



Гештальт принципы
для работы с текстами и для
жизни

Сосновская А.М.



Self- процесс



- Сканирование
- Интерпретация
- Переживание
- Оценка
- Прогнозирование
- Действие
- Создание смыслов поля
- Составление карты поля с самопозиционированием



Осознавание

- Создание/конструирование
СМЫСЛОВ
- Почва для интеграции опыта



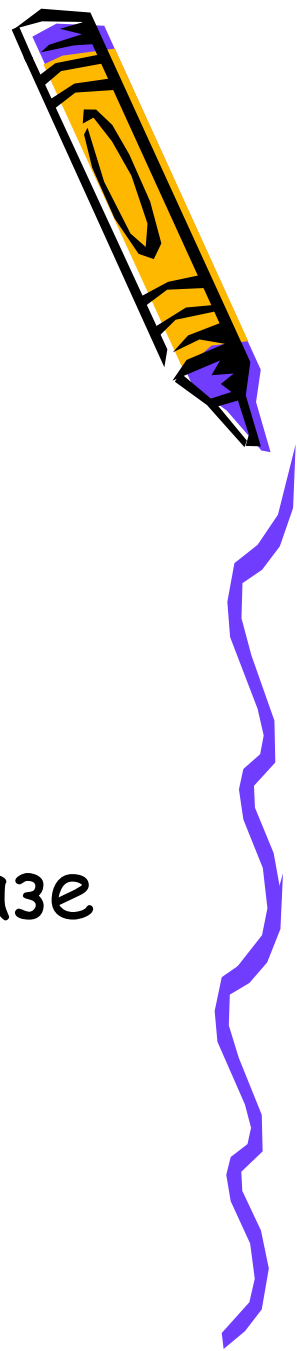
Нарратив, повествование



- Продукт культуры и часть self-процесса
- Форма смыслообразования
- Целостные картины
- Завязка-кульминация-развязка
- Причинно-следственные связи. Корреляции.
(если, то; при данных условиях в таком-то месте и времени произошло некоторое событие, и результат оказался следующим)
- Юмор - несуразица в корреляции и/или развязке



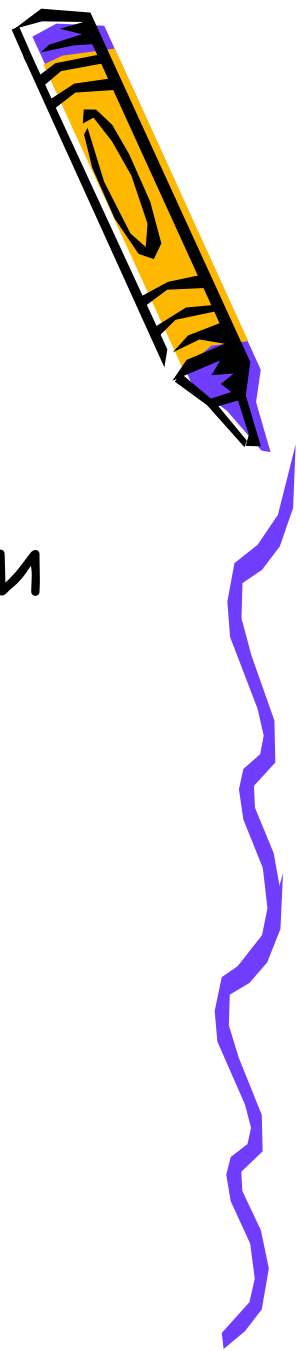
Конструирование реальности



- Мы не видим причинно-следственных связей
- Мы видим очередность явлений
- Мы создаем историю, организованную логически, на базе здравого смысла, конструкцию



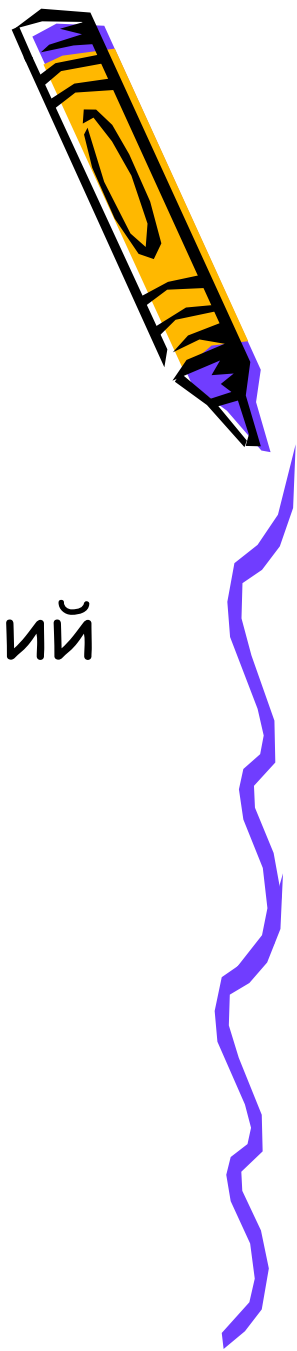
Способ организации мира



- Интерпретативный процесс
- Осмысление последовательности
- Нахождение причин
- Решение задач путем создания, запоминания и использования осмысленных последовательностей



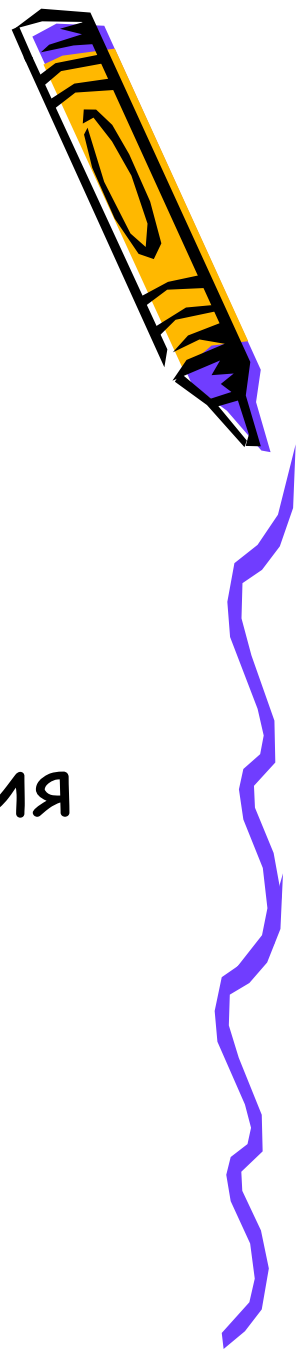
История



- Основная форма интерпретации и смысла
- Постоянный процесс (создания историй = интерпретации поля)
- Удовольствие от рассказывания и узнавания историй (в СМИ в т.ч.)
- Память имеет повествовательную структуру



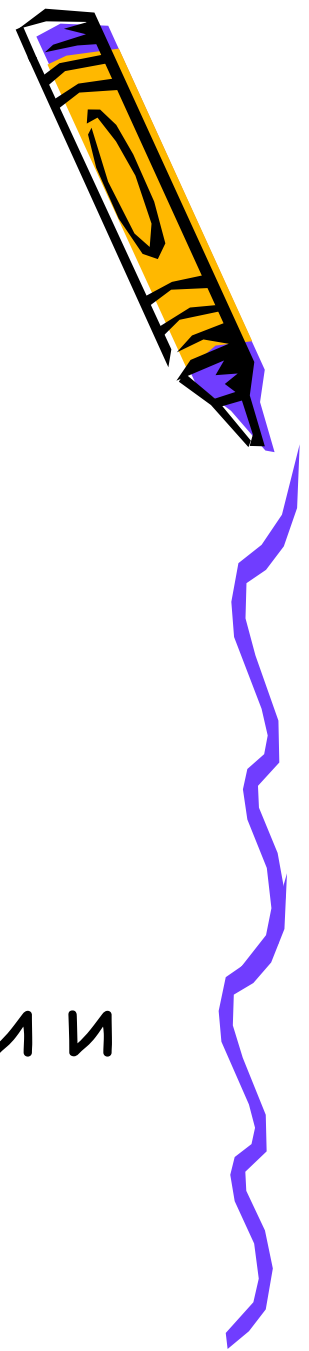
Непрерывное конструирование своей истории



- Self - автор
- Близость - обмен историями о поведении и опыте
- Активность восприятия и познания
- Эмпатическому взгляду присуще деконструктивное воздействие



Истории *self* в поле другого



- Близкий свидетель
- Открытость
- Разрешение стыда и одиночества
- Контакт
- Возможность
переструктурирования, адаптации и
роста *self*



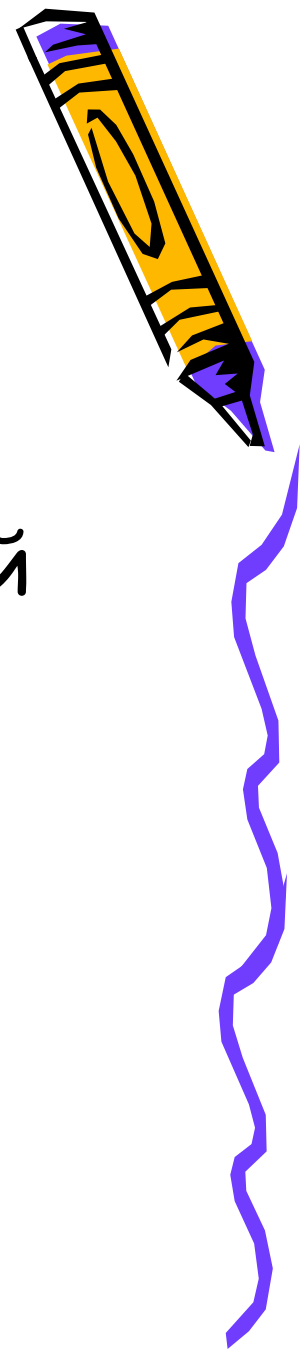
Психотерапия

- Формальная поддержка деконструкции фиксированных и дисфункциональных повествований *self*
- Нарративная терапия

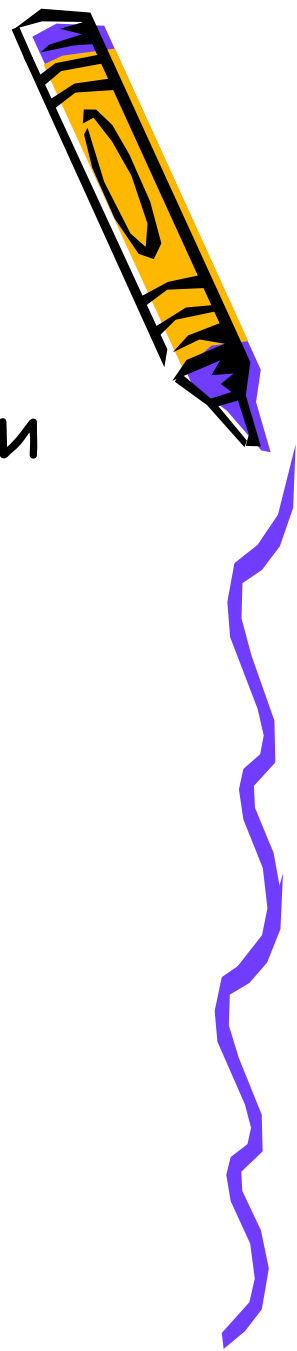


Культура

- История
- Осмысленная система убеждений
- Повествовательная форма



Культура (2)



- Формирует область поддерживаемых и разрешенных историй
- Набор контекстов
- Парадигма
- Диапазон мыслимого, легального, возможного
- Имеет внутренние дифференциации и границы



Про терапию (заметки)



- Граница контакта - включенность в ситуацию
- Граница может быть внутри себя, на своей территории, и вне себя - в области своей экспансии и общего поля.
- В диалоге угадывать и различать мета-коммуникацию.



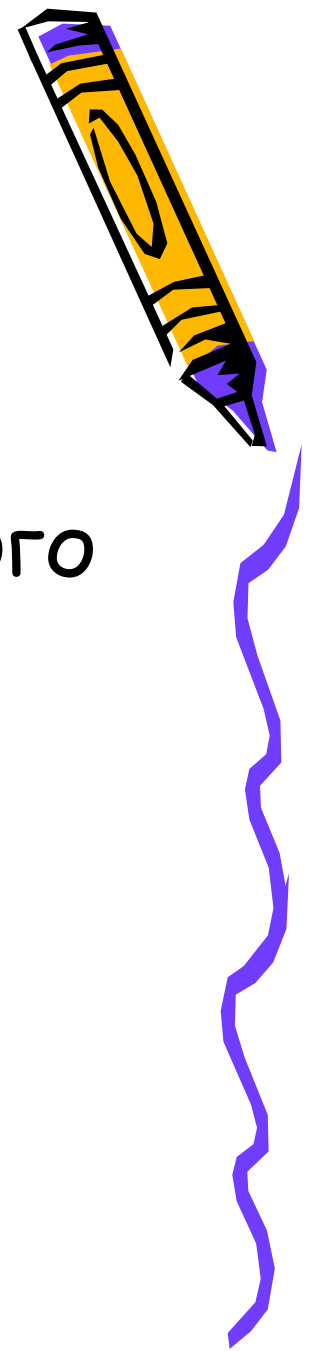
Одна из границ культуры



- Заметная, универсальная, структурирующая, доминирующая, не обсуждаемая
- Культуральный конструкт половой принадлежности



Половая принадлежность



- Гендерное повествование
- Совокупность историй для каждого пола
- Рекомендованные формы поведения
- Критика - деструктурирование и пересмотр гендерных норм и повествований



Индивидуализм



- Эксплуатация
- Конкуренция
- Отчуждение
- Все взаимосвязано и человек часть глобальной экологической системы
- Необходимы новые истории self, восстановление взаимозависимых отношений между частью и целым, индивидом и полем.
- Деконструкция гендерной идеологии, иное понимание смысла здоровья, этики, политики

