

Андрей Гронский

*Гештальт-
терапия от
А до Я*

Краткий словарь терминов
гештальт-терапии



Андрей Гронский

**Гештальт-терапия от А
до Я. Краткий словарь
терминов гештальт-терапии**

«Издательские решения»

Гронский А.

Гештальт-терапия от А до Я. Краткий словарь терминов гештальт-терапии / А. Гронский — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-831579-4

В этой брошюре собраны термины, как специфичные только для гештальт-терапии, так и термины, используемые в других терапевтических направлениях, но применяемые в гештальт-терапевтическом подходе. Их трактовка сопровождается определениями и цитатами из работ основателей и известных практиков гештальт-терапии, которые наиболее ясно выражают их суть. Словарь адресован тем, кто начинает свое изучение гештальт-метода, и призван помочь им систематизировать для себя используемые в его рамках понятия.

ISBN 978-5-44-831579-4

© Гронский А.
© Издательские решения

Содержание

От автора	6
Алфавитный указатель	7
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Гештальт-терапия от А до Я
Краткий словарь терминов
гештальт-терапии
Андрей Гронский

© Андрей Гронский, 2016

Редактор Ирина Анатольевна Гронская

ISBN 978-5-4483-1579-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

Целью этой работы было объединить в одном издании все термины, употребляемые в гештальт-терапии. Нередко в процессе изучения и преподавания гештальт-терапии возникают трудности связанные с пониманием и трактовкой понятий в ней используемых. Лично для меня долгое время оставались загадкой слова «фигура и фон», «поле», «завершенный гештальт» и т. п. Поэтому я постарался собрать в этой брошюре термины, как специфичные только для гештальт-подхода, так и используемые в других терапевтических системах, но применяемые в гештальт-терапии, и вычленил из первоисточников определения и цитаты, которые наиболее ясно выражают их суть.

Словарь имеет следующую структуру: вначале помещен алфавитный указатель терминов; следующая часть включает статьи, их толкующие. Статьи расположены в порядке, по возможности обеспечивающем их логическую взаимосвязанность. Эта часть словаря представляет собой тезисное изложение теории гештальт-терапии (технические аспекты гештальт-метода сознательно оставлены вне рассмотрения). Автор надеется, что это изложение позволит составить не столько глубокое, сколько целостное представление о теории Гештальта; для более глубокого ознакомления с теоретическими положениями стоит обратиться к литературе, указанной в конце брошюры. Словарь снабжен литературным указателем использованных работ со ссылками на страницы, на которых имеется разъяснение толкуемых понятий. При составлении словаря использовались как известные, ставшие классическими тексты, так и более современные теоретические работы некоторых зарубежных и отечественных гештальт-терапевтов, а также некоторые философские работы, имеющие отношение к методологическим основам гештальт-терапии. Надеюсь, что приводимые цитаты помогут передать дух изначальной теории гештальт-подхода.

Автор надеется, что словарь будет полезен тем, кто начинает свое изучение гештальт-метода.

А также пользуясь, случаем хочу выразить признательность Нифонту Долгополову и Московскому институту Гештальта и Психодрамы за то, что они в свое время открыли для психологического и психотерапевтического сообщества Новосибирска живую традицию гештальт-терапии.

Андрей Гронский

Условные обозначения – В квадратных скобках в конце цитат указаны фамилии авторов, в круглых скобках – номер печатного издания в библиографическом списке, перед закрывающей квадратной скобкой – номера цитируемых страниц. Например: [Перлз (19), с. 8].

– Примечанием (*см.*) в тексте отмечены понятия и термины, толкуемые в других статьях словаря.

— *Жирным курсивом* в тексте выделены термины, на которые имеются указания в алфавитном указателе, но которым не посвящена отдельная статья.

Алфавитный указатель

- Агрессия 13
- Актуальность 16
- Ассимиляция 25
- Баланс фрустрации и поддержки (см. фрустрация) 43
- Бессознательное 20
- Взрыв (см. уровни невроза) 35
 - внешний (см. уровни невроза)
 - внутренний (см. уровни невроза)
- Вина (см. слияние) 29
- Возбуждение 13
- Вытеснение 20
- Гештальт 9
- Гештальт институты 45
- Гештальт незавершенный 15
- Гештальт фиксированный 15
- Граница контакта 24
- Границы Я 36
- Девиация (см. дефлексия) 29
- Действие незавершенное (см. гештальт незавершенный) 15
- Десенситизация (десенсибилизация) 30
- Дефлексия 29
- Диалог 43
- Долженствования (см. шуддизм) 22
- Дыры в личности 39
- Здоровье 44
- Значение (см. фигура – фон) 9
- Зоны осознания (см. осознание) 17
 - зона внешняя
 - зона средняя (см. осознание)
 - зона фантазии (см. осознание)
 - зона внутренняя
- Зрелость 44
- Игра в самобичевание (см. противоположности) 38
- Ид (см. функция Оно) 32
- Идентификация- отчуждение 31
- Идентификация ложная (см. идентификация – отчуждение, интроекция, противоположности) 31, 26, 38
- Иерархия потребностей 14
- Избегание (см. также вытеснение) 21
- Интроекция 26
- Интроекция здоровая (см. интроекция) 26
- Интроекция патологическая (см. интроекция) 26
- Квази-потребность (см. потребность) 11
- Контакт 23
- Контакт финальный (см. цикл опыта) 24
- Контактирование (см. цикл опыта) 24

Контекст (см. фигура/фон) 9
Конфликт 39
Конфлюэнция (см. слияние) 29
Концептуализация 23
Личность (см. функция Личность) 32
Манипуляция 34
Механизмы защиты (см. сопротивление) 25
Нападающий – защищающийся (см. противоположности) 38
Невроз 34
Неосознаваемое (см. бессознательное) 20
Обвинитель-обвиняющий (см. противоположности) 38
Обида (см. слияние) 29
Органическая саморегуляция 14
Осознавание 17
Ответственность 19
Парадоксальная теория изменения (см. шуддизм) 22
Перенос 40
Персона (см. функция Личность) 32
Повествовательность (см. эбаутизм) 21
Поле организм/среда 10
Полярности (см. противоположности) 38
Потеря функции Эго (см. функция Эго) 33
Потребность 11
Проекция 27
Проекция патологическая (см. проекция) 27
Проекция творческая (см. проекция) 27
Противоположности 38
Профлексия 29
Равновесие гомеостатическое (см. органическая саморегуляция) 14
Ретрофлексия 28
Ретрофлексия патологическая (см. ретрофлексия) 28
Ретрофлексия творческая (см. ретрофлексия) 28
Самость 31
Сейчас-и-как (см. актуальность) 16
Система ориентации (см. контакт) 23
Система манипуляции (см. контакт) 23
Ситуация незавершенная (см. гештальт незавершенный) 15
Слияние 29
Слияние здоровое (см. слияние) 29
Слияние патологическое (см. слияние) 29
Смысл (см. фигура / фон) 9
«Собака сверху – собака снизу» (см. противоположности) 38
Сопротивление 25
Сопротивление патологическое (см. сопротивление) 25
Сопротивление творческое (см. сопротивление) 25
Способы прерывания контакта (см. сопротивление) 25
Способы регуляции границы контакта (см. сопротивления) 25
Структура невроза (см. уровни невроза) 35

Сэлф (см. самость) 31
Творческое приспособление 44
Трансфер (см. перенос) 40
Тревога (см. актуальность, возбуждение) 16, 13
Тупик (см. уровни невроза) 35
Уровни невроза 35
Уровень клише (см. уровни невроза) 35
Уровень синтетический (см. уровни невроза) 35
Уровень смерти (см. уровни невроза) 35
Феноменология 41
Фигура (см. гештальт, фигура/фон) 9
Фигура/фон 9
Фон (см. фигура/фон) 9
Фрагментация личности 40
Фрустрация 43
Функция Личность 32
Функция Оно 32
Функции самости (см. самость) 31
Функция Эго 33
Характер 37
Цикл актуализации и удовлетворения потребности (см. цикл опыта) 24
Цикл интерактивный (см. цикл опыта) 24
Цикл контакт-уход (см. цикл опыта) 24
Цикл опыта 24
Цикл потребностный (см. цикл опыта) 24
Части личности (см. противоположности, конфликт, фрагментация личности, шуддизм) 38, 39, 40, 22
Шуддизм 22
Эбаутизм 21
Эго (см. функция Эго) 33
Эго-граница (см. границы Я) 36
Эготизм 30
Эмоции 12
Я (см. самость) 31
Я-идеал (см. противоположности) 38
Я – ты отношение (см. диалог) 43
Язык Эго 33
Язык ответственности (см. язык Эго) 33

Гештальт – понятие было позаимствовано Ф. Перлзом из гештальт-психологии – направления психологической мысли, сформировавшегося в начале XX в. В приблизительном переводе с немецкого слово «гештальт» (Gestalt) означает «*фигура*, форма, конфигурация, паттерн». Гештальт определяют как специфическую организацию индивидуальных частей, которая создает целостность. Данный термин подразумевает уникальность организации элементов, – это означает, что целое не является механической суммой частей. Так, например, семь нот составляют октаву, только будучи сгруппированы в определенном порядке. Ранние гештальт-психологи занимались исследованиями законов восприятия. Ими был открыт факт, что человек воспринимает не отдельные, не связанные между собой элементы, а актом

восприятия он изначально организует их в значимые *фигуры* (гештальты). Основной принцип гештальт-психологии как теоретического направления состоит в том, что анализ частей не может обеспечить понимание целого. «Если вы расчленили гештальт, то он уже таковым не является» [Перлз (18), с. 17]. Перлз расширил применение этого принципа, используя его для анализа человеческой личности, ее переживаний и поведения.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.