательно:

1. Экзистенциально-феноменологическая установка: язык и поведенческие проявления как выражение общего способа существования

Феноменология является базовым методом исследования в гештальт-терапии. Завершающим этапом феноменологического исследования является раскрытие значения первичных феноменов для клиента и терапевта. Один из способов их истолкования предоставляет экзистенциальная парадигма. Значение переживания или симптома раскрывается в целостном контексте существования личности. Думаем, можно сказать, что гештальт-подход является терапией не выявленного симптома, а способа существования индивида.

Наиболее явно идея о том, что интрапсихические переживания человека являются отражением его способа существования выражены в теории сновидений Перлза. Согласно ей, сон является экзистенциальным посланием, т.е. посланием об общей жизненной ситуации сновидца. Однако это положение может быть экстраполировано на любой симптом (например, боль в сердце) или устойчивый паттерн поведения. Последнее согласуется с мыслью Перлза о том, что преобладающий механизм защиты является выражением способа существования личности [14].

Более того, наблюдения авторов экзистенциального направления (например, Л.Бинсвангера [3], Франкла [18]) и повседневный клинический опыт свидетельствуют, что устойчивые обороты речи клиента, его стиль установления контакта с терапевтом являются выражением его экзистенциальной ситуации. Язык, которым пациенты и клиенты описывают свои симптомы, может быть ключом к пониманию их жизни.

2. Характер взаимоотношений между терапевтом и клиентом

Рассмотрим три возможных типа отношений в психотерапии и консультировании. Для их иллюстрации воспользуемся схемами, предложенными Е.Дубовой [8].

Бихевиористская модель. Отношения по типу

S

O



Где: S - субъект; O - объект

Тип взаимодействия преимущественно - манипулирование. Направление взаимодействия от субъекта к объекту.

Гуманистическая модель. Тип отношений между терапевтом и клиентом S1-S2

S

S



Где: S1 – первый субъект; S2 – второй субъект

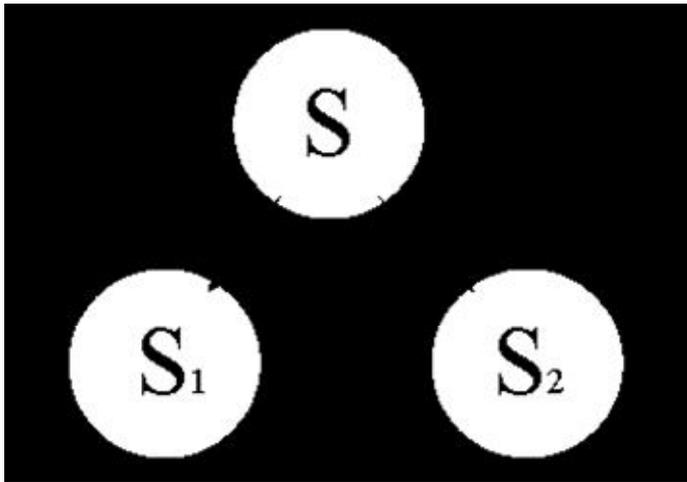
Направление взаимодействия от субъекта к субъекту и обратно.

Экзистенциальная модель.

S1

S2

S



Где:

S – Трансцендентное (Универсум, Бог, Абсолют, Брахман - терминология зависит от мировоззрения субъекта).

S1 – первая личность

S2 – вторая личность

Тип взаимодействия: синергия - целостное сотворчество. Направление: взаимодействие каждого субъекта с S и друг с другом.

Т.о. экзистенциальная парадигма предполагает, что клиент и терапевт переживают отношения как между собой, так и с данностями жизни, которые превосходят их обоих.

Традиционно идеалом взаимоотношений между людьми в гештальт-терапии являются Я-Ты отношения, описанные философом М.Бубером, причисляемого философской традицией к экзистенциальному направлению. Отношения Я-Ты подразумевают бытийное взаимодействие между людьми, которое является непрагматичным, т.е. не направленным на решение какой либо практической задачи [4, с. 15-93]. Более того, способность вступать в Я-Ты отношения в гештальт-терапии понимается как основа психологического здоровья. Несмотря на противоречивость этой установки, включенной в контекст производственной деятельности, в том числе психотерапии (что подчеркивается Н.Б.Долгополовым [7]), они являются базисом для поддержания гармонических человеческих отношений. Я-Ты отношения мыслились Бубером как неразрывно связанные с отношением с Богом [4, с. 59-92]), что обычно не акцентируется в работах психотерапевтов. Однако именно этот момент приближает нас к пониманию того, что, вступая в отношения друг с другом, терапевт и клиент одновременно вступают во взаимоотношения с онтологическими данностями существования.

3. Становление и рост личности

Становление – неотъемлемая характеристика существования человека. Как известно, само слово *existere* в переводе с латыни означает появляться, становиться. Рассмотрим соотношение понятия становления с теорией Гештальта. На наш взгляд, они следующие:

Во-первых, теория органической саморегуляции гештальт-терапии исходит из того, что человеческому организму потребности в развитии присущи наряду с потребностями в поддержании равновесия. Во-вторых, рост личности является философской ценностью гештальт-подхода. Можно вспомнить слова Перлза [14] о том, что цель гештальт-терапии – делать реальных людей. Если рассматривать развитие человеческой личности, то очевидно, что оно не сводится сугубо к физиологической саморегуляции и становлению биологических функций в процессе онтогенеза. Кроме того, формирование психологической идентичности зачастую требует принесения в жертву биологического удовлетворения. В-третьих, процесс роста и развития в контексте Гештальта целесообразно рассмотреть в связи с теорией поля – возможные направления будущего развития произрастают из истории поля и присутствуют здесь-и-теперь [15, 16]. В-четвертых, рост личности неразрывно связан с темами выбора, ответственности и тревоги.

4. Экзистенциальные ограничения в гештальт-терапии

Материал, изложенный ниже, является осмыслением идей полученных нами на проведенных в Москве семинарах по коучингу под руководством Гонзака Маскалье и Розин Фьева.

Темы экзистенциальных переживаний часто поднимались Перлзом на семинарах в калифорнийский период его работы: он говорил о тревоге, ответственности, ужасе, несовершенстве. В систематизированном виде экзистенциальные данности были представлены гештальт-терапевтом Ноэлем Салате [6, с. 36], который описал пять экзистенциальных принуждений: конечность, или завершенность, ответственность, одиночество, несовершенство и абсурд. Думаем, что термин экзистенциальное принуждение призван подчеркнуть, что при любых обстоятельствах человек вынужден подчиниться этим характеристикам существования, т.к. их власть для него является непреодолимой. Хотя любой определенный список конечных данностей существования, на наш взгляд, будет являться неполным и не вполне точным, в данной статье будем опираться на этот перечень. Экзистенциальные данности всегда находятся в фоне существования: конечность проявляет себя в переживании цикличности событий как рождение, зрелость, смерть, как начало и завершение; изоляция – как переживание одиночества, необходимость искать баланс между зависимостью и независимостью, конкуренцией и сотрудничеством; свобода - как тревога в моменты принятия решения. В связи с экзистенциальными данностями обычно обсуждаются способы совладания с ними [18, 19, 21]. В контексте данной статьи попробуем рассмотреть стратегии поведения по отношению к ним с точки зрения способов регуляции контактной границы, описываемых в гештальт-терапии.

4.1. Экзистенциальное принуждение конечности

По определению Г.Маскалье, конечность – это «опыт переживания тревоги, который сопровождает необратимое завершение ситуации». Наиболее радикальным вариантом необратимого завершения является физическая смерть, другие варианты – это необратимые завершения некоторых жизненных событий (развод, увольнение, завершение определенного возрастного периода жизни и пр.)

Конечность - базовый экзистенциал. На наш взгляд, когда речь идет о других экзистенциальных данностях (одиночество, свобода и ответственность, абсурд), фактически они отражают различные проявления конечности. Конечность связана с данностью временности существования, а также с тревогой как со сквозным экзистенциалом.

В контексте психотерапии нас интересует, как человек (в частности, наш клиент) относится к этой конечной данности, и какие стратегии поведения выбирает, учитывая ее.

Представляется возможным обсудить эти стратегии, пользуясь представлениями о способах регуляции границ между организмом и окружающей средой (конфлюэнцией, ретрофлексией, проекцией, интроекцией). Представление о границах подразумевает представление о пространстве, физическом либо виртуальном. Примем время за виртуальный объект (очевидно, что материальным физическим объектом оно не является и быть не может).

Границы времени определяются различными факторами – биологическими, физическими (природные циклы – день и ночь, времена года), социальными (конвенции).

В этом контексте механизм конфлюэнции (слияния) – это нечувствительность к границам времени. В процессе психотерапии конфлюэнтный индивид часто реагирует обидой, раздражением на то, что терапевт поддерживает временные рамки.

Дефлексия – уклонение от контакта с временным периодом (например, «вечная молодость»).

Ретрофлексия – человек занимает мало места в контакте (в том числе, по времени), например, стремиться раньше закончить сеанс. Можно предполагать, что это связано с интроектами, запрещающими занимать «много места». «Замыкание» границы времени при депрессии – чувство отсутствия будущего.

Проекция – тенденция вторгаться во временные границы (например, опоздания), спешка, жизнь завтрашним днем, т.е. человек как будто пытается произвольно раздвинуть границы времени.

Интроекция – сверхпунктуальность, приверженность временному режиму, игнорирующая реальные обстоятельства.

Терапевтический процесс может включать обсуждение с клиентом его отношения к данности границ времени.

Работа с экзистенциалом конечности также будет включать работу по восстановлению способности проживать траур, оплакивать то, что прошло безвозвратно. Проживание траура позволяет оставить утраченное позади на субъективной временной линии и тем самым сделать доступным измерение будущего.

4.2. Одиночество

Указывают на то, что наиболее острое переживание чувства экзистенциального одиночества, т.е. чувства базовой отъединенности нашего индивидуального существования от окружающего мира, связано с периодом физического умирания и моментами принятия решений. Переживание одиночества включает как позитивные так и негативные аспекты. Хайдеггер указывал на позитивный аспект нашей отъединенности как условия осознания нашего места в мире и предпосылку всякого истинного философствования: именно в *уединении* человек достигает «близости к существу всех вещей, к миру» [20, с. 331]. Психотерапевты экзистенциального направления [5, 9] говорят о чувстве бытия или Я-есть переживании. Дж. Бьюдженталь [5] показывает, что чувство бытия связано со способностью принимать одиночество, что в свою очередь, является условием психологического и психического здоровья. В тоже время переживанию чувства собственного бытия, одиночества связано с тревогой и страхом.

На наш взгляд, отъединенность или одиночество наиболее очевидно, если мы обратимся к экзистенциалу телесности. Телесность связана с пространственной и временной конечностью (старением и смертью тела), непреодолимой физической отделенностью даже от самых близких и любимых людей.

Нам представляется интересным рассмотреть проявления экзистенциального одиночества на примере любовных отношений пары.

В подростковом возрасте чувство базовой отъединенности обычно смягчается количеством социальных связей. При этом человек, испытывая его, стремится к установлению более интимных, ограниченных диадой, отношений. При удачном завершении этого периода формируется пара, что сопровождается чувством полного единения с возлюбленным и автономии от внешнего мира.

К сожалению (или, может быть, к счастью), потенциал альтруистической, абсолютно бескорыстной любви доступен нам лишь в ограниченных пределах. Как правило, реальные чувства вновь объединившейся влюбленной пары включают в разных пропорциях страсть (физическое влечение, основанное на физической и психологической привлекательности), альтруистическую любовь как бескорыстное стремление заботиться о партнере, и гедонистическую любовь как чувство, связанное с ощущением нужности другому очень значимому человеку. Так что первый этап взаимоотношений можно было бы назвать периодом очарованности.

Вначале взаимоотношений влюбленные чувствуют духовное и физическое единение и наиболее болезненным переживанием является физическая разлука с любимым, когда окружающий мир и населяющие его люди ощущаются как чужие и незначимые. В гештальт-терапии такой тип отношений обычно обозначается как конфлюэнтный. Для людей сильно склонных к конфлюэнции разрыв отношений на данном периоде чреват возникновением глубокого отчаяния и депрессии. В дальнейшем данный опыт влюбленности может восприниматься как психическая травма.

На следующей стадии развития взаимоотношений, партнер или оба партнера начинают чувствовать, что взаимоотношения не удовлетворяют их полностью в тех или иных аспектах. Члены пары начинают осознавать свои различия. Хотя здесь сложно указать четкие временные рамки, но очевидно, что все пары приходят к этой черте. Именно в этой стадии взаимоотношений оба партнера начинают испытывать различия в индивидуальных потребностях, которые сопровождаются межличностными конфликтами. Однако автономия сопровождается чувством вины перед партнером. Многие межличностные конфликты на этом этапе могут быть разрешены посредством взаимной договоренности, что приводит к ощущению спокойствия. Это первый период, когда член пары чувствует себя одиноким по отношению к партнеру, самому близкому в межличностном плане человеку.

Третий этап взаимоотношений связан с проявлением конфликтов, которые являются неразрешимыми. С ними можно только жить. Например, когда муж или жена осознают потребности относительно моногамии или полигамии. Противоречие третьего этапа связаны не с частной конфликтной ситуацией, которая может быть разрешена в результате совместного обсуждения, а с противоречиями вызванными различиями в базовых потребностях индивидов. Они едва ли могут быть разрешены посредством заключения договора. Конфликтующая сторона может получить частичную поддержку на стороне (друзья, родственники), но ужас ситуации состоит в утрате полной интимности с человеком, который был дорог первоначально (отметим в данном контексте, что в развитии пары изначальным базовым лицом является партнер, а не собственные родители или другие значимые лица).

Часто для преодоления экзистенциального одиночества люди используют конфлюэнтные отношения (например, прилипание к партнеру, сексуальная аддикция и пр.). При сексуальной аддикции происходит очень быстрое прохождение 1 и 2 стадий цикла контакта, без достаточного осознания истинной потребности, и поспешное отсоединение на стадии постконтакта. Для симбиотических отношений (по типу «прилипания») характерно застревание на стадии ухода. Нами отмечено, что люди склонные к отношениям «прилипания», кроме того, что испытывают панический ужас перед одиночеством, также не видят для себя возможности выстраивать отношения с кем-либо еще, кроме своего партнера. Полярный вариант совладания – отношения с дефлексивным типом контактирования: человек может иметь большое количество знакомств, но они исключают глубокие взаимоотношения и серьезную привязанность.

4.3. Ответственность

Приведем несколько исходных определений. По мысли Перлза, «...слово ответственность можно понять, как способность к ответу (respons-ability): возможность ответить, мыслить, реагировать, проявлять эмоции в определенной ситуации» [13, с. 71].

«Подлинная ответственность есть лишь там, где есть действительная возможность ответа. Ответа на что? На то, что с человеком случается, что он видит, слышит, чувствует», - писал М. Бубер [4, с. 106]. По Сартру, быть ответственным, значит быть «неоспоримым автором события или объекта» [17, с. 557].

Во всех определениях ответственность подразумевает не реактивный ответ на стимул, а возможность свободного и активного выбора реакции.

Ответственность связана со свободой, выбором, долгом, виной за ошибочный выбор и связанной с виной тревогой. Р.Мэй также показал, что ответственность неразрывно связана с силой и властью как проявлением силы [10]. Хотя авторы близкие к гуманистическому направлению отделяют ответственность от вины, в том числе Бубер [4, с. 106] и Перлз [13, с. 100], в полной мере, по всей видимости, это сделать невозможно. Не случайно в русском языке в повседневной речи одним из значений слова «ответить» означает понести наказание.

На наш взгляд, любопытна связь между ответственностью, властью и деньгами. Рассмотрим взаимоотношение с этим экзистенциалом на примере. Деньги являются в социуме одним из материальных выражений силы и власти. Человек, обладающий деньгами приобретает и власть. Он может обладать большими благами, купить их, иметь больше возможностей влиять и подчинять себе других людей. Обратной стороной владения деньгами является ответственность. Владелец денег должен их сохранить (сделать так, чтобы их не отняли другие – прямые грабители или завистники-конкуренты), потратить их в большей или меньшей степени на благо себе и своему окружению (семье, партнерам по бизнесу и работникам, если таковые имеются). Кроме того, сам процесс зарабатывания или другого способа привлечения денег связан с принятием на себя ответственности за те действия, которые он предпринимает ради этого; виной, вызванной интроектами, связанные с тем, что деньги приобретаются определенным способом (торговлей, низкоквалифицированным трудом, посредством выигрыша, дарения и пр.).

В практике мы сталкивались с тем, что материальные проблемы иногда связаны со страхом ответственности за распоряжение деньгами (например, быстрая растрата, «избавление» от денег). Другой вариант, отказ от выгодных в денежном отношении предложений о работе из-за страха ответственности за полученное задание, страх перед властью, которую предоставляет карьерное продвижение. Отказ от денег может быть способом борьбы с реальной или

символической властной фигурой. В-частности, это можно проиллюстрировать примером, когда индивид имеет тенденцию очень быстро растрачивать деньги, демонстрируя этим протест против интроецированных директив парентальной фигуры о необходимости их рационального расходования.

Чрезмерный страх перед ответственностью может быть связан с интроектами (например, «Ни при каких обстоятельствах я не должен терпеть неудачу»). Таким образом, ответственность связана с экзистенциальным принуждением несовершенства. Обсудим его ниже.

4.4. Несовершенство

По определению Г.Маскалье, несовершенство – это разрыв между тем, что есть, тем, что могло бы быть, тем, что должно было бы быть.

Неспособность достичь совершенства сопровождается чувством стыда, вины и, в крайнем случае, отчаянием.

Вина в гештальт-терапии традиционно рассматривается как ретрофлексированный гнев, реальный адресат которого не осознается («вина – невысказанный упрек», по Ф.Перлзу [14]). Такой тип вины принято называть невротическим. Собственно данное представление берет начало в психоаналитической традиции. Исходя из него, основным направлением психотерапевтической работы должно быть обращение ретрофлексии и выведение агрессивных импульсов во внешнюю среду. Однако очевидно данное направление работы не должно являться единственным при некоторых состояниях. Например, при ощущении потери смысла жизни. Экзистенциальный взгляд состоит в том, что вина возникает не только как следствие ретрофлексии агрессивных импульсов в виде гнева, изначально обращенного на внешние объекты, но и вследствие отказа от действий, направленных на аутентичное самоутверждение посредством преобразования среды. В этом случае тоже можно говорить о ретрофлексии агрессии, но понимаемой шире, а точнее, ближе к буквальному значению слова *agressio*, как продвижение вперед (навстречу среде). В последнем случае терапевтичным будет осознание аутентичной вины, понимаемой как зов совести, и интроектов, блокирующими аутентичное самопроявление личности. Как писал Хайдеггер, «В голосе совести взывает к самому себе наличное бытие. То наличное бытие, которое по своей вине не достигло само-бытия» [цит. по 4, с. 199]. В данном случае, аутентичная вина может становиться силой, побуждающей человека к реализации своих истинных потребностей.

Другой случай, при котором проработка невротической вины является недостаточной, касается людей, страдающих от недостатка контроля над своими импульсами и в результате этого, наносящими реальный ущерб окружающим (например, совершающими насилие над близкими и другие антисоциальные действия). В данном случае, кроме проработки интроектов, связанных с чувством собственной плохости, необходима совместная с клиентом разработка стратегий, с помощью которых он может компенсировать причиненный вред.

Переживание несовершенство в пределе является неустранимым, как другие экзистенциальные переживания. Задачей терапевта является различение невротического чувства несовершенство связанного с переживанием невротической вины, обусловленных интроецированием чуждых индивиду требований, и здорового чувства несовершенства, связанного со стремлением индивида достичь своих собственных аутентичных целей.

4.5. Абсурд и поиск смысла

Рассмотрим соотношение феномена утраты чувства смысла и его поиска с теорией контакта гештальт-терапии.

Как известно ноогенный невроз, описанный В.Франклом [18, 19], т.е. состояние, связанное с чувством отсутствия осмысленности жизни является распространенной проблемой, начиная со второй половины 20 в.

Если связывать переживание чувства смысла с гештальтистской теорией контакта, то оно связано с процессом формирования и завершения фигуры. При качественном процессе формировании фигуры, достаточной опоре фигуры на фон (контекст), воспринимаемые объекты приобретают значение (смысл). Осознавание значения (смысла) происходит на 1 и 2 стадии цикла контакта по Гудмэну. При этом происходит все большая мобилизация возбуждения, сопровождающаяся нарастающей вовлеченностью и интересом к ситуации и выделенному объекту потребности. На стадии постконтакта смыслообразующая функция сознания включается вновь – индивид проверяет было ли обнаруженное ранее значение действительно значимым для организма. Если это не так, то у человека все еще остается возможность придать смысл приобретенному опыту в контексте будущего.

По нашему опыту, утрата чувства осмысленности жизни нередко связана с феноменом дефлексии, когда человек уклоняется от переживания своих эмоциональных состояний и/или сканирования внешнего перцептивного поля - как известно, в гештальт-теории эмоция, рассматривается как прямое ценностное переживание организмом поля «организм/среда» [12, с. 310-311]. Таким образом, нарушается контакт с потребностями организма и с объектами, которые потенциально могут стать интересными. В данном случае мы стараемся привлечь внимание клиента к ощущениям тела, эмоциональным переживаниям. А также обсуждаем с клиентом различные сферы жизни, в надежде обнаружить ту, которая может стать предметом сильного интереса и эмоциональной вовлеченности.

Также к утрате чувства осмысленности, вовлеченности и удовольствия от деятельности может приводить жесткий интроективный механизм. Клиент, казалось бы, четко и уверенно определяет свои жизненные цели (зарабатывать деньги, сделать карьеру, выйти замуж, заниматься наукой, воспитывать детей и пр.), но вместо того, чтобы давать энергию и вызывать интерес, они воспринимаются как тяжкое бремя, а их достижение не дает удовлетворения. В таком случае, мы считаем необходимым проверять, не являются ли декларируемые клиентом цели интроецированными. Основным направлением работы будет являться осознание и отторжение интроекта.

Проблемы с обнаружением смысла и целей могут быть связаны с неспособностью выйти из состояния конфлюэнции. Попытка выхода из слияния приводит к возрастанию тревоги, в результате чего человек стремится к восстановлению слияния, вхождению в слияние с другой личностью, или используя химические вещества. В очень явном виде этот феномен нам приходилось наблюдать у некоторых лиц с алкогольной зависимостью. Периоды трезвости у них сопровождались мучительными размышлениями о результативности и желаемом направлении собственной жизни.

Заключение

Положения экзистенциальной философии и психологии, на наш взгляд, не являются картой для психотерапевта и консультанта, а в лучшем случае компасом. Поэтому они не могут быть интроецированы как некая неоспоримая истина. Контакт с любыми теориями или

техниками более продуктивно рассматривать как возможность диалога, рождающего новое понимание и новое видение. В связи с этим, нам кажется уместным процитировать размышления Д. Вульфа [1] об изучении психотерапевтами работ М.Хайдеггера: «Когда мы используем теорию для того, чтобы позаимствовать инструмент для использования в терапии или чтобы иметь схему, к которой мы могли бы подгонять своих пациентов, мы просто используем экзистенциальную философию далеко не лучшим способом... Наши отклики на теорию могут быть гораздо более разнообразными. Я убежден, что мы можем читать экзистенциальную и философскую теорию как нечто имеющее прямое отношение к терапии. Мы можем воспринимать Хайдеггера (или любую другую теорию) как двустороннее отношение, в которое мы много привносим от себя и откуда много заимствуем. Таким образом, философская теория становится чем-то похожим на тренинговую экзистенциальную терапию, имеющую целью превратить нас в тип людей, способных стать философскими или экзистенциальными терапевтами».

ЛИТЕРАТУРА

1. Вульф Д. Все, что вы хотели знать о Хайдеггере (но боялись спросить у вашего терапевта) // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. - <http://existrad.narod.ru/12.htm>
2. Вулф Р. Исторические корни теории гештальт-терапии. - <http://www.vegi.ru/files/history.zip>
3. Бинсвангер Л. Бытие-в-мире. Избранные статьи. Я. Нидлмен. Критическое введение в экзистенциальный психоанализ. - М., 1999.
4. Бубер М. Два образа веры: Пер. с нем. / Под ред. П.С. Гуревича, С.Я. Левит, С.В. Лезова. - М.: Республика, 1995. - 464 с.
5. Бьюдженталь Дж. Наука быть живым: Диалоги между терапевтом и пациентом в гуманистической психотерапии. - М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 336 с.
6. Гингер С., Гингер А. Гештальт – терапия контакта. - Спб.: СпецЛит, 2001. – 288 с.
7. Долгополов Н.Б. «Куб Контакта» (Из сборника «Гештальт Недословно»)
8. Дубова Е. Экзистенциальное пространство коучинга // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. - <http://existrad.narod.ru/dubova.htm>
9. Кочюнас Р. Экзистенциальная терапия: исследование способов построения жизни. // Независимый психиатрический журнал, 1998. - №3. – С. 33-39.
10. Мэй Р. Сила и невинность. – М.: Смысл, 2001. – 319 с.
11. Перлз Л. Некоторые аспекты Гештальт-терапии. - <http://members.tripod.com/~yarkor/psychotherapy/lpaspects.html>
12. Перлз Ф. Внутри и вне помойного ведра. Перлз Ф., Хефферлин Р., Гудмен П. Практикум по гештальттерапии. - Спб.: Изд-во «Петербург-XXI век», 1995. – 448 с.
13. Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. - М.: Издательство «Либрис», 1996. – 240 с.

14. Перлз Ф. Гештальт-семинары. Гештальт-терапия дословно. / Пер. с англ. - М.: Институт Общегуманитарных исследований, 1998. – 326 с.
15. Резник Р. Гештальттерапия: принципы, точки зрения и перспективы. // Гештальт 95. Сборник материалов Московского Гештальт Института за 1995 г. - Москва, 1996.
16. Робин Ж.-М. Экологическая ниша. Очерк о теории поля в гештальт-терапии.// Гештальт 15. Сборник материалов Московского гештальт института за 1994г. - Минск: ИПП Министерства экономики,1995. – С. 28.
17. Сартр Ж.П. Бытие и ничто: Опыт феноменологической онтологии. – М.: Республика, 2000. – 639 с.
18. Франкл В. Доктор и душа. - Спб., 1997.
19. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М., 1990. – 368 с.
20. Хайдеггер М. Время и бытие. Статьи и выступления. - М., 1993. – 447 с.
21. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. - М., 1999. – 576 с.

© Новосибирский Гештальт Центр

По материалам <http://gestaltnsk1.narod.ru/>