

УДК 615.851(075)  
ББК 53.57я7  
П43

Главный редактор:  
д-р псих. наук., акад. РАО *Д.И. Фельдштейн*

Зам. главного редактора:  
д-р псих. наук., акад. РАО *С.К. Бондырева*

Члены редакционной коллегии:  
*Ш.А. Амонашвили; В.А. Болотов; А.А. Деркач; А.И. Донцов; И.В. Дубровина;  
В.П. Зинченко; В.Г. Костомаров; Н.Н. Малофеев; В.Л. Матросов; Н.Д. Никандров;  
В.В. Рубцов; М.В. Рыжаков; Э.В. Сайко*

### **Погодин И.А.**

П43 Психотерапия, фокусированная на диалоге : учебное пособие /  
И.А. Погодин. — 3-е изд., стер. — Москва : ФЛИНТА, 2022. — 270 с. —  
ISBN 978-5-9765-0885-9. — Текст : электронный.

Книга представляет собой введение в диалоговую модель психотерапии, развиваемую автором в методологическом русле гештальт-подхода. В ней отражены базовые ценности психотерапии, сфокусированной на диалоге. Детально рассматриваются представления о природе психического, опирающиеся на полевой подход в психологии, а также анализируются особенности феноменологического метода в психотерапии. Отдельное место занимает анализ центральной для диалоговой психотерапии категории – переживания. Кроме того, автором описываются особенности применения диалоговой модели психотерапии в психотерапевтической практике. В фокусе внимания при этом – феноменологический процесс восстановления процесса переживания у клиентов, осуществляемый в рамках предлагаемой психотерапевтической модели. Диалоговая модель гештальт-терапии рассматривается в качестве психотерапии иницируемого управляемого кризиса. Особое внимание уделяется личным особенностям терапевта как фактору успешности терапевтического процесса. Текст иллюстрирован случаями из частной практики автора.

Книга адресована гештальт-терапевтам, практическим психологам, психотерапевтам, социальным педагогам, социальным работникам, а также аспирантам и студентам психологических специальностей.

УДК 615.851(075)  
ББК 53.57я7

ISBN 978-5-9765-0885-9

© Погодин И.А., 2017  
© Издательство «ФЛИНТА», 2017

## СОДЕРЖАНИЕ

|                   |   |
|-------------------|---|
| Предисловие ..... | 7 |
|-------------------|---|

|  |           |
|--|-----------|
| <b>МЕТОДОЛОГИЯ ПСИХОТЕРАПИИ,<br/>ФОКУСИРОВАННОЙ НА ДИАЛОГЕ .....</b> | <b>14</b> |
|--|-----------|

|  |    |
|--|----|
| Диалоговая модель психотерапии:<br>философско-методологические основания<br>и базовые ценности ..... | 14 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| Методологические основания диалоговой психотерапии ..... | 14 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| Ценности психотерапии, фокусированной на диалоге ..... | 19 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| Self: концепт, описывающий природу психического<br>(анализ применения категории self в методологии<br>диалоговой модели терапии) ..... | 31 |
|--|----|

|   |    |
|---|----|
| Self-парадигма, механизмы ее формирования,<br>травматическая self-парадигма ..... | 32 |
|---|----|

|   |    |
|---|----|
| Терапия посредством инициации кризиса ..... | 38 |
|---|----|

|   |    |
|---|----|
| Диалектика стабильного и динамичного в self ..... | 40 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| Простые и комплексные функции self ..... | 45 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| Контакт как пространство и инструмент<br>терапевтически значимых изменений ..... | 48 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| К анализу категорий контакта и диалога ..... | 49 |
|--|----|

|                                  |    |
|----------------------------------|----|
| О переносе и сопротивлении ..... | 51 |
|----------------------------------|----|

|   |    |
|---|----|
| О децентрализации власти и клинической проблематике ..... | 57 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| Об условиях формирования способности к диалогу ..... | 59 |
|--|----|

|  |    |
|--|----|
| Диалектика адаптационного и творческого векторов<br>в переживании реальности ..... | 65 |
|--|----|

|   |    |
|---|----|
| Творческая self-интенция как основание динамики<br>реальности ..... | 66 |
|---|----|

|  |    |
|--|----|
| Сущность и задачи процесса переживания ..... | 69 |
|--|----|

|   |           |
|---|-----------|
| Формирование адаптационного вектора в переживании.<br>Диалектика творчества и адаптации .....     | 72        |
| Феноменология как основной метод диалоговой модели<br>психотерапии .....                          | 82        |
| Сущность феноменологии: философский экскурс .....   | 82        |
| Феноменология в оппозиции детерминизму .....  | 86        |
| О феноменологическом мышлении .....   | 90        |
| <b>СУЩНОСТЬ ДИАЛОГОВОЙ ПСИХОТЕРАПИИ:<br/>ПРАКТИЧЕСКИЕ И ПРИКЛАДНЫЕ АСПЕКТЫ .....</b>              | <b>97</b> |
| Феноменологическое сопровождение восстановления<br>и поддержания процесса переживания .....       | 97        |
| Психотерапия управляемого кризиса .....   | 114       |
| Значение управляемого кризиса для психотерапии .....  | 115       |
| Поддержка и фрустрация как инструменты терапии<br>управляемого кризиса .....                      | 121       |
| Self-особенности терапевта как условие и инструмент<br>диалоговой психотерапии .....              | 126       |
| Любопытство к миру Другого и его источник .....   | 127       |
| Личные особенности терапевта и клиента в динамике<br>терапевтического поля .....                  | 132       |
| О «профессиональном» и «человеческом» .....   | 136       |
| Природа контакта и переживания как фактор<br>терапевтического процесса .....                      | 140       |
| Опора на природу переживания .....  | 141       |
| О легализации права на одиночество .....  | 148       |
| О значении терапевтической паузы .....  | 149       |
| О спонтанности переживания в феноменологическом<br>поле терапии и терапевтических гипотезах ..... | 155       |
| Об эффективности диалоговой психотерапии .....  | 157       |
| Замечания относительно экологии и эффективности<br>диалоговой модели терапии .....                | 158       |
| Естественная экология диалоговой психотерапии .....   | 158       |

|   |     |
|---|-----|
| Особенности диалоговой модели супервизии .....        | 161 |
| Критерии эффективности и окончание психотерапии ..... | 165 |

## **ПСИХИЧЕСКАЯ ТРАВМА КАК СЛЕДСТВИЕ УТРАТЫ ВОЗМОЖНОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ .....**

|   |     |
|---|-----|
| Переживание в этиологии психической травмы .....  | 170 |
| Место и роль психической травмы в жизни человека и<br>в психотерапии .....              | 171 |
| Переживание как процесс ассимиляции<br>текущего опыта .....                             | 173 |
| Прерывание процесса переживания в генезе<br>психической травмы .....                    | 177 |
| Дефицит ресурсов в поле «организм—среда»,<br>определяемом травматогенным событием ..... | 180 |
| Утрата способности к творческому приспособлению<br>в травматическом генезе .....        | 185 |
| Хроническая ситуация низкой интенсивности .....   | 185 |
| Разрушение возможности контроля .....   | 187 |
| Деформация границы контакта в поле<br>«организм—среда» .....                            | 189 |
| Посттравматическое стрессовое расстройство .....  | 193 |

## **ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ И КРИЗИСА .....**

|   |     |
|---|-----|
| Психотерапия психической травмы .....   | 197 |
| Self-парадигма и психическая травма: диалектика<br>динамичности и стабильности психических<br>процессов ..... | 198 |
| Терапевтическое сопровождение self-динамики:<br>поддержка инноваций .....                                     | 202 |
| Психическая боль в травматическом генезе .....  | 210 |
| Экология кризисной психотерапии .....   | 217 |
| Психологическая помощь в ситуации суицидоопасного<br>кризиса .....  | 220 |

|  |            |
|--|------------|
| Модель психологической помощи в суицидоопасной ситуации .....                | 221        |
| Иллюстрация описываемой модели .....   | 227        |
| <b>ФИЛОСОФСКО-ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ЭССЕ .....</b>                            | <b>231</b> |
| К современному пониманию этики (аксиологические аспекты психотерапии) .....  | 231        |
| ЭССЕ О СВОБОДЕ ВЫБОРА .....  | 231        |
| К определению понятий морали, этики и цинизма .....                          | 231        |
| Мораль и этика в современную эпоху .....                                     | 233        |
| Этикообразующая деконструктивная природа цинизма .....                       | 235        |
| Значение цинизма для современной психологии и психотерапии .....             | 237        |
| К постмодернистской критике категорий времени, пространства и личности ..... | 242        |
| ЭССЕ О ПЕРЕЖИВАНИИ .....   | 242        |
| О ценности категорий времени, пространства и личности .....                  | 242        |
| К ревизии традиционной модели реальности .....                               | 244        |
| О модели реальности, основанной на примате переживания .....                 | 249        |
| Глоссарий .....  | 253        |
| Литература .....   | 255        |