

И.А. Погодин

**ПСИХОТЕРАПИЯ КАК ПУТЬ
ФОРМИРОВАНИЯ И
ТРАНСФОРМАЦИИ
РЕАЛЬНОСТИ**

3-е издание, стереотипное

Москва
Издательство «ФЛИНТА»
2020

УДК 159.9+615.8(082)
ББК 53.57
П43

А в т о р:

Погодин И.А. — канд. психол. наук, доцент, гештальт-терапевт,
супервизор, директор Института Гештальта,
главный редактор «Вестника Гештальт-терапии»

Погодин И.А.

П43 Психотерапия как путь формирования и трансформации
реальности [Электронный ресурс] / И.А. Погодин. — 3-е изд.,
стер. — М. : ФЛИНТА, 2020. — 328 с.

ISBN 978-5-9765-2147-6

В книге рассматриваются философские и естественнонаучные основания психотерапии переживанием. В частности, речь идет о концепции первичного опыта. Автор предпринимает довольно глубокий экскурс в философию, а также в базовые основания квантовой физики. В книге также довольно подробно излагается сущность теории поля, которая лежит в основе психотерапии переживанием. Основываясь на всем этом, предлагается оригинальная модель психотерапии, которая имеет колоссальные ресурсы для трансформации человека и реальности его жизни.

Для гештальт-терапевтов, практических психологов, психотерапевтов, социальных педагогов, социальных работников, а также аспирантов и студентов психологических специальностей.

УДК 159.9+615.8(082)
ББК 53.57

ISBN 978-5-9765-2147-6

© Погодин И.А., 2015
© Издательство «ФЛИНТА», 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Диалогово-феноменологическая терапия: процесс развития
(предисловие научного редактора) 7

ПЕРВИЧНЫЙ ОПЫТ В ПСИХОТЕРАПИИ ПЕРЕЖИВАНИЕМ: НА ПЕРЕКРЕСТКЕ ФИЛОСОФИИ И ФИЗИКИ

Что такое первичный опыт?	11
Субъект и объект как привычные для нашего сознания абстракции поля	11
Внутренний мир и внешняя реальность	17
Время и пространство как абстракции поля	19
Переживая Апокалипсис	26
Мы — современники конца Света?	27
Принятие реальности времени, личности и пространства как основание клинической традиции в психиатрии	31
Мышление и первичный опыт	32
Мысль как феномен поля: творческий и адаптационный векторы переживания	33
Творчество переживания в динамике мыслительных процессов	37
Мысль не обусловлена ничем: феноменология vs детерминизм	42
Жизнь как непрерывный акт рождения	45
Миф о стабильности психического	45
Последствия культивирования мифа о стабильности психического	51
Миф или реальность?	55
Рождаясь каждую секунду заново	60
Психотерапия и современная физика: аналогии и размышления	64
Психологические и естественнонаучные революции начала XX столетия	64
Некоторые наиболее интересные для психотерапии положения квантовой механики	66
Философские аналогии с тезисами квантовой механики	73
Античная философия	74
Начало философии Нового времени. Р. Декарт	79
«День сурка»	84
Мифическое сознание и теолого-философские аналогии с тезисами квантовой механики	86
Греческая, скандинавская, славянская и прочие мифологии	86
Буддизм	88
Христианство	88

ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЙ ПАРАДОКС ПРИСУТСТВИЯ

Психотерапия переживанием и идеи квантовой механики	94
Размышляя над квантовой психотерапией	95
Суперпозиция: свободный выбор или концепция	97
От концепции — к суперпозиции	102
Условия и механизмы доступа к суперпозиции	105
Фундаментальный парадокс присутствия: путь к трансформации реальности	110
Реальность и статус субъекта	111
Парадокс присутствия на пути к суперпозиции	114
Достижима ли суперпозиции в процессе психотерапии	117
Суперпозиция и первичный опыт	120
Теологические коннотации фундаментального парадокса присутствия	120
Фундаментальный парадокс присутствия и его следствия	121
Молитва: средство разрушения власти объекта и концепции	122
Медитация и фундаментальный парадокс присутствия	126
Глас Божий, или коллапс волновой функции: доступ к первичному опыту	128

ТЕОРИЯ ПОЛЯ В ПСИХОТЕРАПИИ ПЕРЕЖИВАНИЕМ

Диалогово-феноменологическая интерпретация теории поля	131
Существует ли теория поля?	131
Несколько слов о структуре презентации диалогово- феноменологической теории поля	134
К истокам феноменологического поля	135
Взаимное рождение в осознании: формирование психической жизни	136
Формирование поля	141
Структура феноменологического поля	146
Сегментирование поля	146
Переживание vis-à-vis концепция	150
Психологическая динамика феноменологического поля	163
Фундаментальные силовые линии поля	164
Динамика поля: отношение к хаосу	169
Как функционируют переживание и концепция	174
«Конусно-слоевая» модель организации поля	179
Сущность конусно-слоевой модели поля	179
Перспективы психотерапии, основанной на конусно-слоевой модели поля.	184

Принципы построения психотерапевтической практики, основанной на конусно-слоевой модели поля	187
Некоторые частные аспекты представлений о полевой динамике	190
Коллапс наблюдателя	191
Феноменологическая динамика поля и контакт	197
О природе желания	203
Существует ли интенсивность чувств?	206

ПРАКТИКА ПСИХОТЕРАПИИ, ФОКУСИРОВАННОЙ НА ПЕРВИЧНОМ ОПЫТЕ

Психотерапия, фокусирующая на первичном опыте: практическое применение концепции	207
Феноменологические принципы построения терапевтической интервенции	207
О значении свободного выбора для построения интервенции	214
Некоторые частные аспекты психотерапевтической практики	217
Соотношение качества контакта и его содержания	220
Размышляя над аргументами оппонентов	222
Интервенция терапевта, исходящая из спонтанной динамики переживания, может отражать личную проблему самого терапевта	224
Клиент может быть психологически не готов к ассимиляции прямых феноменологических реакций терапевта	229
Спонтанная реакция терапевта может сместить фигуру сессии	231
Терапия не для терапевта, а для клиента.	232
Спонтанная феноменологическая динамика переживания не позволяет выдерживать единую терапевтическую стратегию	235
Условия экологии психотерапии переживанием	238
Феноменологический метод	239
Способность к осознанию у терапевта	240
Способность терапевта к построению присутственного контакта	241
Свобода терапевта в переживании	243

ФИЛОСОФИЯ ПСИХОТЕРАПИИ ПОСТМОДЕРНА

От морали к этике — на пути цинизма	249
К категориям морали, этики и цинизма	249
Мораль и этика на перекрестке эпох	251
Этикообразующая природа цинизма	253
Цинизм в психотерапии	255

Время, пространство и личность: постмодернистский взгляд	260
Понятия времени, пространства и личности	260
Ревизия традиционной модели реальности	262
Модель реальности, основанной на примате переживания	267
Творчество в эпоху постмодерна	270
Интроекция и творческая эволюция	271
Сущность творчества	273
Сомнение и творческий процесс	274
Ресурсы и сложности творческого процесса	276
Экология и эволюция вируса	277
О природе человека	278
О механизмах эволюции	280
О дуализме self	283
«Куручка Ряба» как прививка от безумия (или оставьте «Куручку» в покое!)	288
Литература	292
Об авторе	315