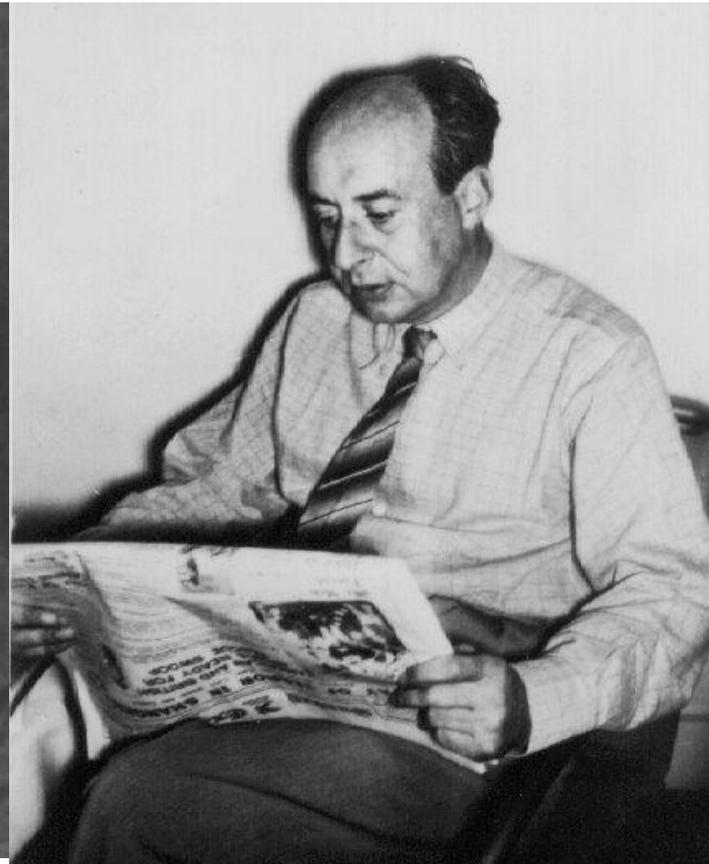


Фредерик Саломон Перлз

8 июля 1893- 14 марта 1970





Основные идеи:

- 1) Анализ частей не может обеспечить понимание целого.
- 2) Человеческое восприятие имеет свою собственную организацию, которую нельзя сводить к сумме ощущений. Именно организм выбирает то, что индивиду важно в данный момент, является главным.

Вывод :Индивид сам несет ответственность за свой выбор.

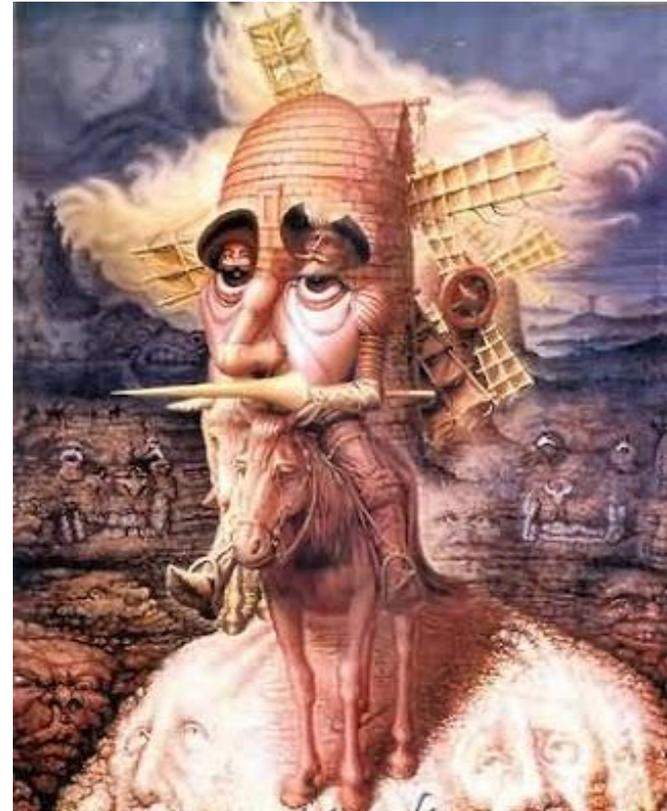
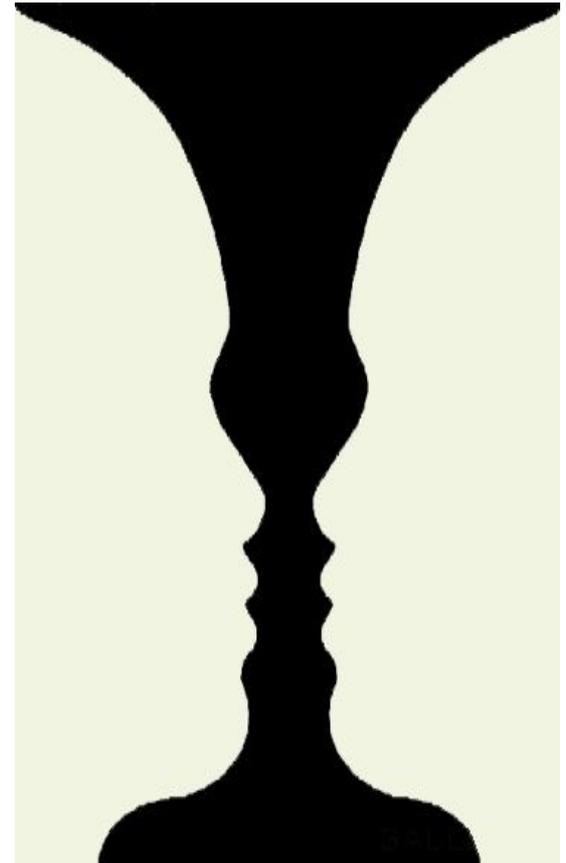


Схема построения гештальта и его разрушения:





**Уровни психологического процесса, которые Ф. Перлз
называет *уровнями невроза*:**

1. Первый уровень - уровень фальшивых отношений, игр и ролей.
2. Второй уровень - фобический
3. Третий уровень - уровень тупика и отчаяния.
4. Четвертый уровень - имплозия
5. Пятый уровень - эксплозия, взрыв.



Суть терапевтического подхода Перлза. Нарушения.

-Если есть потребность неудовлетворенная, то долгое время остается ведущей, возникает внутреннее напряжение, гештальт не завершен и другой гештальт уже не может возникнуть, мешает неотреагированная проблема .

-Осознание и способность сосредоточиться на настоящем. Для удовлетворения своих потребностей человек должен находиться в зоне внутреннего и внешнего осознания .
Средняя зона: зона мыслительных процессов. Человек сосредотачивается именно на средней зоне.

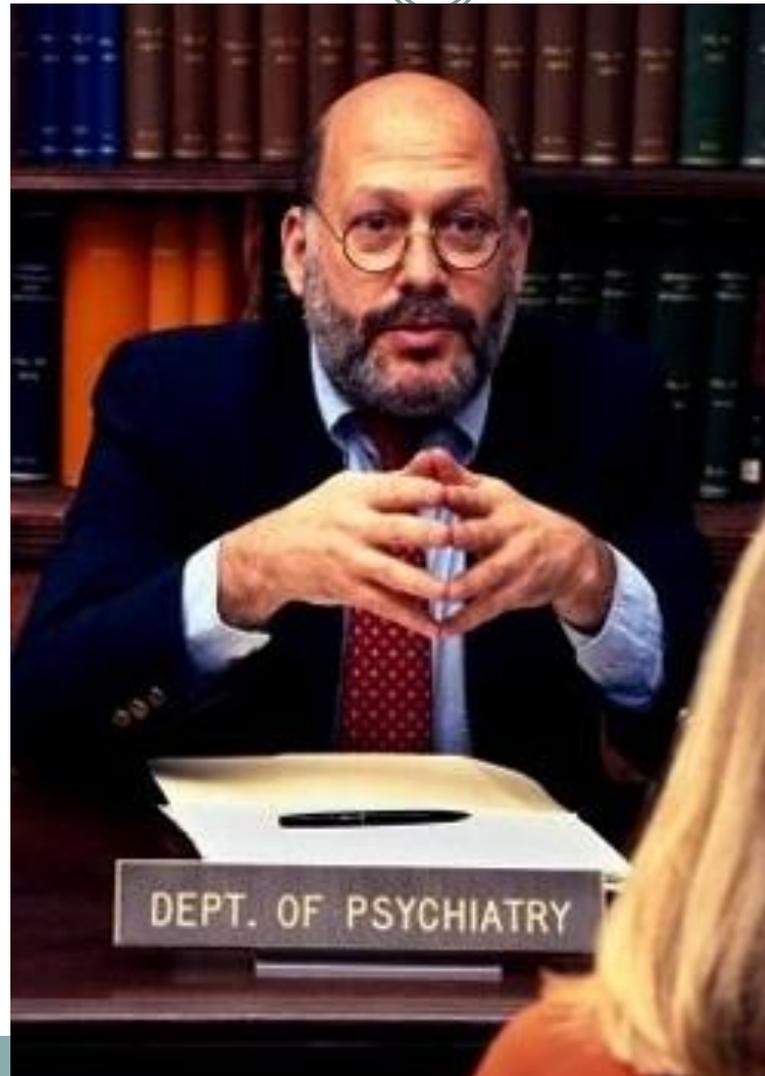
-Противоположности. Согласно гештальт - терапии наше восприятие организовано через противоположности. Каждая из сторон имеет противоположность и важно осознать каждую из них.

-Функции защиты или нарушения контакта .Механизмы :

- *Слияние
- *Ретрофлексия
- *Интроекция
- *Проекция
- *Конфлуенция
- *Дефлексия

Методики работы в гештальт-терапии:

Методика «двух стульев».



Методика «разыгрывания ролей».



Следует немного пояснить, что любое негативное переживание, полученное в прошлом, неизбежно оставляет свой след в душе, и с точки зрения гештальт-теории, формируется незавершенный образ, который требует своего разрешения



Методика «Работа с мечтой».



Закljučается в отождествлении мечты с реальностью и принятием отчужденных фрагментов личности



Преодоление внутреннего сопротивления.



Когда человек в группе не хочет в силу каких-либо причин выполнять предлагаемое терапевтом задание, появляется сопротивление.





Спасибо за внимание !