

библиотека психологии и психотерапии

Марк Сандомирский

ПСИХОСОМАТИКА И ТЕЛЕСНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Практическое руководство



 КЛАСС

-

⋮

615.851

53.57

49

49

« », 2005. - 592 . - (ISBN 5-86375-059-6

:

- :
).

)

-

(-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

(.),

. . . .

(.)

. . . .

-

© 2005 . .

© 2005

© 2005 . .

« »,

,

« ».

«

-

:

« »,

«

-

»

«

»,

-

«

».

-

:

.

« » -
(J. Heinroth, 1818).

«

».)

«

».

(

),

«

»

, « » () « -
 » ()) « -
 . , - -
 , - -
 . (« ») -
 . « », -
 « ». ,
 - -
 , -
 . , -
 , -
 . , -
 , « » -
 , . : -
 , « » -
 , .
 , -
 . « » -
 . -
 , -
 - .
 , -
 - .
 , -
 . -
 , -
 . -
 , -
 . -
 , -
 . -
 .

, , -
.
? -
« », ? -
, , -
, , -
, , -
, , -
50-60 , -
, (« -
», « », « » , -
)
, . -
, , -
((-
) , (-
, , -
, . -
? , -
, -
:

(Gendlin E., 1981).

1) «

2) «

, « » (. . .).
 -
 , (self-made man). (,
 -
 « »
 ,
 « »),
 -
 .
 -
 -
 -
 ,
 -
 .
 -
 -
 ,
 -
 .
 -
 (-
 -
 -
 ,
 -
 . . . , 1998).
 :
 « »,
 -
 .
 ,
 « »
 (2001): « -
 -
 ».
 -
 -
 ,
 -
 .
 -
 ,
 «
 »,
 -
 (. . . -
 -
).
 ,
 .
 (,
 -
)
 ,
 .

«control panel» -
DHE).

« »

()

« »

?

1)

2)

3)

« »,

. -

, - -

, ,

, .

, ,

, -

. , ,

, -

.

4)

. . -

, , -

, , -

, ,

5)

(),

-

. , -

. , « -

».

6)

. -

, -

. , -

7)

, -

, -

. , -

, ,

, ,

. - , -

, , -

.

, ,

(, ,).

, -
 , -
 , -
 . (, , -
 , « » , -
 . « » - « , -
 ». « » , -
 .) -
 , -
 « » « » -
 (»), -
 , -
 « » (Human Potential
 Movement), -
 (Goodrich-Dunn ., Greene E., 2002), -
 , -
 , -
 / . ? -
 ? -
 , - « » -
 « », , « -
 » , (. .). -

, , .
 , , ,
 . « »
 - , « »
 , .
 -
 (. . .).

 (2002) , «
 .
 , «».
 : ,
 , ,
 , « »,
 . « »
 , ,
 , (, ,)
 .
 (,),
 .
 ,
 « » (. . . , 1992),
 « »
 » (, 1996).
 -
 (coaching),
 (. . . , 2001):

1)

;

2)

;

3)

(

);

4)

:

=

+

+

+

(GROW - Goals + Reality + Opinions + Will);

5)

-

,

,

,

.

-

,

(

.,

.,

2001).

(extrinsic)

(intrinsic motivation) -

.

-

(

).

,

-

-

-

.

:

) - (- , -
 -
 , - -
 , -
 « » (-
 . . , 2002), .

1. -

, - -
 , -
) X. (2002): « ,

(),

(. . ., 1986),

1)

2)

3)

1. « »

()

2. « »

3. « »

, - (3.),
 - . . , -
 . -
 , -
 , , , -
 . -
 , « », . -
 , , -
 , , -
 , . (. -
 , .), -
 , . « -
 » , -
 (.). -
 , -
 , -
 , -
 , (.). -
 , -
 , -
 « » (. .): -
 , -
 , -
 , -
 , -

(. ., 1987).

, (-

. ., 1976), :

(" (,) , (-

, , -

).

2. -

, -

. , -

(. ., 1997).

- , -

, -

, (- . ., 1989), -

(. ., 1996).

3. -

- -

. (-

)

, -

(. ., 1988). , (-

, (-

,) -

, -

. -

(-

).

,
 ()
 . . (1985):
 1. - , , . -
 2. - (, -
). , ,
 3. (, ,
 ,). ,
 1983) « » (. . , 1981) . .
 (. . , 1966).
 4. (. .).
 , « »
 , ,
 , ,
) (-
 . . , 1981). (-
 - , (-
 . . , 1978).
 . . (1984) - -
 , :

I - - . -
 , -
II - - . -
 , -
III - - . -
 , , , -
IV - - . -
 , , -
 , -
 , -
 (. ., 1974). -
 , -
 , -
 (2001), - « - » -
 () , -
 . . (1988), -

(, ,)

- , ,

, . , ,

(, ,) (

(KotlerT. e.a, 1994).

(Boehnlein J.K., Sparr L.F., 1993).

, , , ,

(. ., 2000).

, -

TM, -

.

(), (psychoedu-

cation),

X. (2002),
TM.

(,

, ,

, .

(: , (-);
 : (, -);
 : « »
 (,)

(« *):
 , , ,

(" ")'

,

(,) (,) (- ,
 () , ()

- () ,

1.
 -
 -
 -
 , (- -
 -
), (,
), (,
 - , -
).

, -
 -
 (F45 -10). -
 -
 (F45.3), -
 - (F45.30) (F45.33), -
 -
 (F45.31) (F45.32), -
 (F45.34) . -
 - , -
 , - (F45.0), -
 , -
 , - (F45.2). -
 -
 (-
 , F45.4). -
 (F45.8) - , « » -
 , (, -
) , -
 . -
 (F48.2) « », -
 ((, -
) (, - F48.1). -
 -
 , (F43.2), , -
 (() , -
 (F44), (« -
 »). -
 -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -

:

1)

();

2)

« », , -

;

3)

(. .. -

. .., 1991):

) (-

-);

) (-

(-) -

, -

, « »

, -

,

(,).

, -

« ? »

,

().

:

1)

, ,

(/);

2)

, -

,

(, -)
» , (« -)
3) , - ;

4) ; , -
 , -
 -
 -
 .
 -
 .

3.

3. , (, -)
 , , , - ,
 () .
 (, -)
 ,
 (, 3. , -)
 , - .

1,

(

-

).

	-	-
.	*	
.	*	
.		*
.	*	

*

.

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

, (). , -
 (« -
 »),
 () - « » (,
 , () (-
 ., 2002). , ,
 . , ,
 , (-
 - , « » (). -
 , -
 « - », « » , -
 . -
 : « -
 », « » (.), « -
 » , « » (1993)
 « » (1994)
 , « » . ,
 () (-
 -) ,
 « » (. ., 2001, 1992)
 , (., 1993).
 , « » -
 - , XIX .
 « -
 » (1889 .) « -

» (. . : A.M., 1997). ... « », -

, -

, « » -

, -

- , . -

/ « -

» , -

(.). -

, « » -

2. -

« » -

(. , .), -

: . -

1) ; -

(). -

« » -

2) - . ; -

() - , -

3) , -

, « » -

, (). -

4) , -

(). -

2.

(, - , - ,)

(.) ; 1	(.) 2	(.) 3	. 4	. 5	(.) 6	- 7
/					()	
()						
()						- ;
()						
		-				

1	2	3	4	5	6	7	
-							
	« »						
(/)	« » « »		,			-	
(/)	« ()»	(-)		« - » « - - »			
		(-)					
(« »,« »)					- ()		
			-			(-)	

, « » -
(,
,),
« » ,
(, , -
, « » -
, -
) « -
, -
, -
, -
« » (.), -
.

-

1.

:

3.

:

(,)

.

,

.

,

(

»,

,

).

«

«

»

,

,

,

.

»,

-

-

.

«

,

- , , , -
 , -
 . -
 , , -
 « » -
 - - . -
 , (-
) , -
 - . (« -
 », « - »)
 () -
 , , , . ,
 « » , -
 , . ,
 , -
 , -
 , .
 , 3. , -
 - -
 « », -
 « » -
 . « -
 » (-
 -) , -
 () . « -
 » , -
 : « », -
 , ; « » ,

(1895 .),

(

»

.(

« »

),

»:

« ».

(A.M., 1997).

XVI

« »

... (1983), « ... , [...] ».

« ... ».

« ... » (...)

« ... ».

(...)

(...)

« ... ».

2002),

»).

3.

1.

2.

3.

4.

() -

()

).

« - »,

5.

.(

«

6.

() -

).

(

»

7.

, -
 -
 -
 (, -)
 , -)
 , -
 , -
 , -
 .
 « » ,
 . , ,
 . ,
 () .
 « » ,
 . , « » ,
 , , .
 ,

8. « » , .

9. - « » , ,

10. -

() -

,

,

« »,

(« »).

« »

() -

(),

-

,

(),

,

(

).

-

,

-

() .

,

-

,

« »

,

« »

,

,

,

,

()

()

(« » , « »),

?

,

-

,

;

. (),
 -
 ().
 -
 -
 .
 ,
 ,
 ,
 ,
 « » « »
 -
 »
 .
 ,
 () - « »
 -
 ».
 « »
 »
 ?
 ,
 ,
 « » (),
 -
 ,
 .
 , « » »,
 ,
 ,
 ,
 (,)
 ,
 « » »
 ,
 ,
 -
 (« »
 »).
 , , ,
 ,
 .
 -
 -
 ,
 .
 ,
 ,
 « »,
 -
 -

« ... ».

... -

... « ... »

« ... », ...

...

... « ... »

(...) .

... « ... »

... (3. ...).

1920- ...

... (1988)

... « ... ».

... (... .., 1995).

«25- ... », (...

EMDR .). -

« » (.): -

, -

. , -

. -

, (, , -

, ,). -

(- ., 2002). -

, , -

. -

- (). -

, -

», - « -

. -

, -

» « -

(« », -

). -

, -

, -

, -

. -

3.

- « » .

« » -

« », -

« »». «

« », -

», . « »

-

-

»,) (-

) « », -

« » (-

). , « » -

», ;

« » -

», (-

), « » -

», -

« » -

« »». « » -

», (-

», -

).

- (1999), «

».

« »

1997)- « » . (. . , -
« » (. .), -
(. . , 2000). -
, « » (-
), -
« » - . -
, X. ,
« » (-
2 5 (. . , 2002). -
« » « » , -
» (-), « » (). -
, (« » -
) « » ,
, () (-
. . , 2002). -
, -
, -
, -
, -
, -
(Fuchs M., 1989). , -
, -
, -
, -
, -
« -

», « » . . (2001)
 « », -
 . -
 (- - -
 ,) -
 , (, -
 - - -
). -
 , (-
), - -
 « » (Melzack R., 2001) -
 , , .

4.

. -
 , -
 , -
 , -
 , -
 . -
 , -
 , « » « », « » -
 « » . , , -
 - , () , -

(« -
 ») - , -
 , -
 () -
 ; -
 - () ;«
 »().
 (« » -
) - , .
 (-
) - (-
 ,).
 (-
) , , .
 (, « -
 », « ») -
 - (-
 ,);
 (,).

5. . .

, .
 , ,
 , - , -
 . . .
 40-60- .
 , -

... () ... () ... « » ... () ... « » (Eysenck H., 1978) ...

6.

... (1994).
:

- 1) ;
- 2) ;
- 3) .

... « »
« »
(1996; 1995).

1. « », ,
« », /
() .

2. - .
3. ,
, () .

3. ,
« » .
« » 3. / ,

4. « » -
« » ,

». : « - ». -
 , , , « » -
 , « » -
 ; -
 - « », -
 - , -
 , , -
 , , -
 . , -
 « » : -
 , -
 , -
 , (-
 . ., 1995; . ., B.C., 1993).
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , « -
 » (. ., 1999), -
 , -
 « », -

), (,
.). ,
, ,
» ; «
, « » -
« » - .
(
,),
,
(Eaton J.W., Weil R.J., 1955):
,
(. .. .)
1999).
((, ,) -
(Kellner R., 1990).) -
- « » -
, . ,
« » , (. (-
,) -
(,) -
,) -
, (-
) .
(1963) , -
,

« ... » - pensee operateire, -
 , -
 -
 , « ... ». -
 , -
 , « ... », , -
 -
 -
 « ... ». , - , -
 -
 , « ... » (-
), -
 , -
 « ... » -
 -
 -
 , - , - , , -
 -
 (...), -
 (...) (...) (...) -
 , -
 , (1990) -
 « ... » -
 , -
 (...) -
), , -
 - , ,

... (« » ,)

... :

... (. . , 1993).

(« » , .).

(« » ,) ,

(« » .) .

... ,

... () ,

(Mitscherlich A., 1954).

... ,

... ,

,
 .
 . (1984),
 :«
 ».
 ()
 ,
 ,
 « ».
 .
 .
 9.
 « »
 ,
 ,
 .
 :
)
 (. . .
 . ., 1978), « »;
) - « » ,
 .
 , ()
 ,
 ,
 ,
 ,

(Kellner R., 1991).

30%.

(
.., 2000).

»

(1986),

«

«

».

(1994), «

».

», «

».

)

(

(
.., 1997).

),

(

(Barsky ..,

1992).

,
(,).
, .
(), « »
(, ,
, ,
« »).
- «
» -
, , « »
- « »
,
« »
,
« »
« »
, ,
« »
, ,
:
, ,
, , .
, .
, ,
.
.

« » (.) .

« » « »

« »

()

11. (.)

(1997)

« »

».

« »

: « , 2002).

« »

:

:

, -
 , -
 , -
 » (). -
 , -
 . -
 « » , -
 « » . -
 , -
 . : -
 , -
 « », « ». -
 . 3. -
 , (Angstneurosen). -
 (« »), -
 , (), -
 (). -
 , -
 - . -
 . -

12.

«...»
«...»
(1997),
«...»
«...»

1) «...» (2002)

2) «...» («...»)-

3) «...»: «...»
«...»
) «...»

1)

-- (,) - -
 , - -
 . -
 - , , (-
).

2)

() - -
 « » , -
 : - -
) « » , « » -
 . -
 (-
) ,) . , ,
 . , , « » -
 .

3)

((), , , -
 () . -
 .

4)

. -

5)

) () .

« » (, »)

, () .

, « » - .

13.

: «...» (Glasser W., 1989, , 2002).

, (/) , ,

... « » - miserabbling, anxieting, depressing, head-aching)

-

,

-

,

-

.

1.

,

,

-

,

-

,

-

.

)

(.) .

-

,

«

»

(.)

-

.

)

- (.)

-

-

(.) .

-

«

» (.)

«

-

» (.) ,

-

-

.

2.

,

-

-

.

-

(. .) ,

-

-

(. . , . .) ,

-

,

(.)

.

-

3.) , :
) (.),
) .

1. (.),

(.)

20-

,

« (fight-or-flight).

,

:

,

,

-

,

;

-

(flight).

(fight)

« » - -
 -
 , , -
 , , -
 , « » , -
 -
 1960- . -
 -
 . -
 .

		,
		,
		,
	()	
	() ()	
	()	
	,) -	

», « - » - , -
», - , -
· ,
(-
).
-
, -
(,
).
-
,
« -
-
»
·
, -
, -
« » « » (,
- « » « » »).
,
-
-
(,
-
)
·
, -
-
,
(1999), « » -
·
, , , -
-
· -
-
, -
-
-
, (,
-)
).

...).

... / ...

?

... « ... »

... (...)

« ... »).

... (...)

...).

... (...)

... (1966),

« ... [...]

... :

... (...)

- , - , -
 . , ()
).
 , , - -
 , , -
 (,)
 , (. ., 1995),
 « ».
 - (. . - . .)
 2000).
 , - (-
 ., 2000),
 , .
 , (. «
 - » ,
).

3. « »

(. . .)

20-30- XX . . .

« »

« »

« »

(,

).

« »

.(

30-

).

(1950- .),

(

)

:

(

)

(

)

(

).

.(-
 , -
 .) , -
 « » , -
 , -
 .
 « » , -
 , -
 .
 « » -
 (. ., 1993), -
 (. ., . ., 1998). -
 | .) -
 (Seligman M., 1975) -
 () , -
 , -
 (, -
 « -
 », -
). -
 , -
 -
 . , -
 , -
 , -
 . , -
 , -
 « » , -
 -
 . « » -
 ,

),

(, 1993).

«»,

5.

(reward deficiency),

«»,

.
 ,
 ,
 (« - »).
 - . (, -
 -
 « » -
 .)
 ,
 - « » -
 ,
 (() ,
 () .
 (, ,
 « » -
 « » -
 « » -
 ,
 .
 :
) , (-
 , ,) ,
 - ;
 , ;

) , (gambling) , -
 () ; -
) , -
 . -
 , -
 - . -
 ? , -
 (. .) , -
 , (-
) . -
 : (-
) (, -
) . -
 , - . -
 « » , -
 , , « » -
 . -
 , -
 , . -
 - -
 , -
 , -
 « » (« -
 , » , -
) . -
 - () -

() . - -
 , . - -
 . - -
 , - , -
 , , - , -
 . - -
 , , , -
 , , -
 , -
 , -
 . (. . . , -
 .) -
 . , -
 - , (. .) -
 .

6.

, -
 . -
 , -
 , -
 , -
 - . -
 , -
 -

(. . . , 1997).
 (. . . , 1997).
 - ,
 -
 , ().
 1) (),
 (, ,)
 - , .
 -
 1998). (() -
 , ()
 -
 «
 »
 ,
 (. . . , 2002).
 ,
 - (. . . , 1978).
 ,
 :
 ,
 ,
 ()
).
 .
 ,
 (« -

» - (. . .), , - , . - « » , « - - »(. . .). , - , - , - , - (1983) « » 2) , (« »), , (« »), , (« »), (. . .). , - , , - , - , - (. . .). , - , - , - , - (. . .), , 1986). 3) « - (. . .) , . . .) (. . .).

90-

BRAC -

(., ., 1984).

(1999),
mind-body communication),

(cycles of

15-20

90-

» (Rossi E., Nimmons D., 1991).

,
 ,
 ,
 (1981)
 :
 1) - ,
 ;
 2) - ,
 ,
 ,
 ,
 (,),
 ,
 ,
 :
) « » -
 , ,
) « » -
 , - ,
 ,
) « » -
 , -

«...»

(...),

(BID, IDEAL-...)

(CCRT, ...)

«...»

«...»

» (..., 1992).

«...»

(...),

(... 4).

(2001): «...» [

».

(... , ...).

(... 4),

		()
(/ ·) ,	/	
- ;	/	()
; (·)- ()		
(); - () ;	/	; « - » -

4

-

-

-

...

-

,

-

,
 , («
 »).
 ,) - ()
).
 , « »
 (- ,
 .)
 ,
 ()
 (,),
 . ,
 .
 (,)
) (,),
 ,
 . « »
 , ,
 - ()
 (, 2000),
 (-)
).
 (,

), (), ,
,
(
) (-).
) « »). -
, , ,
(« » -
) . -
, -
,
(« - » .) -
- (), -
(, , -
« »).
. -
) (,
) , (-
, ; - -
, .

) , -

,

: « , » (

», « , - » (

).

,

(

).

« »

« ».

(

« »),

- .

,

« » « » (

).

(,

),

,

,

,

,

,

,

«

»

:

,

(Krens I., 1999).

.

) - « » (

) « » . (

,

,

« »).

, (), -
 , -
 , , , - -
 . - -
 , -
 , -
). -
 - , -
 « » -
 . -
 (. ., . ., 2001) -
 (-
). -
) -
 « » (, -
). (, -
) -
 . - -
 , - -
 (), - -
 . -
) (-), -
 (« ») , -
 , («
 »). - -
 , , -
 () , -
 (, -
). -
 , -
 - « » -
 . -

.
) , « » , -
 . (- -
 .) - -
 . , - -
 (- -
).) -
) (-
 , () -
 . (-
 , - , -
 - , « » -
 40 .) -
) « » , , -
 , . -
 , (« »). -
 , (« ») -
 (), (.),
 () , , -
 . -
 , « -
 ». - -
 : - , -
 (« » , .);

- , ()
 ,)
) « , ».
 « » -
 , (. .).
 (. ., 1995).
 () -
 («)». -
 .
) (-
 ,)
 - « » -
 (). ,
 , , (-
). , - « , -
 ».
)
 (« , »), , -
 , « » , -
 ». - ,
 .
 , -
 (). -

», - « -
 , () -
 -
 -
 (.., 1999).
 .
) (« ») («
 »),
 (« , »), -
 (-
 : « »). -
 -
 , -
) . , -
 . (-
 .) -
) (-
 , -
). -
 . , -
 , -
 , -
 , -
 , « »), -
 . (,
). -
) , , , -
 , , -
 , -
 , -
 (,),
 « » («

).

();

« »

B.C.).

().

().

)

« »

(, .

).

(,

) .

)

« » (37,0-37,1 °),

« » („1997).

)

().

:

«...»,
 3. «...»
 , 2000). » (...)

«...» (...)
 , 2001).

?

)
 «...»
 (...).

« »

) .

,

)

« , » (, ,)

-

(-

,) .

-

(« »

) (« »),

-

(« »)

-

(« »).

,

-

(, ,) .

) (,) .

-

-

« »

,

-

-

-

-

,

-

« » (

,

-

« »

) «

-

» ,

-

,

-

(

-

).

-

« » (,) ,

-

« ... »

(...). 3.

(...).

(« ... »).

(...).

(... » (1988),

« ... ».

(...).

(B.C.), -

.

(),

,

.

,- ,

(III).

) ,

« », .

,

,

« »().

-

, , (. ,II).

) ,

.

-

,

(,).

(-)

) .

, (« »)

(«

»).

(« »)-

,

« , » .
) , . , -
 , , , -
 « , , - ».
 , - (gambling) , -
 -) - , -
 , , (-
 ,). « , -
 « » « », ,
 . , -
 , -
 (-
) , -
 , .
 , -
 , -
 .
 1) - , « » ,
 . (- ,
 , -
 , -
 ,) , -

, - -
 , , - -
 , , (1994)
 .)
 -
 , , ,
 , , ,
 .
 - -
 « », -
 « » « », -
 (,), -
 .
 ,
 , -
 2) - « ».
 -
 (- , « »).
 « -
 ».
 -
 , (, - -
) - -
 , (-
 - « » -
 3) (, , »).
).
 ,
 (),
 . , - ,
 , , -

« » . , -
 , , -
 « » , -
 . « »
() ,
() . , -
 , . -
 , -
 « » , -
 « - -
 - » (. . , 1992). -
(, -
« ») , -
 , .

(. . . -
), (. . . -
 .
 , -
 « ».
 -
 -
 (. . . , 2001). , -
 , -
 (, -
 , -
), () -
 , -
 , -
 , -
 , « » « » -
 , -
 , « » -
 () « » , -
 -
 - . -
 , -
 , -
 « » -
 . -
 () , -
 , -
 , -
 , -

,
 ,
 ().
 ,
 , « ,
 » (.) « » (. ,
),
 ()- (. -
 , 1997). (1998),
 ,
 1992). « »
 , « » ,
 -) (.
 . « » (. , 2002),
 , « » ,
 (, ,
),
 (« »),
 « » .),
 ,
 ... , ,
 ,
 . ,

« -

» ,

« »,

, « »

.

-

-

-

,

.

-

,

(-, -).

,

(

., 1998).

« »

.

(., 2001).

,

,

,

()

-

,

-

,

,

,

-

,

(., 2001).

« » -

,

-

:

,

... (1975),
...
...
...
...

2.

«...».
...
...
... (..., 2000, 2001).
...

1.

«...»,
...
(...)
(...)
... ;

«...»

(...)

(1989), «...»

;

».

[...]

),

), «...»

(... 1997).

),

),

(...)

(...),

«...»

), «...»

- , -
-
.
)
(, -
(, -
) ,
: - ,
; - ,
(, 1966). :
; (-
-);
(
);
,
(, -
);
,
(
,
,
) .
; ,
() .
;
, (« »
-) ,
 ,
 ,
:
-

(,
 , , -)
 -
)
 , , ,
 - (,
 « »),
 2.
 -
 ? (,
 -
 .)
 - ,
 . ,
 (« -
 » ,
). « -
 » ,
 . (-
),
 (,),
 « - » (,
 ,).
 - ,
 ,

3.

(« ») , -
,
) - ,
,
(.) ,
» «
» (-
, -
« »).
» (-
) -
» (-
) -
(A. Montagu),
(, -
) .
,
» (-
) ,
(« ») ,
(« ») .
,

(« » , « »)
).
) , -
 , , : - -
 ; - , -
 , -
 , -
 , : .
 , -
 , -
 (« -
 » 7 ± 2 ,)
 ,)
 « , » . (, 2001),
 -
 ;
 , (-
);
 -
 (, -
 « », -
 , -
 « », -
), -
 , , -
 ()
).
) . -
 . -

(. ; .)
(-

-
.)

4.

(2)

, - , -

, -

, -

, « -

» - « , -

» « () (« -
»),

? « », -

- « » -

, -

()
() ,

« ».

, -

(.) .

-

, , , -

() . , -

, « -
 » .
 , « » , -
 , (. .).
 « -
 » , -
 , « » .
 , - , -
 , ,
 » . .
 .
 : , , ,
 . , , ,
 - ,
 - « » -
 (« » .).
 : , « »
 , « »
 « » ,
 - ,
 , - ,
 , -
 .
 : -

,
 .
 (« - »).
 .
 , : « »,
 ,
 ,
 .

6.

(5-6)

,
 (. . .).
 , , («
 »)
 - , « »
 (,)
 -
 ,
 ,
 .
 ,
 (- , PR ,)
 .)
)
 - , (

, , (),
-). -

» - « -

.

- , -

, , -

- . -

3.

(-) -

? , -

: (,) -

- , -

, , -

(.). ,

? -

, - , -

), (

, ()

, .

(F. Deutch),

« : »,

» () (. . (,

2000). , (-

) -

.

,

,

, (-

. . .). ,

.

-

? ,

,

.

, ?

« »? ,

», «

.

, . (

« »

, ...
 « », -
 , -
 -
 , , « -
 » , « -
 » (, -
 , (.) -
), -
 , ,
 1) « -
 » -
 :
) - , -
 « -
 »;
) -
 () -
 , « -
 »;
) -
 , -
 ; , -
 ;

) , - , -
(, -
« » , « »
);

) , « » « » (, -
« (« -
») - (« -
»).

2) - , -
((, - « »),
« » (- « »).
« »
.
.
.
(« - »).

3) - (, -
); , -
.
.

4) : , -
(, -);
) (, -
(« »).

5) - , -
(, -
).

6) - - - - -

(, « »).

« - », - - - - -

7) , - (-) , - - - - -

8) : .

) - . , - - - - -

, « » (- - - - -

) « »);

) « » (- - - - -

) « ».

« » - - - - -

, (« »), - - - - -

) - , - - - - -

. - - - - -

, (« »), - - - - -

« » , - - - - -

). (1997), - - - - -

, « , - - - - -

) « »; - - - - -

) - , - - - - -

, - - - - -

... (...) ...

(tension control).

... « ... » ...

:

1. ...
2. ...
3. ...
4. ...
5. ...
6. ...
7. ...
8. ...
9. ...

... « ... » ...

(Jacobson E., 1938; , , 2002),

« - » (Bernstein D.A.,
Borkovec T.D., 1973), : (1)

; (2)
; (3)
(5-7); (4) ; (5)

(
,) , ,
(- , 2002). -« »,

(AT). ,

(-).

- ()

, - - ,

, ,

, , (

).

, ,

, (,

.)

« ».

(AT-I)

,

.

» « »).

(«

»).

(« »).

,

.

.

1.

2.

3.

4.

5.

6.

AT

AT

(« »)

(« » -

, « »

»).

AT,

(,)

70-80- ,

,

1988),

(. ., 1990)

(. .,

-
,

(-).

« »,

(-),

(. ., . ., 1997).

, « (-
 »), (-
 ,). (. . -
) « », -
 , « » -
 , .
 .), , (-
 , ,
 . (-
) « » -
) - . -
 , -
 , -
 , -
 () . -
 , -
 . ,
 , « » -
 . - (-
) . , -
 , -
 , -
 , .
 () ,
 .
 , « » « -
 » , « » (-

Bezolla (. . . Jenks, 1974).

(. . . , 1980).

(. . . A.M., 1997)

. . . , 1997).

(
)

« . . . »

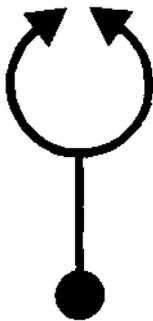
(. . . Blum).

. . . , 2002),

(20 . . .),

mons D., 1991),

(Rossi E., Nim-



(. . .2).

.2.

, - « » (-
 , -) , -
 , « » , -
 . 3. , -
 ? « » -
 « » . , 7
 , - , -
 , « » « -
 » (« » -
) .
 , :
 () .
 , ,
 , .
 , - ,
 , .
 , «
 » : « [...]

, , -
», , -
, -
, -
, - « » -
(, -
) . -
- -
20- -
« » . -
. -
« » , -
, -
, -
. -
- -
(, -
) . , -
, -
, -
, -
(, -
) : « [...] -
, -
, -
» . -
« -
» . : « -
, -
, -
. -
, -
. -

, : -
 . , -
 , .
 ».

« »

(.). , -
 . (2002), -
 « [-
 « » - .] -
 , -
 - ».

, -
 « » -
 « », -
 »:

1. (-
). , -
 (« », « »), -
 , «
 », . (-
 , -
 -
 « ».
 , -
 - .)

2. (-
). , , , , -
 (, ,). , -
 « », -
 -

3. ().
 , , (« »).

4. ().
 (,) ,
 - , .

5. (). (,).
6. (, ,). (, , (- , ,), (- .
7. (). (, , « , , » - () « - (, « »). - (« » , - (, « », - .
8. (, , « , « », - .
9. (, , « , « », - .
10. (, , « , « », - .
11. (, , « , « », - .
12. (, , « , « », - .
13. (, , « , « », - .
14. (, , « , « », - .
15. (, , « , « », - .
16. (, , « , « », - .
17. (, , « , « », - .
18. (, , « , « », - .
19. (, , « , « », - .
20. (, , « , « », - .
21. (, , « , « », - .
22. (, , « , « », - .
23. (, , « , « », - .
24. (, , « , « », - .
25. (, , « , « », - .
26. (, , « , « », - .
27. (, , « , « », - .
28. (, , « , « », - .
29. (, , « , « », - .
30. (, , « , « », - .
31. (, , « , « », - .
32. (, , « , « », - .
33. (, , « , « », - .
34. (, , « , « », - .
35. (, , « , « », - .
36. (, , « , « », - .
37. (, , « , « », - .
38. (, , « , « », - .
39. (, , « , « », - .
40. (, , « , « », - .
41. (, , « , « », - .
42. (, , « , « », - .
43. (, , « , « », - .
44. (, , « , « », - .
45. (, , « , « », - .
46. (, , « , « », - .
47. (, , « , « », - .
48. (, , « , « », - .
49. (, , « , « », - .
50. (, , « , « », - .
51. (, , « , « », - .
52. (, , « , « », - .
53. (, , « , « », - .
54. (, , « , « », - .
55. (, , « , « », - .
56. (, , « , « », - .
57. (, , « , « », - .
58. (, , « , « », - .
59. (, , « , « », - .
60. (, , « , « », - .
61. (, , « , « », - .
62. (, , « , « », - .
63. (, , « , « », - .
64. (, , « , « », - .
65. (, , « , « », - .
66. (, , « , « », - .
67. (, , « , « », - .
68. (, , « , « », - .
69. (, , « , « », - .
70. (, , « , « », - .
71. (, , « , « », - .
72. (, , « , « », - .
73. (, , « , « », - .
74. (, , « , « », - .
75. (, , « , « », - .
76. (, , « , « », - .
77. (, , « , « », - .
78. (, , « , « », - .
79. (, , « , « », - .
80. (, , « , « », - .
81. (, , « , « », - .
82. (, , « , « », - .
83. (, , « , « », - .
84. (, , « , « », - .
85. (, , « , « », - .
86. (, , « , « », - .
87. (, , « , « », - .
88. (, , « , « », - .
89. (, , « , « », - .
90. (, , « , « », - .
91. (, , « , « », - .
92. (, , « , « », - .
93. (, , « , « », - .
94. (, , « , « », - .
95. (, , « , « », - .
96. (, , « , « », - .
97. (, , « , « », - .
98. (, , « , « », - .
99. (, , « , « », - .
100. (, , « , « », - .

) ().

, (), (), (), (), ().

» .(«).

(, ,).

.(« ».)

« » (« »),

):

- ();

, - ;

- ();

(), - ;

().

-

-

,

.

(1997),

« -

» , -

« -

» -

:

« -

» - ,

(,

),

- (, -

« »).

, « », -

« », -

« »

« -

, ».

, « »,

« ,

».

, « »

« »

« », ,

» (. , , 2002). (),
(). « »
, ,
.
() (,
) (,
« »
« »

6)

, - .
, ,
.
(), - ,
().
, .
.

, (, 1997),
 « ». - -
 , , . -
 , - -
 , , ,
 , - -
 (()) -
 - (« » , -
 .).
 . -
 (,) -
 , « ».
)
 , (-
) , -
 . -
 , « -
 » - « » -
 . , « »
 (, 2002) up-
 time (, , 1993),
 , -
 , .
 , «
 », -
 , « » , -

)

« , », « » , « » .

() . .

: « , , , ».

« »

(» ,) .

, « » , « » , ».

« » , ».

(,) .

« » - « » , »

« » , »

,
 .
 :« ,
 ,
 ...
 ,
 ».
 :«
 .
 ,
 ,
 ».
 , ,
 - , -
 .
 - (,) ,
 « -
 » (,) .
 , ,
 « » «
 » ,
 .
 , ()
 ,
 .
 « :
 » .
 ,

, , -

«

(

).

«

»

(

» -

«

»,

(

«

» -

«

».

(

.)

« » «

».

,

(

).

,

.

,

« ».)

,

,

(

<http://foia.fbi.gov/reich.htm>).

-

,

(

« »

.

:

,

«

».

«

,

»,

,

«

,

,

».

).

, : «
... [...] -
-
· [...] , -
, »., -
-
, , -
: « - »., -
, , -
, , -
- (.). -
() , -
, . :
(. « »), -
- (). -
, - ,
.
« » , -
, « , -
, »., -
,
: « »

« ... » (... , 2000). (-
 , , -
 « ... ».) , , -
 - « ... » -
 , . -
 , : « ... ,
 , ».
 « ... » (1996),
 « ... » -
 , - ,
 « ... » , -
 - « ... » .
 : « ... -
 , , ».
 : ,
 , , -
 , -
 (, « ... » , /
 « ... » / ,
 ,).
 « ... » « ... »
 « ... » (« ... »),
 / (.
).
 -
 ,
 « ... » ,
 . (-
 « ... » -

« - »
()
)
,
()
,
(,)
,
- « » ()
)
-
.
,
,
(
« »,
, « » - ,
,
)
,
.
« »
,
« »
»

-
 (. . 6).
 «
 -« » -
 » ().
 - «
 », « »
 .
 - : « » (-
 ,) , « » (-
) « » (-
).
 « », :
 - (-
), - ,
 - . (-
 « », . , -
).

« - »

				-
		,		-
	2/3 ,	, - ,		-
	1/3 ,			- -

),
 ()
 ,
 .
 ,
 .
 (),
 « » (),
 (),
 « »,
).
 ,
 ,
 -
 ,
 0₂ ,
 .
 ,
 .
 - (« »),
 . . . ,
 .
 «
 » - ,
 0₂
 0₂ (,
 « »),

).
 (,
 ,
),
 ,
 .

» (, 1997).
« »
(-)
).
)
.
,
).
.
« »
« »
» (. ., 1988).
- « -
», « » -
?
- ,
-
-
() -
-
» , « » ,
»,
,
-
,
-
», « » « -
», « »
.
,
,
(),

« - »
 (.7). -

« » ,

-	-	-	(« »)	-
	-	.		« »
				-
				-
				-
				-
		-		-
-				
-		+		+
()				
			-	+

7

- () -
 ,

- , -
 :
) , , ()
);
) , -
 , -
 , -
 -
 (-).
 , -
 (.).
 , - , -
 , -
 , -
 (AT),
 « » (.)
).
 , , -
 , -
 , -
 , -
 (, -
 -
).
 , .
 » « -
 » (, (-
), (-
 ,, 1986);

()

. 8).

	-	-			
	V13	4	C5-6		
	V14	4-5	C7		
	V15	Th5-6	C8-T1		
	V18	Th10-11	L5		
	V19	Th11-12	L5		
-	V20	Th12-L1	L4		
-	V21	L1-2	L5		
-	V22	L2-3	C7		
	V23	L3-4	S1		
	V25	L4-5	C5-6		
	V27	L5-S1	C8-T1		
	V28	S1-S2	S1		

(- ,
 -
 -
 ()
 -
 -
 . ,
 -
 .
 -
 (,
 -
 -
),
 -
 -
 (,
 V24).
 -
 (,
 -
 - ,
 -
 -
 -) . :
) , , -
 (,
 -
) . « »
 « »
 (« -
 -
 »)
 . (-
 « »);
) , ,
 ,
 ,
 -
 (« »
 -
 -
) ,
 -
 -
 ,
 «
 » .
 - « » ,
 -

(- « »).
 « »
 : « » (),
 ; « » () « -
 » ().
 , . .
 « », « ».
 , « ».
 « » (/ , ,)
 , - ,
 , (« »)
 « » . .
 - « ».
 , (« »)
 (, ,)
 « » « » , (,

).
 « »
 ,
 ()
).
 « »
 (« »)
 ,
 (« »)
 »)
 ,
 ()
),
 « »
 « » (« »)
 », , -).
 ()
 , .)
 ,
 , -
 ,
 (.)
 ,
 ,
 ,
 , - ()

? , -
 , , -
 . , -
 , -
 . () -
 () -
 , -
 , -
 . -
 « - » , -
 « » , -
 . -
 , -
 (-
) -
 . (aware-
 ness), -
 , : « -
 : (awareness). -
 - , [...] -
 , -
 , -
 , -
 , -
 , -
 » . -

. [...] , , -
 , , -
 ».
 , , -
 , , -
 : « « ».
 - - , , -
 . , -
 , , -
 , , -
 . , -
 . [...] -
 , -
 ».
 , , -
 - , , -
 « » . , -
 , , -
 , - - -
 , , -
 , , -
 . , -
 » , « -
 , , -
 « » , -
 , , -

, « » . (-
 ,) -
 « » , -
 « » -
 , -
 . « » -
 -
 , (.) -
 « » (.), « », -
 (« - »). -
 . (.). -
 , (-) « » -
 , -
 (). -
 , -
 « » , -
 » , -

Human Engineering), DHE (Design

« » - [-] , [] -
 « » , « » . -
 (-
 ,) , -
 , -
 .

« » -
 , « » -
 - , -
 , () -
 -
 . « -
 » , -
 . -
 , -
 « ».
 ATM -
 (,) -
 : « , » -
 (.) -
 (.).
 « »
 ,
 () -
 : -
 , , -
 ; , -
 : «
 , , - ,
 , , ,
 . [...] ,
 , : ,
 , , ,
 , - ,
 . [...] -
 .
 ,
 ...»

(. -
-
, , - -
, -
) .(-
, «Awareness through movement»
30 . -
, ,
.) : « []
... -
, , -
, -
».
« / », « / »), « -
» -
, -
, -
.(' , . -
, -
; -
).
, ATM -
? -
, -
« », -
, -
. , « ...

ATM

(« »).

: «

[

],

« ».

».

: «

».

().

:

(Ornstein R., 1977),

(-),

, (- -
), -
 : « -
 , , -
 , , -
 : , -
 , , -
 , , -
 , » -
 , - , . -
 , - -
 , -
 » (. .) . « -
 8. . . -
 , XX . -
 , , -
 , (-
 ,) . -
 , -
 , -
 , -
 « » (-
 - «The Use of Self») -
 .

« ... ».

(...),

...

», « ... » « ... »).

« ... ».

(... [...].

2002, . 63)

1. [...].

2. [...] ,

3. [...] ,

4. [...] ,

5. [...] ,

6. [...] [...]

7. [...] : [...]

» (« - -
) - ».
 -
 , ,
 , «
 » ,
 , , , «
 » .
 , : ,
) (-
 ,) . -
 , -
 « » -
 , ,
) . -
 - « », -
 , (-
 « »).
 « ».
 , -
 (- -
).

, « » .
 « » .
 , .
 , .
 - « » , « » , « » .
 » .
 , , - « » .
 , , .
 « » .
 .
 , , .
 , , , « » .
 » , « » , .
 . (« » , .
 .)
 « » .
 , « » , .
 , .
 , , , .

1984).

» (Goldmen ,

« .. . » -

(.. . , .. .) , .. . -

« .. . ».

« .. . ».

(.. . , 2000).

« .. . » ,

«...» (С. 123, 1996),
(С. 124, 1997).
«...» (С. 125, 1998),
«...» (С. 126, 1999),
«...» (С. 127, 2000),
«...» (С. 128, 2001),
«...» (С. 129, 2002),
«...» (С. 130, 2003),
«...» (С. 131, 2004),
«...» (С. 132, 2005),
«...» (С. 133, 2006),
«...» (С. 134, 2007),
«...» (С. 135, 2008),
«...» (С. 136, 2009),
«...» (С. 137, 2010),
«...» (С. 138, 2011),
«...» (С. 139, 2012),
«...» (С. 140, 2013),
«...» (С. 141, 2014),
«...» (С. 142, 2015),
«...» (С. 143, 2016),
«...» (С. 144, 2017),
«...» (С. 145, 2018),
«...» (С. 146, 2019),
«...» (С. 147, 2020),
«...» (С. 148, 2021),
«...» (С. 149, 2022),
«...» (С. 150, 2023),
«...» (С. 151, 2024),
«...» (С. 152, 2025).

(1993): «

(1995),

« » (Schein E., Bennis W., 1967).

,
 ,
 « » (,) «
 », .
 ,
 « », , -
 , , .
 , , -
 - , « », -
 . , -
 , -
 « » -
 .
 ,
 . . (1987), «
 , ».
 ,
 , .
 « ». «
 »
 :
 «
 » (, 2000). ,
 ,
 - , « » ()
 .

« » - - , - , . - , - , . : - , - , (- - -) , -

« » (in the back of the mind).

. , « » , , . , « » - - (, , .) (- - -) . , - , . « » - . (. . -) , , ,) .

. -
 ,
 (.
 , «
 » , «
 ») .
 ,
 :
 «
 » - «
 » ,
 ;
 - , ;
 , «
 » -
 , «
 » ;
 , «
 » - «
 » .
 , -
 ,
 .
 ()
 ,
 . ,
 «
 » ,
 ,
 ()
 (. . . , 1969)
 ()
 () .
 ,
 () ,
 «
 » () ,

11. (.)

: , -
 . . ; -
(. , .); -
 .
 . ,
(« ») , (« »). -
 -
 , . « -
 » -
 -
 . (-
) ,
 . ,
 . ,
(, , -
 , -
). -
 : , . -
 . (,) -
 - (() , () -
 () . -
 :

();
 ();
 « »
 () (),
 « »,
 (),
 - « » (Facing) « » (Sounding),
 « »,
 (- ,, ,, 1999).
 « »
 («),
 ().
 (,
),
 » (. « »);
 (lifestreams).
 « »

« - »

(Lisbeth Marcher),

« ».

): (: - -):

(').

« » (« » « »), / (),

().

(),

(),

(mutual connection,).

« »

()	() ,
(-)	» , «
() -	« »
m.psoas	
) (-	
	-
	» , «
	-
,	
	-
	-
	» , «

« -

, « » , -
 « » -
 (). « -
 » -
 - , . (-
 .) « » -
 , . -
 , -
 (). -
 , - , -
 (). -
 « -
 » , , , -
 - , , , .
 , , , -
 , « » , -
 » « -
 , . « -
 , « »; « -
 » , - « -
 (Renshaw). -
 « » . -
 200 . , -
 « » (-
),

. , -
 (-).
 / ,
 (),
 , -
 - .
 .
 , , .
 , , .
 () , .
 () .
 , -
 , -
 , -
 , -
 : ,
 , -
 () ,
 , -
 , -
 « -
 », .
 « » ,
 .

(Marcher L., 1995,1996), « » -
-

13. (.)

(Gerda Boyesen),

. . , -
, -
« » , -
, « » . , -
, -
« » « » . -
, -
, « » . -
, -
, -
» . « -
, -
, « » . -
« » , -
, -
, -
« » : -
, -
, -
- -
.

,
 .
 ,
 « . . . ».
 ()
 «
 » , .
 .
 «
 » (psychoperistalsis),
 / , .
 «
 » (psychological updrift),
 ()
).
 , , ,
 ,
 (. . . , 1992,
 1993; . . . , 1998).

14. (.)

15. (.)

« » - « , ».(-
-
).
1970- ,
- . ,
- (-
-)
- (' « » -
).
- ,
« » (personhood).
:
(,
);
(,
);
;
- ;
- .
- (mindful-
ness). ,
- ,
- . ,

« (.) .

» (Embodied Mind).

(« »).

»), («

(),

(« »).

« », (« »).

16. (.)

», « - »,

Dasein (M.

) -
(embodied existence).

« »

(,

, ,). , . ,

().

« ».

- , « » (.., 2002).

: «

» (. , . ; . . .

, 1998).

(-).

(1999), « » (,

)

« »,

(Keleman S., 1987)

...

« »

« »

« - - »,

)

)

« » « », « -

»,

« » ,

« /

»,

,

,

,

.

« »

« »

- « » .)

,

,

,

,

,

17.

1970-1980-

(Eugene Gendlin).

XIX (« »).

felt sense of the problem);

(bodily-felt shift),

(Pettinati P.M., 2002).

5.

, , - -
 ? , - -
 , , « -
 », . -
 , , -
 . , . -
 , (-
).

6.

, (, - ,
 . - (,) ,
 - -
 5-6.
 («)? »
 . : « ,
 : « » (,
 ., 2000).
 - -
 , -
 , -
 .
 « » , -
 « » - ,
 , -
 , -
 . , -
 « » .

« »,

,
„

.

,

(
)

,

,

:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

,

.

.

.

.

(« »)

(,

-

),

(30

).

,

(, , ,).

(,).

19. (X)

, -
-
() - ,
-
-
,
(
).
- : (),
(
)
,
(/),
(- ,
)
,
.
,
-
-
« »
,
-
-
« »
-
.

), -
 « -
 ». (-) -
 , -
 , -
 « » -
 « », (-
 « ») -
). « » :
 - ; - ;
 - ;
 10 , :
 :

- 1 - ;
- 2 - ;
- 3 - ;
- 4 - ;
- 5 - ;
- 6 - ;
- 7 - ;
- 8 - ;
- 9 - ;
- 10 - .

« -
 » -
 , - , -
 .
 ? « -
 » -
 , -
 « » (awareness) M. -
 « » (.), -
 (mindfulness) « » (.),
 « » (. , .), -

, « »

-
-
-

21.

(73200100022). 1990- ..
2004 .

-
-
-

(. ., 2004 , 20046).

(« »-)

(

-
-
-

227816):

- 1)
- 2)
- 3)

() - ,

-
-
-

, -
-

, « » ().

-
-
-

),

(,)

-

:

) - « », -
-
), ; -
-
, -
-
(-
-
, . () -
; -
) -
-
, « », -
-
. -
, -
, -
(-
« ») ,
. -
, -
« » « » -
-
« », « » -
-
« ». -
, -
- , -
. -
, -
, -
« -
». , , -
, -
, -
, -
(. -
). -
- ; -
, -
, -
, -

(F40-49 -10),
 (F40, F41),
 , F42),
 (F43), (F48.0), (F44)
 (F45)
 (F50-59),
 (F34),
 F33). (F32,
 (F60-63).
 ()

, (, -
) -
 « ». ,
 - ,
 , , (« -
 »). , , -
 , -
 . (-
), -
 , -
 , -
 .
 , -
 ? « » -
 (1978; 1980)
 (). -
 () « » (-
) « », (-
). « -
 », -
 . , « » -
 , -
 , .
 , -
 (,) . -
 , -

(. «
 »).
 ,
 .
 ,
 -
 :
)
 ,
 -
 -
 -
 -
 « »
 -
 ;
)
 ,
 ,
 -
 ,
 ()
 -)
 ,
 -
 -
 :
) « »
 ,
 .
 -
 -
 -
 ()
 ,
 -
 () ,
 -
 ,
 ;
) « » -
 ,
 .
 ,
 -

», « -
-
», -
, , -
. , -
(1997) « -
», ».
- -
, -
, (. , -
., 1997). -
-
, -
« », -
, « » -
, -
() -
, -
. -
, -
, -
) -
(). -
, -
, , -
; -
(.) , « »
, « »

« - ».
 - ,
 - ,
 -) («
 ») . (-
 (-
). -
 « » (. .). -
 ,
 , (,
 self-monitoring). -
 , ,
 « » ,
 (« - » ,)
 « » , -
 (- -
 ,). -
 , « » -
 . (-
 ».) « » « -
 , , -
 , « » -
 « »

). (, -
) . () -
 () . () -
 , , (MS
 DOS) (Windows), -
 . -
 » (.) , « « » (.) . -
 , « » « » -
 . -
 « » (, -
) « » - ,
 . -
 , , (-
 ,) -
 « » , -
 « » , -
 , -
 - « -
 » . -
 , -
 () , -
 . -
 (. -
) -

).

(

:

1.

2.

3.

4.

5.

6.

7. « »

8.

(6-8).

9. « » - « ».

-

(

10.

-

,

,

«

» . (.

. 12),

»)

(«

-

-

»).

-

(

«

»)

(

«

)

:

— —

.

.

«

» ,

-

-

-

«

»

(

).

».

(

).

).

(

(S O R).

()
().

(. . , 1980).

« » (-), « »
» (), « »
() . , « »

- (. « ...») «

,
... - ,
, ,
, ,
,
,
,
... , «
».

, (, , « »),

, (-)

. . (1981),

: ,
(- -), ,
« »

， ， -
 . -
 ， -
 ，
 ，
 .
 -
 - (， -
)， (-)，
 () .
 « »，
 .
 « » ，
 ，
 .
 « »
 .
 « » ， « » (X.)
 « »
 ，
 .
 ，
 .
 « »
 .
 - (. 12)，
 ，
 .
 () .

,
 .
 ,
 « » ,
 . /
 , «
 » ,
 - ,
 ,
 . « » (-
 ,) -
 (,). -
 , « (-
 »), , ; ,
 ; , - ,
 . , « » -
 (-
 « »), , ,
 (,). -
 ,
 (,), « -
 »). ,

« ... ».

(...)

« ... », ...

(...)

« ... », ...

(...), ...

« ... » (...),

« ... » (...)

« ... » (...).

(2001),

« ... »

« ... », ...

« ... ».

« ... » (...)

« ... ».

« ... »

« ... », ...

« ... »

(...)

(... « ... »).

« ... »

« ... ».

« ... », « ... »

« ... ».

« ... », ...

, . , -
 , « -
 », (, ,). -
 (,). , -
 , (-
 , ,). -
 - « » . -
 . « », -
 , (-
) , , -
 (,), -
 . . « (1975), -
 « », -
 , -
 , -
 . -
 . (2000), -
 « - » . -
 « », . . -
 (1994), « » -
 (-). . . (2001) -
 , : ()
 « - - ». - () .
 - () .

, . . (2003) -
 : « -
 ». -
 , « -
 ». -
 , , -
 - - ,
 - . -
 , « -
 », « -
 », « -
 », « -
 ». (-
 « » « » -
 .) -
 « » (, « ,
 »). -
 « » -
 , -
 . -
 - -
 , - -
 « » , -
 . -
 , -
 « », « » -
 , -
 « » (. -
). -
 « » -
 . , -
 « » (, 2002). -

(1993)

« ... ».

,

«

»,

(... 14).

«

»

,

.

«

»

		« ... ? »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »
		« ... »

14

,

.

« ... »

,

,

:

-

309

(., 1996).

« »,

« ».

« »

(. . 15).

» (. . 7).

« »

	« »	(. . ;)
(-)		I -
(,)		II, III - ,
), (IV, V -
		VI -
, ,		VII, VIII -
,		IX -
,		X -

15

« -

« »

/

, « », -
 (, -
 .), (, -
 , , -
 ,), -
 , (« », .). -
 (.): -
 , -
 . -
 -
 , , ^ , -
 « ». „ -
 , , -
 - (-
). - (-
 - ; (-
), -
 , (-
). -
 - , -
 , -

: (),
 (, -) -
 (- , -) , -
 -). () -
 . -
 , , , -
 , , , -
 , . -
 , - , -
 , (, -) ,
 , , -) -
 , « » -
 . (.): -
 - - -
 . -
 , - , -
 , -
 (, .) , - (. , -
 , .), (. .) . -
 ,

1.

(« »).

»,

2.

().

« »).

() ,

3.

« »

)

(. (-
-

« »

.)
(. ., 2002), « ,

»,

,

4.

(

:

- , -

- , -

:

)

(

-

).

)

«

»

-

- « » (-
).

,

(

).

(

-

)

,

, ().
 - (. . .), (. . .) « »
) , ().
 ,
) , ().
 « » , . . .
 , .
 5. ,

5.

,
 .
 ((,))
 (. . . « »)
 .
 « » ,
 , ,
 , ,

· -
, . () -

6. (« »)
,
· « »
, , « -
» « » , « ».

7.
(),
, .
, (,).
()
« » ().

-
· -
· -
, 15-20 - :
· -
, « » . ,

I : - .
 ,
 II : .
 . , ,
 , () .
 () ;
) « » ,
 , () .
 III : .
) « », « », « »
 « » ;
) « » .
 , ()
 , - , -

, , -
 , , -
 , -
 . -
 , (, -
). . . -
 , -
 (, ,). -
 « » « -
 ». -
 (, .) -
 , -
 . -
 « », -
 , -
 « ». (-
) -
 , . -
 , -
 , (,) -
 (, ,) -
 , -
 . -
 , -
 . (Lazarus A.A., 1989) -
 , -
 BASIC I.D., -
 (Behaviour), -

	- () - ,
	, ,
()	« - », « - », ,
()	- , ,

16

-

:

) -

-

) (« ; »)

(-

) ; ,

) (« ») - (-

).

(-

) « » (« -

», « » -

.

-

-

, -
 , -
 , -
 , -
 ()
 , -
 , -
 , -
 ()
 « », « »).
 , -
 , -
 « », -
 , « »
 ,
 ,
 ().
 « », (. ., 2000):
 1) (fading)
 , -
 ;
 2) () ()
 - -
 - -
 ()
 « »
 ,
) -

, -
 , -
 « » , -
 (). -
 (. . 6), « -
 » . -
 (, -
 « ») , -
 . -
 , -
 . -
 , -
 . -
 : -
) -
 (-
 ; , -
) () -
 () -
) ; -
 () . -
 ; -
) -
 (-

,
 , -
 ,
 (« »;
 - , -
 , -
 . .),
 .
 .
 , (. . ,
 . , 1998), -
 (. . , 2001).
 X. ,
 ,
 () « ».
 -
 , (-
 -
 - ,)
 « » , - ,
 ,
 .
 ,
 .
 ,
 -

(. . ; .).

,

:

- 1) () ;
- 2) (-) ;
- 3) « » (, -) ;
- 4) () .

, , , (-) , (-) , (-) .

« » « - »

, - « » , (. . , 2001), , (. .) .

(. . . , 1986).

(« » « » , 1965),

« » « ».

« » « » .

» .

» .

» .

» .

» .

» .

» .

» .

» .

(1999),

(

)

- « » « »

» , «

» .

» .

» .

» .

» . (1996)

;

« » , «

»... [-
, ! , [-
.] ». , -
. (1995), « », -
() -
« -
» (. ., 1990). -
, . . (1990), « -
». , -
, -
(« -
» . , 20^). -
. (-
« -
».) , « -
(2000), -
, -
». -
) -
, -
. -
. -
, « » , -
- (« »). -
? -
, , -
, : -
. -
, -

) , (-
 . , (-
 (.., 1986),
 »); (« - », « -
 ; - , -
 ; , -
 ; , -
 ; , -
 , . (-
 « »),) (-
 , , -
 (), , -
 . (, -
 (, -
), (-
 :). , -
 (-
 « »). , -
 , (-
 , -) (-
 , - (-
 .). (

, , - -
 , . , -
 , « » , -
 . , -
 . - , -
 - () -
 , () , -
 . (-
 . -
 - ,
) - ,
)
 « » , , ,
 « » . -
 . -
 () (, « » « -
 » , . . -
 , - -
 ? .
 , , -
 . , -
 -

» (.), - -

, - -

», « - -

». () - -

; () - -

) - . - -

, - -

(« , - -

»), , - -

, - « - -

», . , - -

, . - -

) - -

(), « » - -

, - , - -

, - -

, - -

, - () - -

, , - -

, « » , - -

, - , - « » - « », - : « - »). , - « » . (1996), « » .) (.), (, - « » , . (. . . , 1986). (. . . A.M., 1997), « » , » « » . « », , () . : « ,

», (

),

... « »

3 5 ,

« » - ,

(« »),

« » (, -

) . (

« » ,

« » - . (

- .)

3) , ; , -

4) - - , -
 , - « -
 ».
 « » ,)« »
 , ,
 . ,
 « » , . . .
 « » -
 .
 (,)
) / ()
 () .
 , ,
 , : « -
 , « » , -
 , « » ;
 : « - ...» (: « -
 ...», « ...») («
 ...» « ...»).
 - « » (« » .
), « » -
 (« »)
 (« »). ,
 () -

: « » « -
 »;
 , (-
) - « -
 » « » (« »),
 « »).
 . -
 , -
 , -
 . (-
 « »). - ,
 , -
 - . - , -
 , -
 (,), -
 , -
 . , -
 « ».
 « » ,
 . -
 . -
 , -
 , -
 . -
 , . (,);
 (,); -
 : -

« ... » (... , ... - ...).
 ... ,
 « ... », ... - ... - ...
 (... . 18).

(...) ... ,

(...)		
...	-
(...)... ...)... (...) , ... , ... , ... , ...	-
(...) , ,	
... (...) , ...	(...) , ...) , ...	
...	-

18

:

(...) ,
 ... ,
 ...

, (,
 ,) . ,
 , -
 . , -
 (-
 . . , 1991), . (B.C.
 . (1989), -
 . -
).
 « »
 (. . , 2002).
 , , « » -
 « » -
 . ,
 ,
 .
 , -
 ,
 ,
) ,
 .
 .
 « » -
 (, « -
 » ,
 .)
 « » « » -
 , -

...). (, - , IDEAL-

()	()
) (()
()	
, ()	(),

19

)

3.

« »

(

).

3.

20

», -
-
(. 21).
», -
»,
», « »
(
). « » « »
», «
» « »
», -
», -
», -
», -

			3.
() ,			

21

， « 》，
 « 》，
 ，
 - (. 21
 3. ，
).
 5 .
 :
 (/) - ， ，
 ()
 ().
 « »
 -
 (-
 : -

355

) (, -
-). , , -
, -
. (-
« ») (-
. -
- , -
- -
. _____
, (-
) - (-
).) -
- , -
- (-
).) -
- -
(, -
), / , -
(). , -
(() . , (-
, (). , -
, (-
,). (-
) : , -
: « -
3. « - »,

», -
 (. 22), -
), - («
 » -
). -
 ; -
 , -
 .

3.	-	
.	« » ()	« » ()
.		
.		
.		

22

- -
 , -
 . -
 - -
 , « », -
 (-) (). -
 , -
 , :
) -
 (); -
) -
 , -
 .

. « » ,
 « » .
 () ,
 ,
 () .
 « » ,
 .
 () . « » ,
 ,
 , ... () .
 ,
 . („ „ 1992),
 ,
 ,
 ,
 ,
 . („ „ 1993),
 ,
 ,
 ,

, .
 , .
 , .
 .
 « »
 ,
 ,
 (,
).
 « (,
 », (,
 , 1996), .

- 1) (,) ,
- 2) - , , - ,
- 3) , , , , , , ,

« » -
 . -
 ; -
 . , .23.

	« »
	« », « », « »
	« », « »
, ,	« », « » +

23

-
 -
 « » -
 ,
 « » (-
), « » . -
 ,
 .
 , -
 , -
 , -
 , -
 (-

) (-
 . ., 1994). - -
 , -
 (. ., 1993; . . ., 1998; -
 1992). . ., . ., . .,
 -
 -
 . -
 . . - . -
 . -
 , : -
) (« - -
 » .);
) (« - »);
) , ,
 (« - »).
 (-
), , -
 , « -
 » « - ».
 . . -
 , -
 , -
 . -
 : -

« » . « »

(. - , 2002).

(

-)

« » (« »

), « » ,

, , « » - .

« » (,

, - ., 1999)

(«

? »),

(

« »),

« ».

,

(,

)

,

(,

).

, «

», (.).

,

« » « »

« ».

« » (.).

(2002),

()

()

(2003),

()

« »

(« »),

(.., 1983), (.., 1966).

2000).

(..)

« » « »

:

-
 ,
 (?») : « ?
 (« ?»).
 :
 « »;
 « » (« ...»);
 ;
 « » ;
 « »;
 « »;
 « »;
 « »;
 « »;
 « ()»;
 « ()»;
 « »;
 « ».

III.

:
 , -
 ; -
 , ; -
 -
 . -
 -
 (« ?») - / (« ?») - /
 (« ?»). () - /
 () -
):
 « » - ;
 - ;
 - ;
 « », « »;
 « »;

(), « » -
 . -
 ; , , ,
 . , ,
 , , -
 , . -
 , -
 , , -
 ... , -
 , , -
 , ... , -
 ... -
 ; -
 . -
) -
 . -
 , -
 . -
 , -
 (10-12 /). -
 , ,
 (« » -
), -
 . -
 -
 . -
 : ,
 .

)
« (»,
; « »
;
,)).

« »

- (-).

1.

15-20

2.

3.

10

4.

1. . ?

2. ?

3. (,):

- ;

- ;

- ;

- « », « »;

- ();

- ;

- .

« ».

« (» , .)

8-10

(. . Jencks, 1974).

« » , -

« »

(1996), « » , -

() .

(2000), , -

(- - -) .

« » , ! -

... .. -

... , -

... , , . , -

. (, -

.) , -

, -

() -

,

()

,

« - » -

,

-

,

...

.

,

-

.

,

-

,

«

-

»

.

,

«

-

,

» (

..

.., 1994).

,

,

-

,

,

.

«

»

,

-

-

(

- «

-

»,

)

.

(

-

..

.)

-

-

,

«

»

(

..

)

«

» (

..

).

-

(

«

»).

-

,

,

,

.(

,

-

:

.)

» (, 1995)

«

«

»,

(.),

(),

«

»

(

),

(

).

)

(I-)

)

(

«

».

6)

(2-)

« »

: «... , ...»

...

...

...

()

«

»

...

» (.)

« -

» (. , «) .

3.

«

»

, (-
 , . , -
). -
 - « - », -
 . -
 , -
 : « ... » -
 ». -
 . « -
 , » -
 (- , 2002). -
 (.) -
 -
 (- « » -
), -
 . -
 « » -
 (()) , -
 « » . -
 , - , -
 . -
 - « » . (-
 . « -
 »... .) -
 , -
 . « » ,

(3.) . -

, « » (, 1999).

, « » .

:

?

?

?

?

, ?

« » , , -

.

:

-

(... ...) -

();

();

;

(- « »)

:

- « »: -

, ,

;

- « »:

...

... ,

, « »...

, ,

.

-

-

-

, . « » -
 ,) -
 (, -
 « » -
 »
 , .
 « » (.) .
 .
)
 , , « », -
 , ,
 , , - .
 , , « » - . (-
 , ,
 « ».)
 : ,
 « », -
 (.). , -

, (-
), -
 .
)
 » (), « -
 -
 , ... -
 ... , .
 « » - -
 , -
 , . -
 « » -
)« » , -
 « »...
 « » - up-time, -
 , « » (.) -
 .

2.

« »
 (« ...») -
 « », -
 , -

, « ».

, (« »).

)» (. ., . ., 1988).

- 1.
- 2.

. ,

. , ... ,

. . .

:

1. . ,

2. . ,

.

(, ... ,

5-6 . ,

,

,

(20-30),

« » (« » ,

.

,

,
 ,
 . (« ».)
 « »
 , () .
) (« », « »)
 (),
 , « »), ()
 « » (« »).
 , (,) ,
 -), . « ».
 ... ,
 ... - ...
 ...
 ...
 , ,
 ,
 ...
 ...
 () .
 , , ...

(

»).

		,
		« » , « »
	,	;
	,	,
		; /
		/« »
1		
2		
3		
4		« »
1	(, ,)	(« »)
2	(, ,)	
3	(, ,)	
1		() ,
2		; « »

24

, ... -
 ...»), -
 . , (-

« »), ()
) . , . (

, , -
, , -
? -

1) -

, , « -
, ».

2) -

, , -
.

, , -
,
(« ...
...»)

3) -

, , -
(« »).
(.),

(, 1997). -

4) -

. -
, -

(- -
, -
).

, « »
(,)
,

(,
). « » « ».

« »

. . . .
,

() .

,
(.).

,
,
20-30 .

. (-
 , -
 .) ,
 ; -
 5-7 .
 -
 « -
 » (.).
 -
 (« - »), -
 , -
 -
 .
 - , , -
 , -
 (« »).
 -
 (-
) (, « » -
 , « -
 »)
 ,
 ,

»),

« »,

,

,

(

«

(

).

»).

« »,

,

· (

«

».)

»

,

(

«

).

1.

» (.),

«

(2-3

).

2.

3.). -

, , . -

(/) , (3-5
).

4. -

, -

, -

.

: -

. , -

, , -

. -

, , , -

, . -

, -

, « » -

.

1. - :

, -

, -

2. , -

- , -

. , -

, -

3.

« » , « »
« ».
- (),
-
-

3.

-
-
-
-
(
-).
» , «
- (Perls e.a., 1951).
-
» , «
»
»
»
»
(1991): «
».

1.

().

- ,
 ,
 (, -
).
 2. (15-20).
 ,
 3. ,
 ,
 , « »
 , ,
 .
 « »
 -
 .
 .
 , .
 , .
 / , , . (.
 , , .)
 (-
).
 ,
 , 3-5
 .

« »

:

-

,

-

.

.

,

.

,

,

:

,

,

(

).

« »

,

,

1977)

4:2 (-
: 1... 2... 3... 4...) (-
1... 2...) [: , -
« »
(re-birthing,), (vivation, -
) « » (, .).
.]
(« »);
« » ,
3:3.
.

, , , : 3:4 - 3:5 - 3:7 - 3:9 -...
 , 3:3- ... 4:3 - 5:3 -
 5:2 - ... (.).

« »

: . [

, ,

.]

, , («

»), , - ,

« »

,

-

, . (

« »,

, .)

-

(re-tuning)

,

, -
 -
 , , ,
 . «
 » - , -
 , -
 . -
 , , -
 , , -
 , , -
 , , -
 - , -
 , -
 « » -
 . -
 . -
 . -
 , -
 - , -
 , -
 . () , -
 () . -
 « » -
 » , -
 , -
 . (-
 « ») () -
 - () . -
 « »

30-40

, « » . , « », -
 , « ».
 ; (-
). , - ,
 , , , , , -
 , , , , , -
 . 4-5
 ; ; ...
 , .
 « » -
 « » , , -
 , . , -
 , , -
 (« ») -
 , « » -
), , -
 , . -
 ? , -
 , , -
 (, , -
 - « ») -
 .

,
 -
 ;
 ,
 -
 -
 .
 -
 -
 -
 -
 , ()
 ,
 -
 , « »
 ,
 -
 -
 ,
 « »
 - ,
 .
 ,
 ()
 ,
 « »
 « »
 ,
 :
 ,
 ,
 « »
 »). («
 -
 -
 -
 -

« »

- . ,

, ,

;

- (Li Ding, 1988).

, « » (X.)

, (

X.)

.

().

,

,

(

).

,

;(

,

,

, « » , -
 , ... -
 , -
 « » , -
 , -
 , -
 - , « » . -
 , (-
), , « » , -
 , , -
 () , -
 . -
 - , , (-
) -
 () . , -
 - , , -
 , -
 - , , -
) (-
) () (-

, , . [,
 , , .]
 .]
 , « -
 ».
 (,)
 1 ,
 (, 0,5-1).
 (« »)
 « » (, « »),
 ,
 ,
 :
 , ,
 , (1-1,5
).
 [, ,
 , .]
 (-
 »). ,

,
 ,
 ().
 ,
 ,
 .
 ,
 (),
 ,
 .
 ,
 .
 .
 « »
 « »
 ((2000),
 ,
 .
 , « » (, 2003).
 ,
 ,
 (. , 1997) « »
 ,
 « »
 ,
 ,
 ,
 (. , 1993).
 « »

, (,) , -
 - « »
 (. ,) . -
 , , ,
 : , .
) , « » (-
 , ;
) (.) . -
 ()
 , - ()
) .
 (« »,
) ;
) (, « ») .
 (.) , ,
 , « »- , -
 - (-
 - « -
 », ,
) .
 (« -
 ») .
 , -
 -
 -
 -
 .
 , , ,
 , ,
 .
 :

« », -

per se, « ». -

« -

) « -

» (.) -

« » -

, , -

(). -

, , -

... -

, , , -

. -

. -

« », -

, , -

« », , -

. , -

- , -

(ETC), -

- - , , - , -

, -

, , -

(,), -

, -

.). « , »
 , , -
 , -
 .
 (2002) , « -
 , » .
 ,
 .
 , , -
 , . -
 -
 I - < ».
 ,
 II - « » (tabula rasa).
 « ».
 -
 ()
 .
 ()
 -
 .
 « »
 ()
).
 -
 (, 1997). ,
 , - (« »-
 ,)
 . ,

4.

« »

- ,

« » (-
« »),

3.

« » (), ,

« »

- . .

« » (-

., 1997): (1)

« » (« - »); (2)

(« -

- ») (3)

« » (« - »).

« » ,

(.).

(1994),

,

« » (« - - »)

,

». , , « -
 » , , « ». 3-5 -
 « » , -
 - , 2 - +), (2 -
 , , « -
 ». , -
 « », -
 , , -
 , , -
 « , ». () -
 (,). - -
 « ». ,
 « » -
 , -
 , , -
 , , -
 , , -
 , -

« »...

(« » .),

15-20°...

,
.

« »

,

-

, . . .

«

».

,

-

,

.

-

,

-

ThXII - LI,

,

(

).

-

-

,

«

»

-

,

-

«

»

.

(2003),

,

«

».

«

»,

,

(2002),

-

.

-

(

),

,

-

«

» -

,

-

,

-

(

-

).

-

,

-

.

,

,

-

,

-

и, следовательно, не может быть признана таковой. В то же время, если бы это было так, то не было бы необходимости вводить понятие «незаконно приобретенных средств», так как в этом случае все имущество, приобретенное в результате совершения преступления, было бы автоматически признано таковым. Однако законодатель, вводя это понятие, подчеркивает, что речь идет именно о средствах, приобретенных в результате совершения преступления, а не о любом имуществе, приобретенном в результате совершения преступления. Это означает, что речь идет именно о средствах, приобретенных в результате совершения преступления, а не о любом имуществе, приобретенном в результате совершения преступления. Таким образом, понятие «незаконно приобретенных средств» является самостоятельным понятием, которое не следует отождествлять с понятием «имущество, приобретенное в результате совершения преступления».

В то же время, если бы это было так, то не было бы необходимости вводить понятие «незаконно приобретенных средств», так как в этом случае все имущество, приобретенное в результате совершения преступления, было бы автоматически признано таковым. Однако законодатель, вводя это понятие, подчеркивает, что речь идет именно о средствах, приобретенных в результате совершения преступления, а не о любом имуществе, приобретенном в результате совершения преступления. Это означает, что речь идет именно о средствах, приобретенных в результате совершения преступления, а не о любом имуществе, приобретенном в результате совершения преступления. Таким образом, понятие «незаконно приобретенных средств» является самостоятельным понятием, которое не следует отождествлять с понятием «имущество, приобретенное в результате совершения преступления».

В то же время, если бы это было так, то не было бы необходимости вводить понятие «незаконно приобретенных средств», так как в этом случае все имущество, приобретенное в результате совершения преступления, было бы автоматически признано таковым. Однако законодатель, вводя это понятие, подчеркивает, что речь идет именно о средствах, приобретенных в результате совершения преступления, а не о любом имуществе, приобретенном в результате совершения преступления. Это означает, что речь идет именно о средствах, приобретенных в результате совершения преступления, а не о любом имуществе, приобретенном в результате совершения преступления. Таким образом, понятие «незаконно приобретенных средств» является самостоятельным понятием, которое не следует отождествлять с понятием «имущество, приобретенное в результате совершения преступления».

, , -
 , -
 : -
 - « » - «
 » « ,
 ».
 « »
 . « -
 » -
 .
 , , -
 , . ;
 , ,
 « » . -
 . -
 , « » , -
 , , -
 , , -
 .
 , - ,
 .
 . (-
 , , -).
 : ,

« - » ()

», « » -

,

, « » -

« » .

« » .

« ».

», « »

TM,

,

,

.

.

,

... ,

», ... «

», ... ,

,

... « »

- , « » -

,

... « »...

,

,

,

« - »,

,

...

,

... ,

,

.

« »

,

.

,
 ,
 « » , -
 ,
 ,
 « » («
 »).
 ,
 - ,
 . (.)
 0,5-1,5). (,
 , , (,
).
 , - ,
 , , ,
 , , ,
 . (.)
 - ,
 (- ,
 ,).

), , (() .) .

1-2 .

, - , - .

5.

« »

, (.) . ,

« », ,

« » (. .) .

« », « »

« », « »

... « »

, « »

,

... ,
... (-
,). -
,
, (-
) . -
;
« » - ,
... - « » ,
, - -
(-
) . ,
- -
- , -
, , -
- , -
... -
, ... , -
... ,
, .
- -
- -
- -
, « » . -
, , ... ,
...
,
- -
1-2 ,
, -
« » -
, , -
, -
, (-
,
) .

3-5 ,

,

.

« »

.

.

,

-

,

,

,

,

,

« »

.

:

,

,

-

,

-

-

,

,

,

: «

,

,

».

«

-

»

,

,

,

.

,

,

.

,

(. . .).

. . . (1997),

,

,

:

« »

,

« ».

(-

,)).

« »,

« »,

»,

,

,

,

-

,

.

,

.

.

«

»

,

,

»

-

».

,

,

-

-

,

.

,

,

«

-

».

,

,

,

« »

-

,

,

: «

,

,

».

« » ? [-
, -
.]
[:]
? ?
()? , -
, ? -
()? -
, , -
, - -
, ,
... , -
... ,
, ... ,
30, , -
, , -
, , -
... , -
, , -
... , -
, , ?
, , -
... ,
...
? ,
? ?
, -
« -
», -
. -
, -

).
 ,
 :
 ...
 .
 .
 ,
 ,
 .
 (), (),
 « » ().
 ,
 ,
 :
 ()
 ,
 .
 « »
 :
 1. (,

, () - -
).
 2. . ,
 ? ,
 , .
 3. ?
 , -
 ... -
 , ... ,
 ; -
 ...
 4. . ,
 , -
 , -
) . -
 , -
 , -
 , -
) - (-
), (), -
 , () , -
 , .
 .

5.

· , -
: , -
? , -
? ? -
? -
- ? -
- , -
? , -
· , -
· , « » , -
« » , -
« » -
· -
- « » -
: ((-
,) (-
) « », -
, , -
· , -

1.

, , -

2.

(« » -

) (-

« » -

« » ,

).

3.

, -

, « » -

, -

(« », « » « » ,

).

. -

, -

(- , -

).

) . (-

, , -

, .)

- , -

, ,

, ,

.

(, - -).
(1993), , .

: « , ».
« », , -
, ,
« », ,
» ,
» ,
» ,

- 1.
- 2.
- 3.

. (,
)
4. (2-3).

5. .
, ()
6. (« »),

« ... » (... , 1994).

« ... »,

,

.

.

(

).

?

,

.

«

»

«

»

«

»,

,

«

».

,

,

.

,

:

.

,

«

»,

.

(

-

,

-

,

,

.

-

-

«

»

-

,

,

.)

-

(

).

(«

»,

.

.

),

«

»

, - . -
, , - -
, , - -
« », -
-
? - , -
: , - ,
, ,
, - -
, - -
« » , - ,
, ,
, ,
, -
« » ,
, -
, , -
, -
() -
, -
(-
« ») -
, ,
« »

« » -
« -
» ()
, - .)

2. - -
, « ».
... « ».
,
, « » (« »),
, -
,
, .

3. , -
.

4. : , ()
, « »)
. 1.
(. 2).

- ,
,
,
.
- ,
-
-

, « », -
.
-
.
- , -
, « », -
« » « ».
- (, -
2002). « » - , -
(« »,).
« » - « », -
(
« »,). « » -
- ,
(
« », ,).
, , -
(
, - . 25.
- , -
« » ,
« » « » -
, « » « »
« » .)
-
-
,
-
« », « » « »
-
« »
« » -
, « »
» - « » « »
.
-
« » - ,

-	()	« »		-
« »	« »			
	« »			
« »	« »			
	« »			
« »	« »		-	
	« »			

25

, , -
, -
, -
- ,
, -
. -
1) ,
« » ?
« » (-
,); « » - « »
(), « » ,
().
, , -
, -
: , ,
, , -
, , -
, « » ,
.

, -
 . -
 , -
 . -
 , -
 . « » -
 -
 « » , « -
 » , -
 . -
 , -
 . -
 « -
 » -
 . -
 « » , -
 -
 (-
). -
 , -
 , -
 ; -
 . -
 , -
 , -
 -
 , -
 . -
 « » -
 . (-). -

) « »:

1-2

):

. [

? .]

? ,

:
()

)

: - (),

(« »)

...

-

« »,

-

,

.

-

-

X. (1996),

« ».

: ,

-

, , .

-

- « »,

-

, ,

(,

):

,

-

, ,

...

« »,

-

, , ...

...

,

-

, ...

-

« »

)

(

).

-

,

,

-

, -

.

,

,

,

-

.

-

-

4

1)

:

2)

?

?

?

?

?

?

« »,

?

?

?

3)

?

« , », « ,
 ») « , »
 - . -
 (- -
), - -
 « ». (,) -
 - , -
 , - , -
 . « -
 » , , -
 , (, 2000). , -
 , « » -
 », « » (-
 , -).
 , « » , -
 - , « -
 » « », - «
 » (, 2002).
 « » « -
 » . -
 , ,
 « » « »
 « » (, 2000), -
 , -

, « » « » , -
 , -
 , (-
 , « », « »). -
 » - , « » ,
 . , -
 (, ,) , -
 , (-
 -) . -
 , ? , -
 - ? ? ?
 ? , . -
 « » , - ,
 . -
 (,
 - ; ; ,
), « », « » -
 « » . -
 : - , « » ,
 . («
)

» (, - « -
 » (, « -
 - »). - -
 , , -
), « » (

- .),
 ; , -

- « »,
 , « ?» «
 ?» (- « -
 ?» « ?»).

« » (« ?»
 (.), -
 , - (-
 , , -
), -
 , -
 , -
 (.) .
 (.) . , -

(

).

),

« ».

),

(

« »

« »

« »

« »,

;

:

. . . :
 - - .
 « » - -
 , -
 « »,
 (. . -
).
 ,
 (. , « - », -
), -
 .
 -
 « », -
 , -
 . -
 , -
 .
 « » -
 , -
 , -
 « » -
 , -
 .
 « » - , ,
 , (« - ...»),
 .
 («... - »)
 .
 « » -
 « » -
 « ».
 , , , -
 , -
 , -
 , -
 . (-
 , -
 , -
 , -
 .)

5.

« », , -
... « » -
- , ... ,
 , -
-
... - , -
 , ... ,
 , -
... -
 , , ,
...
« » ,
 , ... ,
 , ...
 , ...
... ,
-
« » .
« »
 , -
- , « -
» .
 , , , -
 . -
-
-
 , (.)
(.).
 (. , 2000).
 ,

(. , .),

(,)

(.).

«

»

-« » (,),

« »

« »

(bonding),
(Krens I., 1999)

« () ,
- »

2001) , (. . ., 2000, « » :

) : « - » (, -) ;

) , - : « » (- 3:5 3:6);

) « »: , - , (-) ;

) ;

) : « » (, -) ;

) ;

) « » (, -) ;

) , - : « » . - . - , - , - (-), - , - « » . - (, -

), , -

, . -

(), -

, . -

, - , , (-

) . -

(,),

« »

- , -

, . , -

, . , -

, , , (« -

, , »).

. ,

? ?

? , ? ?

,
 ,
 ,
 , « » « » ,
 , - « », « » . . .
 ,
 ,
 ,
 « »
 « » , « » (. .).
 , «
 » « » , » ,
 .
 - () ,
 .
 « »
 (,)
 , « »
 - , .
 , , « »
 (« » , ») .
 , ») .
 , - «
 » . , «
 » .

» (, -« -) , , -

» (, -« » -« » , () , -

» () , -

» (6-7) , -

» « » . (: « -

« ».

- « ».)

) : « »,

« ».

,

:

?

?

... ? (

).

,

(« »).

-

) , (

,

,

,

,

.)

,

« » .

,

(, ,

.)

,

« »

;

: « , ».

, (-
), -
 -
 -
 (« ») , .
 ,
 - « », «
 ».
) : « »,
 « ».
 ,
 :
 ? (-
 : -
 , . . -
 ,
 .)
 , -
 (, -
 , -
).
 , -
 : ,
 , ?
 « », ,
 , -
 . -
 :
 (.)? ,
 « » -
 -

, -
 , -
 , -
 , -
 . -
 , -
 . -
 « » -
 , -
 , -
 , -
 « » -
 , -
 . -
 « » -
 - -
 . . -
 . -
 (,) , (-
 -) -
 30). -
 , -
 (,) , -
 : -

- I - ;
- II - ;
- III - - ;
- IV - « ».

(, .., 2002):

-)
-)
-)
-)
-)

« »
 « ».
 , « » :

) , - , -

) () , -

2-3 ()
).

) , « -
 » 2-3 -

- , -
 , -

2-3 , -
 - 3 5.

« »,

« »

(. ., 1990).

« »

« » -

- ;
- 1) , « » (, 1993) « », -
 - 2) - , (1994) : « - ».
 - 3) - , « » (, 1993).
 - 4) (), , (19936) : « ».
- , (, 2001), , « »

. ,
 . ,
 3. (« » :
 - - - » « » :
 / - -), . («
 - ») («
 »).
 , . . ,
 . , . . ,
 « » -
 (. . , . .).
 ,
 « » .
 , « » ,
 (. , .). ,
 - ,
 ,
 ,
 ,
 - ,
 :
 . ?
 ?
 , , ?

(Sartorius N., 2002),
 (Christodoulou G.N. e.a., 2002).
 (Brawman-Mintzer, 1998).
 (Lydiard R.B.,
 2001): «
 ...
 ».

« ... ») (... ,
-
-
- « ... » (...)
-
- ,) .
-
- ,
-
-
- , « ... » (...) .
-
- (... , ...) ,
-
- ,
-
- (« ... ») .
-
- ,
-
- . « ... » ,
-
- ,
- « ... » (... , 2002) . (1994) ,
« ... » XX
-
- , , ... » .
-
- : « ... »
-
- . [...] -
- ,
- ... » (...) .
-
- « ... » -

- , -
.
»
((/
« »), , -
- , (.), -
(.), « - », -
/ (.), / . -
.(« » -
)
« » .
« », -
(2002), « ... , -
« » ».
« », -
, -
(). « »
, -
-
.

« ... » , -
 (« ... ») -
 , (« ... ») -
 ... ? ... -
 »). -
 , (,) -
 (« ») -
 (, , -) -
 -) -
 « » () -
 « » (, « ») -
) -
 ? « » , - , -
 , , -
 (.) . -
 - , -
 « » , , -
 « » . , -
 , , -
 . (2001), « -
 » . -
 , -
 , -

«...» (1989).

(1988).

(P.M., 2002).

(...).

(«...»).

« ... ».

, - - - -

, - - - -

, - - - -

(...).

, - - - -

, - - - -

- « ... ».

« », , -

(« ... ») «

».

- , , - -

, , -

(...) - -

, , - -

, « -

- », « -

».

- - - -

, - - - -

, - - - -

(... , 1993). , - -

, - - - -

« ... », -

... , «

... » (... «

...»).

XXI

(2003): «

«

» (.).

(

« »)

(

., 2001).

«

» (., 2002).

»,

», « (, 1995).

», « (, 2003).

», « (. . .)», « », « (. . . ; . . .)». « » (, psychoeducation)

(.)

XXI

(1996)

» (.., 2002).

(. ').

« .. »,

« .. ».

»,

(.., 2000),

« .. » (. ').

(1990),

, « .. »

».

(.., 1988)

(. '),

« .. »

(

, « .. »

), (

).

«

» (. . .), - «

» (. . .), - «

(. . .).

« » « », «

» (. . .) «

» (. . .), «

» (

),

« » « » .

: « », (

», «

()

, - -
 (, - , -
 , -
), -
 - : -
 - , « » -
 , -
 , -
 « » « » -
 , -
 , -
 (, -
 (), -
 , (), -
 , -
 (, « -
 » -
). -
 , -
 « » -
 ? -

« » « »

(. ., 19946).

?

:

(,).

:

3.

«

»,

«

»

- «

»

3-5

(

),

(

)

«

»

(

, «

»),

« ... » , « ... » .

, -

, -

, (« ... » -

. . .) . , -

, -

(, -

. . .) . (-

, -

, -

(, -

) . . . -

- .

. (. , . , . -

) , -

- - . -

- - (.) , -

, -

(-

) . , -

- , -

. -

-

... (Goodrich-Dunn, Greene E., 2002).

... (DeCarvalho R., 1991).

() - « » -
» () « » -
) .

, -
, , « » « » .
 , -

3. :
(X., 2002).
 : « ... »
 ,
 « » -

, -
 , , , ,
 , -

, -
 (-
 , -
) .

, -
 , , , ,
 , -

, -
 , , , , -
 , -

« », 2002. - 304 . ; : - . - :

III //

, 1992. - . 89-90. / - . -

, 2002. - 214 . : - -

», 1995. - 296 . . - :: «

, 2002. - 192 . . - :: - . -

, 2004. - 336 . // -

1997.- . 202-219. / - - ,

, 1997. - 576 . . - -

, 1983. - 16 . . -

// . - 1980. - 8. -

. 10-11.

X. : . - ::

«HOMO FUTURUS» , 1993. - 160 . ;

(). // , 1993. - 320 .

, 2000. - 238 . . - ::

90 : « -

», - : ; :: , 1996. - 173 . -

», - : , 2002. - 560 . -

», - : , 2000. - 320 . . -

// -
 « », 1993. - . 48-58.
 , 1981. - 440 .
 , 1997.-256 .
 ACT, : Terra Fantastica, 1998a. - 448 .
 , 1975. - 416 .
B.C.,
 , 1967. - 240 .
 , 1984. - 84 .
 //
 , 2001. -
 . 108-124.
 //
 REFL-book, 1994. - . 199-281.
 //
 , 1978. - . 2. - . 195-215.
 , 1981. -
 255 .
 , 1995. - 512 .
 , 2001.-400 .
 //
 1986. - 2.
 //
 , 1996. - . 126-127.
 // - 1998. - 1 (25). -
 . 66-69.
B.C.,
 , 1977. - 160 .
 , 1988.-270 .

- 1999.- "1. - 4-13. // -
 , , , 1992. - 400 . //
 496 . , 1990. -
 1994. - 400 . ,
 .60-68. , 1980.—
 , 1978. - 240 .
 // -
 . - 2002. - 3. - 69-84.
 . Lifestreams. 6 // -
 . - 2001. - 1. - 35-40; 2 // -
 2002.- 2.- 66-71. -
 , 1995. - 128 . -
 // . - 1989. - 10. 106-167;
 11, 90-162. -
 : " , 1988. - 240 . -
 " , 1999. - 376 . -
 , 2000. - 192 . -
 : , 1997. - 284 . -
 // -
 « / » , 2000. - 106-122. :
 // -
 . - 1. - 1993. - 72-78. -
 ; : , 2001. - 196 . -
 , 2000.-719 . -
 , 2003. - 352 . -
 1990. - 192 . -
 , 1993.-160 . -
 . - " : ' , 1983. - 136 . -

() // . - 1994. - 4 -
.97-116.
: - 2- :
- ; :: , 1997. - 270 .
: , 1995. - 192 .
: , 1992. - 176 .
2001.-240 . , « ».- : - ,
, 1999. - 373 .
//
/ - : , 1987. -
.223-231.
, , :
, 1991. - 160 . ().
1993 (,) . - 418 . ,
. - : « », 2000. -
448 .
, 1977. - 360 .
//
, 2002. - .536-539.
, -
, 1998. - 218 .
: - : « -
», 1996. - 168 .
AM.
// / - :
, 2001.- .341-351.
// -
, 1988. - .198-200.
: :
: - : « », 1999. - 320 .
, 2003. -
192 .

, 1993.-382 .
 , 1982. - 272 .
 , 1997. -
 320 .
P.P.
 , 2002. - 320 .
 , 1998. -
 320 .
 , 2002. - 168 ,
 » , 2001. - 272 .
 //
 . - 2002. - 3. - . 20-40.
 // . - 1989. -
 7.- . 98-105.
 , 1983. - 368 .
 , 2002. - 192 .
 //
 . - , 1974. - . 2. - . 74-77.
 , 1996. - 476 .
 // . - 1997. - 1 (23). -
 . 52-54.
 , 1997. -
 198 .
 , 1997. - 364 .
 //
 . - , 1993 . - . 50-57.
 , 19936. - 110 .
 //
 2001.- . 254-286.
 /
 , 2000. - 224 .
 //
 /

 , 2002. - . 346-350.

„...»», 1993. - 192 .
 AM. ... 1983.
 ... 1975.
 ... 1981.-387 .
 1993.-320 .
 (...):
 , 1993. - 56 .
 //
 . - 1990. - . 16, 5. - . 158-161.
 , 1998. - 336 .
 , 2002. - 384 .
 , 2000. - 208 .
 « ... »», 1996. - 320 .
 ACT», 2004. - 188 .
 , 1986. - 576 .
 AM.,
 , 1969.-248 .
 , 1984. - 246 .
 2001.-496 .
 , 1997. - 364 .
 « ... »», 2001. - 260 .
 P.M. (...) .
 2002.-101 .
 , 1997. - 416 .
 //
 1994. - . 120-137.
 , 1989. -
 232 .

. - 1998. - 47. - .5. : //
 . - : 1999. - . 197.
 : Alexandra, 1998. - 295 .
 ” , 1965. ” . - :
 . : : ; -
 . - : : « » , - -
 - , 2000. - 256 .
 : : : : -
 , 2001. - 409 . »; : - -
 . - : , 1991. - 128 .
 ([. .
 1]. - : , 1994. - 112 .
 AM. : , 1999. - 410 .
 1976-112 . - : - ,
 , :) - : . , 1988. - 263 .
 . - : , 1984. - 304 .
 // . - 1968. - 4. - . 29-43.
 2002. - 464 . . - : ,
 . . - , 1984. - 32 . :
 . - : ACT- , 2002. - 448 .
 . . « ... » // -
 . - 2002. - . 72, 7. - . 618-629.
 . - : , 1989.
 : : //
 , « » , 1993. - . 84-93.
 : : : : -
 . - : - , 1987. - 168 .
 176 . . - : . « » , 1996. -
 » , 2001. - 160 . - : . « . . . - -
 : : « ” » , 1994. - 239 . . -

.., 2000. - 172 .
 !
 .., 1992. - 128 .
Ocunoea A.A.
 - ; : « .., 2000. - 320 .
 .., 1995. - 192 .
 « .. », 2002. - 528 . 2002. - :
 ? - .., 1996. - 25 .
 .., 1996. - 192 . « .. »; « ..
 (..) // .., 1988. -
 . 165-267.
 (..) . - ..
 .., 1992. - 224 .
 .., 1996. - 464 .
 .., 2002. - 480 .
 .., 1996. - 240 .
 // ..
 .. - 1992. - 1. - . 123-136.
 (..) // .., 5. -
 / .. « .. », 1994. - . 40 - 80.
 .., 2002. - 192 .
 « .. », 1998. - 109 .
 // ..
 .. - 1996. - 1-2. - . 136-149. // .. - 2002. - 5 (21). -
 . 4.
 .. // ..
 .., 2000.
 . « .. » (..):
 II

2001 .). « » (,18-20
 ”, 2001. - 256 . : .- ∴ -
 , 1982. - 192 . .- ∴
 , 2000. - 528 . , ∴ ACT, 1997. -
 304 .
 «Art of Sale». - ∴ , 2003. - 176 .
 ∴ ACT, 2000. - 256 .
 (, 1994. - 176 . -
). - ∴
 1988.-256 . .- ∴ ,
 , 2002. - 511 . ;
 , 1997.-320 . .- ∴ - ; ∴ -
 B.C. , -
 ∴ ∴ , 1982. - 175 . -
 B.C., .- ∴ -
 , 1989. - 239 . ∴ ∴
 , 1997.-224 . .- ∴ - ; ∴
 , 2000. - 384 .
 A.M. .- ∴ .
 , 1997. - 352 .
 288 . ” .- ∴ , 2001. -
 , 1994. - 129 .
 // .- 2
 (19).-2004 .- . 3-4
 // .- 3. - 20046. - . 13-14.
 ∴ -
 , 2002. - 126 .
 //
 04.09.2001 ., 73200100180.

III
 / , 1992. - . 27-32.
 //
 , 1991. - . 67-69.
 //
 , 1988. - . 112.
 //
 , 1986. -
 . 73-74.
 « », « », 1992. - 272 .
 //
 . - 1997. - . 47, . 5. - . 792-811.
 « », 1994. - 256 .
 (Selye) , 1976 //
 1977.- . 27-51.
 , 1978. - 126 .
 « », 2000. - . 31.
 « », 2002. - 232 .
 , 1977.-
 . 144.
 () //
 / « », 2000. - . 9-18.
 , 1982. - 142 .
 , 2000. -
 381 .
 X.,
 « », 1996. - 304 .
 // . - 2001. - 21.

.., 1993. - . 45-50. // . -
 „ „ . :
 . - : . « - », 1995. - 416 .
 . „ „ , 1997. - 416 .
 .., 1995.-125 .
 „ // . -
 . - „ 1978. - . 136-152.
 // . - 1991. - 2. - . 178-186.
 . : , 1995. - 80 .
 „ „ ; .
 2000.-296 .
 „ „ , 1983. - 256 .
 2001.-384 .
 „ „ , 2002. - 128 .
 „ „ : -
 , 1981.-232 .
 „ „ : -
 - , 1996. - 240 .
 1961.- . 479. „ „ :
 „ „ , 1994. - 80 .
 „ „ , 1986.-384 .
 . Coaching -
 „ „ : , 2001. - 160 .
 „ „ : , 1966. - 300 .
 „ „ : , 2000. - 320 .
 „ // .
 . 7.- : , 1990. - . 3-7. ' ;
 „ „ : « „ », 2002. - 192 .
 „ // . „ : . , 1950. -
 . 310.
 „ „ : -
 , 1990.-310 .

, 1987.-304 .
 ” // /
 , 1984. - .2. - . 189-218.
 , 1999. - 320 .
 ” //
 1994. - 843. - ,
 « » // -2000. - 10.
 : , 2000. - 160 .
 1993. - 288 : ,
 ” , 1992. :
 / // : , 1998. -
 198 , 1970.
 : , 1990. - 368 .
1. - : ,
 , 1999. - 384 .
 3. : , 1989. - 456 .
 : , 1989.
 : , 1991. - 240 .
 144 : , 1978. -
 X. : , 2003. - 112 .
 , 2002. - 160 .
 : : -
 « » , 2002. - 176 .
 , -
 // : - 2000. -
 2. - .5-50.
 , -
 () // -
 1999. - 2. - .61-90.
 : -
 // -
 1994. - 2. - .29-50.

. , 1987. - 288 .
 ;
 , 1993. - 480 .

 , 1997.-240 .
 ;
 « » , 1996. - 224 .
 / « » , 1992. - 105 .
 „ , 1997. - 608 .
 , 1993. - 112 .
 „
 , 1988. - 272 .
 „
 , 2001. - 240 .
 // - 20 2001 .
 , 1989. - 174 .
 : 1988. - 100 .

 « » , 1994. - 128 .

 « » , 1994. - 128 .
 , 2001. - 304 .

 , 1995. - 162 .

 , 1988. -
 203 .
 , 2003. - 352 .
 , 2002. - 448 .

 , 1990. -
 111 .
 //
 / , 1994. - . 34-48.
 , 2000. - 144 .

 ; , 2002. - 272 .
 , ACT, «
 » , 1996. - 592 .
 ; // - 1995. -
 1.

- . (Jung C.G.) . - . , 1995. - 718 .
- Bernstein D.A., Borkovec T.D.* Progressive Relaxation Training. - Champaign, IL: Research Press, 1973.
- Baltes M.M.* The etiology and maintenance of dependency in the elderly: Three phases of operant research // *Behaviour Ther.* - 1988. - V. 19. - Pp. 301-319.
- Barsky A.J., Geringer E., Wool C.A.* A cognitive-educational treatment for hypochondriasis // *Gen. Hosp. Psychiatry.* - 1988. - V.10, .5. - Pp. 322-327.
- Bateson G.* Steps to an Ecology of Mind: Collected Essays in Anthropology, Psychiatry, Evolution, and Epistemology. - Press Publisher, 2000. - 565 pp.
- Bernhardt P., Isaacs J.* The Bodymap: A Precise Diagnostic Tool For Psychotherapy// - : <http://www.bodynamicusa.com>.
- Boehnlein J.K., Sparr L.F.* Group therapy with WWII ex-POW's: long-term posttraumatic adjustment in a geriatric population // *Am. J. Psychother.* - 1993. - V. 47, 2. - Pp. 273-282.
- Boyesen G.* Biodynamic Psychology: A Precis Of The Theory And Practice // - : <http://www.biodynamicpsychotherapy.com/>.
- Briggs Meyers I.* Introduction to Type. - Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, 1990. - 30 pp.
- Buss A., Plomin RA.* Temperament Theory of Personality Development. - N.Y., 1976.
- Christodoulou G.N., Havaki-Kontaxakis J., Kontaxakis V.P.* // *WPA Bulletin on Depression.* - 2002. - Vol. 5, 24. - 3-8.
- DeCarvalho R.* The Founders of Humanistic Psychology. - New York: Praeger, 1991.
- Dimond S.J.* Neuropsychologia: A textbook of systems and psychological functions of the human brain. - London: Butterworth, 1980. - P. 218.
- Eaton J.W., Weil R.J.* Culture and mental disorders. - Glencoe: Free Press, 1955.
- Eysenck H.* Neurotizismusforschung // *Handbuch der Psychologie* - In 12 Bänden. - Bd.8.: Klinische Psychologie - Göttingen, Toronto, Zürich: Hogrefe Verlag, 1978. - P. 565-598.
- Fuchs M.* Funktionelle Entspannung. Theorie und Praxis einer organismischen Entspannung über den rhythmisierten Atem. - Stuttgart: Hippokrates Verlag, 1984.
- Gendlin E.* Focusing. - New York: Bantam Books, 1981.
- Goldman A.* Can Primal Therapy Shortcut the Return to Happiness // *Vogue.* - 1971. - Sept.1.
- Goodrich-Dunn , Greene E.* Voices: A History Of Body Psychotherapy // *The USA Body Psychotherapy Journal.* - 2002. - V. 1, 1. - Pp. 53-117.
- Heller S., Steele T.L.* Monsters And Magical Stick. There Is No Such Thing As Hypnosis? - Falcon Press, Phoenix, 1987. - Pp. 152.

- Herrmann N.* The creative brain. - Lake Lure, N.C.: Brain Books, 1988.
- Jencks B.* Respiration for Relaxation, Invigoration, and Special Accomplishments. - Salt Lake City: Private Publishing, 1974.
- Johnson DA.* Test-retest reliabilities of the Myers-Briggs Type Indicator and the Type Differentiation Indicator over a 30-month period // Journ. of Psychological Type. - 1992. - V. 24. - Pp. 54-58.
- Keirse D.* Portraits of temperament. - Del Mar, SA: Prometheus Nemesis Book Co., 1989. - 200 pp.
- Keleman S.* Embodying experience, Center Press, Berkeley, 1987.
- Keleman S.* Dasein 1st Mit Sein: To Be There Is To Be With // - - : <http://home.wxs.nl/~form.psy/daseinn.htm>
- Kotler ., Buzwell S., Romeo Y., BowlandJ.* Avoidant attachment as a risk factor for health// Br. J. Med. Psychol. - 1994. - V. 67, Pt.3. - Pp.237-245.
- Krens I.* Freedom through Bonding. On the Nature of Psychodynamic Bodytherapy. - GTK: Hamburg, 1999. - 51 pp.
- Kurtz R.* Body-Centred Psychotherapy. - Liferhythm, Mendocino, 1990.
- Kurtz R.* Hakomi: Why So Fast? // - - : <http://www.ronkurtz.com>.
- Laughlin CD.* The prefrontosensorial polarity principle // Biol. Forum. - 1988. - V. 81, 2. - Pp. 245-262.
- Lazarus A A.* Multimodal therapy // Current Psychotherapies / Ed. RJ.Corsini, D.Wedding.- 4th ed. - Itasca: Peacock, 1989. - Pp.503-544.
- Li Ding.* Meridian Qigong. Transmitting Qi Along the Meridian. - Beijing, China: Foreign Languages Press, 1988. - 262 pp.
- Lindley R.H., Moyer K.E.* Effects of instructions on the extinction of conditioned fingerwithdrawal response // J. of Experim. Psychology. - 1961. - V. 61. - Pp. 82-88.
- Lowen A.* In Defence of Modesty// J. of Sex Research. - 1968. - V. 4. - 1. - P. 52.
- Lydiard R.B., Brawman-Mintzer O.* Anxious depression // J. Clin. Psychiatry. - 1998. - V. 59 (suppl. 18). - Pp. 10-17.
- Marcher L.* Waking the Body Ego // Energy and Character. - 1995. - Ms 1; 1996.-J* 1.
- Marcher L.* The Bodynamic Character Structure Model // Energy and Character. - 1989. - V. 20, 1.
- Martin D.* Introduction to the Hakomi Method and the Practice of Loving Presence // - - : <http://www.ronkurtz.com/>.
- Maslow A.* Towards a Psychology of Being. - Princeton, NJ: D.Van Nostrand, 1962.
- Melzack R.* Pain and the neuromatrix in the brain // J. Dent. Educ. - 2001. - V. 65.-Pp.1378-1382.
- Mitscherlich A.* Zur psychoanalytischen Auffassung psychosomatischer Krankheitsentstehung // Psyche. - 1953/54. - 7. - P. 561.
- Mockeridge L.M.* Pulsation Of Life Force - Experiencing Radix // Whole Health. - May/June 1996. - P. 16.

- Nissen G.* Larvierte Depressionen bei Kindern? // *Acta Paedopsychiatr.* - 1975. - V. 41, 16. - Pp. 235-242.
- Ornstein R.* *The Psychology of Consciousness.* - N.Y.: Harcourt Bracejovanovich, 1977. - 255 pp.
- Perls F.S., Hefferline R.F., Goodman P.* *Gestalt Therapy.* - London: Souvenir Press, 1951.
- Pettinati P.M.* The Relative Efficacy of Various Complementary Modalities in the Lives of Patients With Chronic Pain: A Pilot Study // *The USA Body Psychotherapy Journal.* - 2002. - V. 1, i. - pp. 6-15.
- Renshaw B.* *Bodydynamic Analysis: A New Somatic Psychology* // - - : <http://www.bodydynamicusa.com/renshaw.html>.
- Roland P.E., Friberg L.* Localization of cortical areas, activated by thinking // *Journ. Neurophysiol.* - 1985. - V. 53. - Pp. 1219-1243.
- Rolf I.* *Rolfing: The Integration of Human Structures.* - Boulder, CO: Rolf Institute, 1977.
- Rossi E.* Sleep, Dream, Hypnosis and Healing: Behavioral state related Gene // *Sleep and Hypnosis: An International Journal of Sleep, Dream, and Hypnosis.* - 1999. - V. 1, 3. - Pp. 141-157.
- Rossi E., Lippincott B.* The wave nature of being: Ultradian rhythms and mind-body communication // *Ultradian Rhythms in Life Processes: A Fundamental Inquiry into Chronobiology and Psychobiology* / Ed. Lloyd, D. & Rossi, E. - New York: Springer-Verlag, 1992. - Pp. 371-402.
- Rossi E., Nimmons D.* *The Twenty Minute Break: Using The New Science of Ultradian Rhythms.* Phoenix: Zeig, Tucker & Theisen, Inc., 1991.
- Rubinfeldl.* *The listening hand.* - New York, Bantam, 2000.
- Sartorius N.* : // WPA Bulletin on Depression. - 2002. - Vol. 5, 24. - . 8-9.
- Schein E., Bennis W.* *Personal and Organizational Growth Through Group Methods: The Laboratory Approach.* - NY: J. Wiley, 1967. - P. 15.
- Seligman M.* *Helplessness // On Depression, Development and Death.* - San Fransisco, 1975.
- Shalif I.* *Focusing On The Emotions Of Daily Life: A Guide For Their Maintenance Or How To Change Without Trying Too Hard.*
- Shiflett S.C.* Validity evidence for the Myers-Briggs Type Indicator as a measure of hemisphere dominance // *Educational-and-Psychological-Measurement.* - 1989. - V. 49, 3. - Pp. 741-745.
- SliwaJA., Shade-Zeldow Y.* Physician personality types in physical medicine and rehabilitation as measured by the Myers-Briggs Type Indicator // *Am. J. Phys. Med. Rehabil.* - 1994. - V. 73, 5. - Pp. 308-312.
- Taggart W.M., Kroeck K.G., Escoffier M.R.* Validity evidence for the Myers-Briggs Type Indicator as a measure of hemisphere dominance: Another view. // *Educational-and-Psychological-Measurement.* - 1991. - V. 51, 3. - Pp. 775-783.
- Totton N, Edmondson E.* *Reichian Growth Work. Melting the Blocks to Life and Love.* - Prism Press, 1988.

- Ware R., Rytting M., Jenkins D.* The effect of stress on MBTI scores // Journ. of Psychological Type. - 1994. - V. 30. - Pp. 39-44.
- Welford A.T.* On the human demands of automation: Mental work conceptual model, satisfaction and training // Industrial and business psychology. - Copenhagen, 1961. - V. 5.

()

()	
	« », « » - , - -
. (I. Schultz) . (. Jacobson)	
	:
. (Wilhelm Reich) (Moshe Feldenkrais) (Frederic M. Alexander) . (Arthur Yanov)	Characteranalysis) (Vegetotherapy & Movement) (ATM, Awareness through (Learning Therapy) (Primal Therapy) ,
	() : {
. (Alexander Lowen & John Pierrakos) (John Pierrakos) P. (Ron Kurtz) . (Stanley Keleman) 4. (Charles Kelley) (Jay Stattman) M. (Malcolm Brown)	(Bioenergetic Analysis) (Core Energetic Therapy) (Hakomi) (Somatic Process work) (Radix) (Unitive Psychology) (Organismic Psychotherapy)

<ul style="list-style-type: none"> . (Ida Rolf) . (Elsworth Baker) (Sharlotte Selver) . (F.Glaser) . (Federeco Navarro) 	<ul style="list-style-type: none"> , (Rolfing) (Orgonomy) (Sensory Awareness) (Psychotonics) (Somatopsychodynamics)
<ul style="list-style-type: none"> . (S.Rose) (P. Stampfl, D. Lewis) . (P. Olsen) . (. Fuchs) 	<ul style="list-style-type: none"> (Intense Feeling Therapy) (Implosive Therapy) (Emotional Flooding) (Funktionelle Entspannung)
() :	
<ul style="list-style-type: none"> (David Boadella) (Luciano Rispoli) . (Jerome Liss) (Lisbeth Marcher) (George Downing) . (Gerda Boyesen) . (Michael Heller) (Arnold Mindell) (Eugene Gendlin) . (Peter Levin) . - (<u>blker</u>) Knapp-Diederichs) . (Eva Reich) . , . - (Al Pesso, Diane Boyden-Pesso) X. (Hans Krens) . (Peter Bolen) M. (. Rosen) . (Iliana Rubenfeld) . (F. Smith) 	<ul style="list-style-type: none"> - (Biosynthesis) (Functional Somatic Psychotherapy) (Biosystemic Psychology) (Bododynamics, Biodynamic Analysis) Chiron) - (Energy Stream & (Biodynamic Psychology) - (Hellerwork) (Process-Oriented Psychotherapy) (Focusing) (Somatopsychology) (Orgontik- seinsorientierte Körpertherapie) (Gentle Bioenergetics) (Pesso Boyden System System Psychomotor Psychotherapy, PBSP) (Psychodynamic Bodytherapy) (Emotional Reintegration) - (Rubenfeld Synergy) - (Zero Balancing)

. . . A. B. , .	: - - ()

-
-

-

(
·), , · ;
, (;
· ; () ;
, () .
(, · ())
, () .
(, ·)
,
« - ».
, ()
(, ·) -
.
,
.
,
.

2001).

N. Herrmann).

(F32, F33). -

(F60-63).

- , -

, , -

, , -

.. ,

.. , :

- (-

, , ,

); (, -

12- , , -

, , , ; -

(, ,);

, ();

(, , -

, ,); (, -

,) (, -

(, ,

); : (-

,), , -

; (, , -

); (, -

), , ;

), (-
 ; , -
 . , -
 ; -
 (« ») , -
 . , -
 , , -
 : , -
 - -
 . , -
 , -
 , (-
). -
 , , -
 (« ») , -
 (). , -
 , - , -
 . , -
 , , -
 (-
). -
 : () « » -
 , -
 () « » -
 (« ») -

· -
- -
- -
- (« ») -
- : -
, , - ,
, , - ,
, , - ,
, , - ,

(. . . - . . . -)
. . . (1994) , . . . ,
70 , - () () . -
: .
8 . {J - ; - F; S - N} -
20 , , I - 10
.
:
E/I - / :
1, 8, 15, 22, 29, 36, 43, 50, 57, 64.
() ,
() - .
J/P - / :
6, 7, 13, 14, 20, 21, 27, 28, 34, 35, 41, 42, 48, 49, 55,
56, 62, 63, 69, 70.
() ,
() - .
T/F - / :
4, 5, 11, 12, 18, 19, 25, 26, 32, 33, 39, 40, 46, 47, 53,
54, 60, 61, 67, 68
() , () - .

, , -
 , 0 (). , -
 () . -
 : ;
 (1) , ,
 (2) , 2 .

() () . , -
 () () - . -
 () () .
 1. () , ()
) ,
) - ()
 2. ()
) , ()
) , ()
 3. - , ()
) « » ()
) ()
 4.) , ()
) , ()
 5.) ()
) ()
 6.) ()
) ()

7.) ()
) ()
8. (,) ()
) ()
) ()
9.) ()
) ()
10.) ()
) ()
11.) ()
) ()
) ()
12.) ()
) ()
13.) ()
) ()
14.) ()
) ()
15.) ()
) ()
16.) ()
) ()
17.) ()
) ()
18.) ()
) ()

19.) ()
) ()
20. ,) ()
) ()
21. - ,) ()
) ()
) ()
22.) ,) ()
) ()
23. ,) ()
) ()
24. ,) ()
) ()
25.) ()
) ()
26. , - ,) ()
) ()
27.) ()
) ()
28.) -) ()
) ()
29. ,) ()
) ()
30.) ()
) ()

31.

)
)

()
()

32.

)
)

()
()

33.

)
)

()
()

34.

)
)

()
()

35.

)
)

()
()

36.

)
)

()
()

37.

)
)

()
()

38.

)
)

()
()

39.

)

)

()

()

40.

)
)

()
()

41.

)
)

()
()

42.

)
)

()
()

43.) ()
) ()
44.) ()
) ()
45.) ()
) ()
46.) ()
) ()
47.) « » ()
) « » ()
48.) ()
) ()
49.) ()
) ()
50.) ()
) ()
51.) ()
) ()
52.) ()
) ()
53.) ()
) ()
54.) ()
) ()

55.) - , ()
) ()
56.) ()
) ()
57.) , ()
) - ()
) , ()
58.) ()
) ()
59.) , ()
) , ()
60.) , ()
) , ()
61.) ()
) ()
62.) ()
) ()
63.) , ()
) , ()
64.) , ()
) , ()
65.) , ()
) , ()

66.

)
)

()
()

67.

)
)

()
()

68.

)
)

()
()

69.

)
)

()
()

70.

)
)

()
()

., 1991). (. . ., 1986; . . .

(A.M. . ., 1981),

« » « ») (58,

() 1), ();

« »,

() ,

(% %).

1.

-		-		-		-	
1	0,57			30	0,95		-
2	0,57			31	0,95		
3	0,57			32	0,95		
4	0,57			33	0,95		
5	0,57			34	3,10		-
6	0,57			35	3,10		
7	2,90			36	3,00		
8	4,10			37	3,00		
9	3,10			38	0,90		
10	3,10			39	0,90		
11	2,90			40	0,90		
12	2,90			41	1,35		
13	2,90			42	1,35		
14	2,90			43	2,50		-
15	1,80		,	44	2,50		
16	1,80			45	0,50		
17	1,90			46	0,50		
18	1,90			47	0,50		
19	0,87		-	48	0,50		
20	0,87			49	0,50		
21	0,87			50	0,50		
22	0,87			51	0,50		
23	0,87			52	0,50		
24	0,87			53	0,80		-
25	3,00			54	0,80		-
				55	0,80		
26	1,15			56	0,80		
27	1,15			57	0,80		
28	1,55		-				
29	1,55			58	0,80		

1.

$$(\quad \% \quad , \quad \%).$$

2.

$$\% \quad , \quad - \quad (\quad \% - \quad \%).$$

$$(\quad \% - \quad \%) < 7$$

$$7 < (\quad \% - \quad \%) < 15$$

$$15 < (\quad \% - \quad \%) < 20$$

$$20 < (\quad \% - \quad \%) < 30$$

$$30 < (\quad \% - \quad \%) < 50$$

$$(\quad \% - \quad \%) > 50$$

3.

$$) \quad , \quad \% \quad -$$

$$\% , \quad : \quad -$$

$$\% < 14$$

$$14 < \% < 15$$

$$15 < \% < 20$$

$$20 < < 25$$

$$25 < \% < 30$$

$$\% > 30$$

$$) \quad , \quad \% \quad -$$

$$\% , \quad : \quad -$$

$$\% < 11$$

$$11 < \% < 13$$

$$13 < \% < 17$$

$$17 < \% < 23$$

$$23 < \% < 27$$

$$\% > 27$$

... (... ..)
.., 1991).

1.

2.

3.

4.

5.

6.

«

»

?

7.

8.

(

?

):

?

9. ? :
10. , ?
11. ?
12. ?
- (,), :
13. 37,0-37,5 .
14. 38 .
15. :
15. (1)?
16. (0,5)?
17. ? , :
18. ?
19. ?
20. ?
21. (? , ,)
22. ?
23. ?
24. ?
25. ?
26. ?
27. ?
28. ?
29. « » ?

30. ?
31. ?
32. ?
33. ,
- ?
- :
34. ,
- ?
35. ,
- ?
- :
36. ?
37. ?
- ?
38. ?
39. , ?
40. , ?
41. , ?
42. ?
- :
43. ?
44. ?
- :
- ?
45. ?
46. ?
47. ?
48. ?
49. ?
50. ?
51. ?
52. ,
- ?

53. :
 ,
54. ,
 ,
 ,
 ?
55. ?
56. ?
57. ,
 ,
 ?
58. ,
 ?

		5
		7
1.		16
2.	:	26
1.	-	26
2.	(]	36
3.		40
3.	-	49
1.	:	49
2.	:	53
3.		68
4.	- »	70
5.		72
6.		75
7.	(.)	76
8.	.) (.)	80
9.		82
10. «	»	84
1 1.	(.)	87
12.		89
1 3.		92
4.	-	95
1.	(.) ,	96
2.	.) (.)	97
3.	« » (.)	103
4.	- ()	104
5.		112
6.		115
7.		117

8.		123
9.		131
5.	:	-
			150
1.		
			153
2.		
			157
3.		
			169
4.		
			177
		
			178
		
			180
		
			182
5.		
			187
		
			189
		
			193
		
			194
		
			196
		
			203
		
			207
6.		
			209
		
			210
		
			211
		
			213
		
			217
		
			218
		
			219
		
			221
7.	.	(ATM).....	235
		
			236
		
			238
		
			239
		«	».....
			240
		ATM.....	241
8.		
			244
		
			246
		
			246
		
			247
9.		
			250
		
			250
	«	»
			25?
		
			253
10.		(. , . , .).....	254
		
			256

	258
11.	(.).....	262
12.	(.).....	264
13.	(.).....	271
14.	(.).....	272
15.	(.).....	274
16.	(.).....	275
17.	278
18.	282
19.	« » (.).....	284
20. (X).....	285
21.	287
	289
	- -	294
	298
	302
	« ».....	308
	- -	311
	- -	314
	315
	- -	320
	322
	327
	331
	342
	346
	: :	349
	352
	- - « ».....	358
	363
	366
6.	375
1.	378
	« ».....	378
	« ».....	381
	« ».....	384
	« ».....	385
	« ».....	389
	« ».....	391

2.	393
	« («»».....	393
	«».....	395
	« -».....	396
	« -».....	397
	401
	401
	:	
	-	402
	403
	(«».....	404
	-	405
	:	
	406
3.	408
	«».....	409
	«».....	410
	«».....	411
	«».....	412
	«».....	413
	«».....	414
	«».....	415
	«».....	417
	«» («».....	419
	«».....	421
	«».....	423
	«».....	425
	«».....	428
4.	«».....	435
	«».....	435
	«».....	437
	«».....	439
	«».....	439
	«».....	440
	«».....	441
	«».....	443
	«».....	444
	« -» (.....).....	445
	«».....	446
5.	448
	«».....	448
	« -».....	450
	«»:	
	454

	«	».....	457
	«	».....	458
	«	».....	460
	«	».....	463
	«	, ».....	463
	«	»,	468
	«	».....	468
6.	-	473
	«	».....	474
	«	».....	477
	«	», « ».....	479
	«	» (« »).....	482
	«	« » (« ?»).....	485
	«	».....	489
	«	».....	492
7.		...	496
	«	».....	498
	«	» (..... ,).....	499
	«	».....	500
	«	».....	504
	:	506
		514
	-	526
	532
		539
1.			
	-		
().....	560
2.	-		
	-	563
3.		570

:

AT

-
-
-
-
-

ETC

-10

10-

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

- ATM - Awareness Through Movement
- BID - Basic Inner Direction (C.K. Teuch)
- CCRT - Central Confilct Relationships Theme (L. Luborsky)
- DHE - Design Human Engineering (R. Bandler)
- E - (Extroversion)
- I - (Introversion)
- J - (judging)
- P - (Perceiving)
- N - (iNtuition)
- S - (Sensing)
- T - (Thinking)
- F - (Feeling)

()

(,), (,).

()

:

:

(,)

().

?

(095)924 1807,9241776 -mail igisp@igisp.ru www.igisp.ru

8-916-8205282 E-mail: consulre3@yahoo.com

:

061747

77.99.6.953. 169.1.99. 19.01.1999 .
05.11.2004 .

60x88/16.

37. .- . . 30,3. 2000 . . .
11116

∴ « », 2005. - 592 .
103062, . , .31, .6.

E-mail: igisp@igisp.ru

Internet: <http://www.igisp.ru>

ISBN 5-86375-059-6 ()

121099, , « , 6 « »



Марк Евгеньевич Сандомирский — член Общероссийской профессиональной психотерапевтической лиги, практикующий психотерапевт (входит в состав объединенного реестра психотерапевтов Европы). Кандидат медицинских наук, доцент кафедры управления в социальных и экономических системах УГАТУ. Автор метода психологической саморегуляции Ретри. Разработал ряд оригинальных тренингов («Аэро-транс», «Аква-транс», тренинги стресс-менеджмента, креативности, презентации, рекреативной саморегуляции, психологический фитнес) и социальных проектов (система социально-психологической помощи населению, гибридные интернет-СМИ). Ведет долгосрочную обучающую программу по психосоматике и телесной психотерапии (под эгидой ИГиСП). Автор 7 книг, более 100 научных трудов и более 40 научно-популярных публикаций.

«Взаимосвязь тела и психики всегда двусторонняя. Как все соматические расстройства имеют свои психологические «корни», так и любые психологические проблемы всегда приносят психосоматические «плоды». Разница только в том, какая именно сторона внутриспихического конфликта — душевная или соматическая — выходит на первый план. И как исцеление от телесных недугов возможно путем проработки породивших их психологических причин, так же и через телесные проявления психологических проблем можно прямым путем дойти до глубин души человека.

В этом и состоит суть телесной психотерапии: без лишних слов подойти к разрешению самых запутанных проблем пациента, разрубить «гордиев узел» внутренних противоречий. И сделать это наиболее естественным, надежным и простым способом, помогая пациенту вступить в сознательный диалог с собственным подсознанием на его «родном» языке — языке тела. А также научить его избегать подобных проблем впредь, предоставив удобный инструмент — техники телесно-психологической саморегуляции».

Марк Сандомирский

ISBN 5-86375-059-6



9 785863 750590

КЛАСС

независимая фирма

103062, Москва, ул. Покровка, д. 31, под № 6

Тел. (095) 917-8291, 917-8020, 917-8028