

Марк Сандомирский

ПСИХОСОМАТИКА И ТЕЛЕСНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Практическое руководство



КЛАСС

-

•
•

« »

2005

49

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

© 2005 . .

1995

- . , -
, .
 .
 , , ,
 ,

« », -

:

,

(,);

« » « -

» (,);

,

- « ».

,

(,),

().

,

.

,

« », ,

,

.

- (-

)

.

« »

,

,

.

.

,

:

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

- , -
- , , -
- , -
- (, -
-) (, -
-), -
- , -
- , -
- , -
- . -
- (-
-), -
« » (, « » -
»), -
- (-
-). -
- , -
- . -
- , (.
therapy www.eabp.org - European Association of Body Psycho-
www.usabp.org - United States Association of Body
Psychotherapy). , -
- , -
- « » -
- .
(

«

»,

«

»

.

,

,

,

«

»

(

)

,

.

,

«

,

,

.

-

,

,

.

,

-

.

,

.

-

,

.

, (.) -

,

, « »

, -

(« »,

. .). -

« », -

, -

« » (, . .). -

, -

, ,

, .

, -

, .

, , -

, , -

, ,

, -

« -

»

?

- ,

?

[illegible]

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

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

« »
»
(2002)
. (
(1993) «
».)

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

« » -) .

- 2) ;
- 3) , -
(-
- 4));
- 5) : = + + +
(GROW - Goals + Reality + Opinions + Will);
-
, , ,
.
-
,
(, , 2001).
(extrinsic) (intrinsic motivation) -
.
-
(,
).
- -
.

- (),
-
-
- (. ., 1986), :
- 1)
-
- ;
- 2)
- ,
-
- ;
- 3)
-
- ,
1. « » .
- ,
- () .
- ;
-
-
-
- ,
2. « » .
- ,
- .(
- ,
- .)
3. « » (.).
- ,
- ,

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

(. ., 1987).

, (-

. ., 1976), :

("),

(,) (

, ,

).

2.

, -

. ,

(. ., 1997).

- ,

,

(- . ., 1989),

(. ., 1996).

3.

-

-

.

(-

)

,

(. ., 1988).

, (

,

)

,

.

(

).

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

(, ,)

- , ,

, ,

.

, , (

(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,

(

-

).

	-	-
.	*	
.	*	
.		*
.	*	

*

.

-

.

,

-

-

,

,

.

,

.

,

.

-

,

,

«

»

(

,

«

-

»),

-

.

.

,

.

-

.

(2001),

«

»,

.

(

.

-

,

),

(

-

)

(

-

», «...»).

(«...»),
(...) - «...»
., 2002).

,
,

.

,
(

- , «...»
,

- «...», «...»
,

.
:

», «...» (.), «...»
», «...»
«...» (1993)
, «...» (1994)

.
,

() ()
-)
« » (. . ., 2001, 1992)
, (. . ., 1993).

, «...»
XIX
«...» (1889)

,
.
«...»: «...»,

» (. : A.M., 1997). ... « », , , , « » , - / « » , (.). , « 2. « » . (, .), :

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

-
-
-
- (,
-
- (-
-),
- ., 2002):
- 1)
- .
- ,
- ,
- « »,
- ,
- ,
- ,
- « »,
- (
-),
- ,
- ,
- (
- ,
-).
- (,
- »,
- ,
- .
- 2)
- .
- ,
- ,
- .(
- : « - ».)
- 3)
- .. (2002), «
- ».
- ,
- ,
- ,
- ,
- ,
- ,
- ,
- « »,
- ,
- ().

2.

(, - , - , , ,)

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

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

(, -
)) ,
 ,
 . (-
 ,), -
 « » , -
 ».
 « (-
) (,).
 4) , -
 . -
 , -
 . -
 : -
 , , -
 . -
 . -
 , -
 ().
 « », -
 (, -
 . . , 1998). -
 « », -
 / , . -
 , -
 (, -
 , « » , -
) , (-
 « »), - , -
 , ,

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

-

1.

:

3.

:

(,)

.

,

.

,

(

»,

,

).

«

«

»

,

,

,

,

.

«

»,

-

-

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

(1895 .),

>>

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

(A.M., 1997).

XVI

» (.), - « » (.).
« » - ,
- , - « » ,

,
 -
 -
 -
 ,
 -
 -
 -
 :
 ,
 -
 (,)
 .
 -
 -
 . ,
 (,
).
 ,
 ,
 (« » ()
).
 ;
 ,
 ,
 .
 , 1950-
 (. ; .),
 -
 ,
 . (,
 « »).
 ,
 ,
 -
 -
 ,
 (.). (« »)
 »)
 ,

2002),

(Bakes M., 1988) -

»).

3.

1.

2.

3.

).

: , ,
 -
 . ,
 , , ,
 ,
 . -
 , -
 , , -
 .
 , -

4. () -
 ,
 ,
 (-
). ,
 ,
 , « - » ,
 ,
 ,
 ,
 .
 ,
 ,
 ,
 .

5. -
 ,
 . (-
 ,
 « », « » . .)
 6. () -
 . -
 (-
). , ,
 , « »
 (- , « -
 » .).
 7. -

1. «...», -
2. «...», -
3. «...», -
4. «...», -
5. «...», -
6. «...», -
7. «...», -
8. «...», -
9. «...», -
10. «...», -

() -

,

,

« »,

(« »).

« »

,

() -

,

() -

,

() -

,

() -

).

-

,

-

,

() -

,

,

« »

,

« »

,

,

,

,

()

()

(« »),

?

,

-

;

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

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

« ».

..... , -

..... , « »

« »,

..... ,

..... ,

..... ,

..... « »

(..... ,).

..... ,

..... ,

..... ,

..... « »

» (..... , 1986),

(.....) (3.).

1920-

..... ,

..... ,

..... (1988)

..... ,

..... ,

..... ,

..... « ».

..... ,

..... ,

(..... , , 1995).

«25- (..... », (.....)

EMDR .).

« » (. ., . .):

,

.

,

.

,

(, , ,).

(- ., 2002).

,

,

.

().

,

- «

»,

.

,

«

»

(

« »,

).

,

,

.

3.

- « » .

« »

. « », « ».

» ,

, « »

() « » ,

« » (

). , , « » ,

« » -

, (

), « » ,

, « » -

« ». « » (

,) .

(1999), « » .

« »

1997)-

« » (. . . ,

» (. . .),

(. . . , 2000).

« » (

),

« » - .

X.

« »

2 5 (. . . , 2002).

« » « »

- ,

« » (. . .),

« » (. . .).

« »

(« »

)

« »

»,

»,

(. . .)

(. . . , 2002).

« »

-

« »

»,

»,

(Fuchs M., 1989).

»,

»,

»,

»,

« »

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

5.

..

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

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

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

-
 -
 -
 ,
 ,
).
 ,
 -
 :
) (.), (, -
)
 ;
) . ,
 ;
) , « » -
 (. . . , 1994);
) . , -
 -
 ;
) (.
 . . , 1998).
 -
 , , ,
 .
 7. (.)
 (Sifneos P.E., 1996; 1973)
 « ».
 ,
 ,
 - «
 ».
 ,
 ,
 , - «

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

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

« ... » - pensée opératoire, ...

... , ...

... - ...

... , « ... ».

... - ...

... , « ... », ...

... - ...

« ... ».

... , - ...

... , « ... » (...) ,

... ,

« ... »

... - ...

... , - ...

... (...) ,

... (...)

... (...)

... ,

... (1990)

« ... »

... ,

(...) ,

... ,

(«...», ...).

(«...», ...).

(«...», ...).

(Mitscherlich A., 1954).

,
 .
 -
 . (1984),
 -
 -
 : «
 ».
 ()
 ,
 ,
 « ».
 ,
 -
 .

9.

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

(Kellner R., 1991).

30%.

(,) (, 2000).

»

»

(1986), «

«

».

(1994), «

», «

».

», «

».

(,)

(, 1997).

(,)

(Barsky , , 1992).

, , -
 , , -
 , , « -
 » (. . . , 1967).
 , -
 , -
 .
 , « -
 » , , .
 , -
 , .
 ,
 « » , -
 , -
 , -
 , -
 .
 - (, -
).
 , -
 , « » ,
 « -
 » (.).
 , -
 , -
 , -
 , (-
 «
 » . ,).

10. « »
 (.)

« » (.) (2002)

« »

« »

() « » -

« » (giving up - given up)

(. , 2002).

(.)

«

», «

»,

« »,

« »

(

« »),

().

« » ,

« », -

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

11. (.)

, -
 . -
 (1997) , ,
 , « , -
 , ».
 « » , -
 , -
 : « - »
 (. - , 2002).
 , -
 -
 .
 :
 « :
 :
 , ,

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).

, ,

:

, -

, -

- , -

, ; , -

. ,

- ,

, (fight)

(flight).

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

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

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

). - , / , .
 ? ,
 . , , -
 - , -
 , « »
 . , (,
 « »). «
 »
 . ,
 ,
 - (,
 ,)
).
 , , -
 () , () .
 . (1966),
 « [,
 - .] ,
 ».
 :
 . , - ,
 , () . ,

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

3. « » (.)

. -
 . , -

20-30- XX . . .

« » ,
 , ,
 - , .
 , ,
 « » ,
 -
 -
 - « »
 ,
 (,
).
 - ,
 « »
 . (30- ,
 - ,
 . .).
 -
 . . (1950- .),
 ()
 :
 ()
 ()
 .
 ()
 .
 ()
 ,
 -

- ,
 . , -
 « »
 -
 . -
 , ,
 (,
),
 (.).
 , « -
 » , -
 . ,
 ,
 .
 , , , -
 , , -
 . -
 .
 , . (,
 , -
 , -
 .)
 -
 , .
 , , -
 - , -
 , ,
 « -
 » , -
 .
 ,
 (Lindley R.H., -
 . ., 1961): -
 (-
),

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

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

-
 , -
 « » -
 .

-
 .
 ,
 .

1. « », .

, - ,

2. :
 , () , -
 () , -),

- ,
 .

, ,
 , ,
 , - ,
 , -

«...», «...».

(1992) - «...».

1959 .(

«...»).

(

).

(

).

3.

).

:

(

).

1996).

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

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

6.

7.

(... ,
...).

... ,
... (

... .., 2000).

... « ... »
(... - ...),

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

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

... (3. ...),

... .

» (... .., 2002). - ... ,

... ,

... ,

...

... ,

... ,

...

-

,

(. . . , 1997). -

(. . . , 1997). - ,

- -

’ ().

1) (),

(, ,) -

- , . -

1998). (() - ,

, () -

- .

» « -

, -

(. . . , 2002). -

, -

- , (. . . , 1978). -

, : -

, -

, (-

). -

. ,

, (« -

, .). ,

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

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

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

», () (« »).

, « »

.

(), (

- ,

, « »

(

()

(

).

-

-

-

.

,

,

90- BRAC -

(, , 1984).

(1999), (cycles of

mind-body communication), -

-

90-

15-20 . «

» (Rossi E., Nimmons D., 1991).

,

,

,

(Rossi E.,

Lippincott ., 1992).

[illegible]

8.

: (1) , (2) , (3) . . .
 .
 -10 DSM-IV, (; (,
) , (, , ,
) (- ,
).
 ,
 ,
 - ,
 .
 ,
 ,
 (2001), «
 , ».
 «
 » . .
 ,
 ,
 ,
 (, -).
 «
 »?
 ,
 .
 - ,
 « » ,
 . , ,
 .
 ,
 ,
 ,

« »
(Welford A.T., 1961).

. , , -
 . , -
 « » -
 , -
 (),
 ((), -
 (BID, IDEAL- . .) -
 (CCRT, . , -
). -
 , « » -
 , «
 , . -
 » (., 1992). -
 « » -
 , - . -
 , : -
 (, . . , -
), -
 (. . 4). -
 . . (2001): « , [-
] -
 ». ,
 . , -
 , , -
 (. , .). -
 , -
 (. 4), -
 .4.

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

4

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

9.

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

« » (»).

,

,

.

,

).

(

,

).

,

.

,

- « »

(« »

,

).

,

(

,

,

).

«

»

,

,

(

).

(

,

)

(- « »,

, «

» -

).

-

,

(

).

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

(, ,

« ») -

,

,

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

1.

- , (-
 , . -
 ,), -
 . -
 , -
 , -
 (-
). ,
 ,
 ,
 ,
 ,
 ,
 -
 :
) :
 ;
 - - - -
 ;
) - :
 - (. .)
 (. .);
 (. . ; B.C.) -
 (. . -
);
 (. .);
 (. .);
 (. . ; . .);

(...),

, ...),

.

,

« ».

(...., 2001).

,

(, ,),

- . ()

,

,

,

« » « »

,

« »

() « »

-

-

,

,

« » -

-

()

,

-

,

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

« -

» ,

« »,

, « »

.

-

-

-

,

.

-

,

(-, -).

-

(

, 1998).

« »

.

(, 2001).

-

,

,

,

().

-

,

-

,

,

,

,

-

(, , ,

, 2001).

« » -

,

-

:

,

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

2.

,
 « ».
 ,
 .
 (. ., 2000, 2001).
 .

1.

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

« ... »

(

)

,

).

,

,

,

(1989), «

,

;

,

:

,

[...]

».

,

.

)

, « »

,

(. ., 1997).

,

,

,

(

).

(.),

« »

(.) -

. (

, « ».)

- , -
- -
.)

(, -
(, -
) ,
: - ,
; - ,
, -
(„, 1966). :

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

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

3.

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

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

,
 ,
 « » (-
),
 « »
 (« »
).
 ,

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

(. ; .)
 - (-
 .).

4.

(2)

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

», « (,
(,
)». -
-
,
3. (« »), , « » () -
, -
, ,
,
. ,
. ,
, (,
, ,
- -
)». -
(- ,
)». -
,
() ,
. 5. (3-4)
-
() ,
, ,
(, ,
) ,
, ,
, - ,
- ,
(,
- ,
-)». ,
« - » - , «
» ,
.

« -

»

.

, « »

,

(. .).

«

»

,

« »

.

- , -

,

,

«

» . .

.

,

:

,

,

,

-

-

-

« » -

-

(« » .).

-

:

,

« »

, « »

.

« »

,

- ,

-

,

-

.

-

-

-

.

, -
 . -
 (« - »). ,
 . -
 , : « », -
 , -
 , -
 ,
 , .
 6.
 (5-6)
 ,
 (. .). ,
 , , , -
 («
 »)
 - , « »
 (),
 -
 ,
 ,
 .
 , -
 ,
 (- , PR ,
 .). , -
 .
 (-
) ,
 - , (

),
 ,
 ()
 ,
 .
 (F. Deutch),
 « : »,
 , «
 » () (. . ,
 2000). , (-
) -
 .
 .
 ,
 ,
 ,
 (. .).
 .
 ,
 -
 ?
 ,
 ,
 .
 ?
 ,
 « »?
 , «
 », ,
 .
 , (,
 « »

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

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

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

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

4) :
) , -
(,);
) (, -
) - , -
(« »).

5) - , -
(
 ,).

6) -

-

», (,

« ,

»).

-

« », -

7) , - (

),

8) :

) - ,

», , « » (

« »);

) - ,

« ». (

)

« ».

« »

, (- « »,

);

) - ,

.

, (« »,

« » ,

).

(1997),

, « , ,

»;

) - , ,

,

?

,

,

- , - ,

.

,

,

(Krens I., 1999), « - » (

., 1993).

,

,

,

.

,

?

,

,

.

- ,

.

,

/

,

« ».

,

« »

.

,

(,)

,

(

).

,

.

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

« » - « ».
 , -
 ,
 ,
 - ,
 , .

4.

-
 ,
 30-40- . XX .
 -
 .
 ,
 ,
 - ,
 . 20-30-
 -

(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).

«...»

(... 1997).

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

«...»
«...»
...
...
...
...
...
...
... «...» (..., 2002).
... «...».
... (..., 1983).
... («...» (...))
... (..., 1998);
(Roland P.E., Friberg L., 1985).
... (..., ...),
...
«...»
...,
...
...
...
... «...»
... («...»).

Bezolla (. . . Jenks, 1974).

(. . ., 1980).

(A.M., 1997)

. . ., 1997).

(
)

« »

(. Blum).

. . ., 2002),

(20),

mons D., 1991),

(Rossi E., Nim-

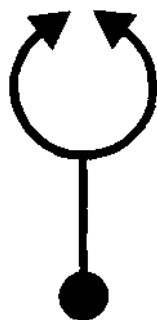
(B.C., 1982).

« - » (BRAC, Basic Rest-Activity Cycle), . (60-70) (15-20) , « ».

, - (Rossi

., Lippincott ., 1992), , . , , « » - , . , , (« » , .), « » (.) . - . , , () , - , , . « » , « » (2000), « , , ».

- ,



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

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

, : -
 . , -
 , .
 ».

« »

,
 (.). , -
 . (2002),
 , « - []
 « » - .
 , -
 - ».
 , -
 « »
 « », -
 « »:
 1. (-
). , -
 (« », « »),
 , «
 », . (, -
 , -
 -
 « ».
 , -
 - .)
 2. (, -
). (, , , , -
 (, ,).
 « », -
 -
 .
 3. ().
 , , (« »).
 4. (,).
 (,) ,
 - , .

5. ().

(,) .

6. (,),
), (-
,), -
.

7. ().

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

-
,
-
-
»,
«,
».

« »,
.
.
(. , 2002):
,
(,
().

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

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

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

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

, -

. (, -
).

-
-
-

, , -
.

-
-

, -
.

)

(Keleman S., 1981). (., 2002)

-
-
-

(. ,)

, (.)).

-

(() , -

, ((-) -
, -)

, , . . , (., 2002).

« » -

- , -
.

(., 2000). « , -

», (. , 2002).

((), ,).

« » , , . , , () (, () . « » , « » .

6)

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

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

.)

(.., 1998),
(..,
2000)
 ,
 ,
 ,
 (1997) « ».
 ,
 ,
().

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

)

« », « » .

« » .

() .

: « , , , ».

« - ».

, « » , - « ».

, ».

« », ,

- (, -

, , -

, .) .

- « » -

« », ,

,

.

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

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

).

,

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

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

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

«...», «...»;
(...),
1980).
,
,
(...),
:
(...),
,
(...),
,
:
,
,
(...), 1985;
(...),
,
(...),
,
(...),
(...),
(...), 1980),
,
«...».

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

6.

— , —
 ,
 , , ,
 .
 , —
 ,

).

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

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

, , .)

« » , -

, , « » , -

« [...] -

. [...]

.

, -

, » .

.

, « -

» -

, -

.

, -

.

,

,

.

, -

, -

« »

, « -

»,

,

.

, -

, -

« » , -

,

(

): «

,

,

» .

,

,

,

« » . (

-

, , -
 -
 .)
 , « » -
 ,
 , « -
 » .
 « -
 » « -
 , -
 , -
 .
 -
 -
 , -
 , .
 , , , , ,
 , , ,
 ,
 . «
 » , : «... -
 - . [...] -
 , , .
 [...] , , - , -
 ».
 , , :
 « » ,
 « ... ,
 . [...] -
 . [...] -
 ».
 , (2000)
 : «
 ;
 ,
 ,
 ».
 ,

(1992): «

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

... ,
 , , -
 ». -

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

. (,
). -
 : « -

... , -
 , -
 ». -

« », , -
 , -
 « (1) , (2) » (3) :
 « » -

; , / , -
 , «
 ». -

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

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

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

« - »

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

(

-

-

)

,

()

.

.

,

,

« ».

,

,

.

,

.

)

,

,

.

(),

« » « » ,

().

-

,

« », -

.

().

,

,

.

,

,

.

(

;

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

- ,
 ,
 .
 -
 , « » - ,
 , « »,
 . , , -
 -
 (,
),
 -
 , . -
 .
) « » , -
 (-
 « »)
 (-
 ,) « » (-
) « » (-
 -) - « » () « » ().
 ,
 « » ,
 (re-tuning)
 .
) « » -
 ; ,
 , .
 , ,
 - « » -
 « » (., 1996).
 « »
 , « » -
 ,
) « » ,
 (Li Ding, 1988). « »
 « », -
 , «

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

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

« - »
 (.7).

« » ,

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

7

- () -
 ,

- , -

:

) , , (

);

) , -

-

,

,

-

-

(-).

-

-

-

,

(.).

.

,

-

-

,

-

(AT),

«

» (

).

,

,

,

-

,

,

(-

-

).

,

«

»

(,

(-

., 1986);

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

(

- « »).

-

.

-

« »

«

-

»,

-

: « » (),

; « » ()

« -

» ().

,

« »,

« ».

-

-

-

, « ».

-

,

-

« » (/ ,)

,

.

-

,

-

-

,

, (« »)

-

« » .

-

-

-

« ».

, (« »)

(

,

-

).

« » « »

,

-

,

-

(

,

,

-

« », -
 , -
 -
 -
 .
 « » (-), -
 , ,
 .
 - , -
 , , -
 , -
 , « » -
 .
 « » - -
 , , -
 , « » (., 1989).

7. (ATM)

-
 , «
 » (Awareness through movement, ATM).
 « » -
 , -
 -
 , -
 (,
 ,).
 , ATM -
 :
 - , -
 , ().

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

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

. [...] , ,
 , , -
 . -
 ».

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

, « » . (-
 , -
 .) , -
 « » -
 « » -
 , -
 . « » -
 -
 , -
 (.) -
 « » (.), « », -
 (« - »). -
 . (.). -
 , -
 (-) « » -
 , -
 (). -
 , -
 « », -
 « », -
 , -
 DHE (Design
 Human Engineering), .

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

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

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

- « ».
- (
-),
- .
- ,
- ,
- ,
- (, «
- », « » « »).
- « ».
- (.
- 2002, . 63)
-].
1. ,
-].
2. ,
-].
3. ,
-].
4. , ,
-].
5. ,
-].
6. ,
-].
7. ,
-].

« » ,

« »

,

,

, (,

)

, «

»

.

,

,

. (

) .

- ,

,

« » -

,

. (

, -

.)

« , » ,

.

«

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

« ».
 , -
 (- -
).

. , -
 , « , », -
 . « », -
 ... , -
 ,
 » (Goldmen .. , -
 1984). -
 , -
 , -
 , « », -
 , -
 . -
 , , .
 .
 « » -
 -
 (, -
), , -
 , -
 .
 « ».
 - , -
 , -
 .
 « ».
 , -
 (.., 2000). -
 « », -
 -
 , .

- . -
 , -
 .
 .
 , -
 (,)
 ,
 « » ()
).
 , ()
). . , -
 , -
 ,
 . ,
 : -
 , -
 (), -
 .
 -
 , -
 ,
 « .
 » (. , 1996),
 ,
 (. , 1997).
 ,
 .
 -
 ,
 .
 , - ,
 .
 « »,
 ,
 .
 ,
 « - - »,

« » , -
 « » , -
 . - , -
 ,
 ,
 ,
 ,
 ()
 ()
 (1993): « - ,
 , - ,
 , -
 ; « »
 » ().

, - ,
 ,
 ,
 « ».
 - «
 » ,
 ,
 (1995),
 ,
 - ,
 ; ,
 ,
 ,
 ,
 « »
 « » (Schein E., Bennis W., 1967).
 ,
 « »

К . . . (1999), « , , ».

».

(2000), -

-

,

« » -

,

,

3. , -

«... -

« -

»... , -

, « , -

», -

(. , 1997). -

« » (., 1996). -

,

,

-

,

-

, - , -

(, « »). - , -

.

.

-

« -

» , -

,

.

,

.

,

.

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

« » - , - , - , . : . (« »), (in the back of the mind). , « » , , « » (,), , (,) . , . « » (,) . , . « » (,) .

«...», «...» - (-
 ,
).
 -
 ,
 -
 ,
 -
 -
 -
 ,
 -
 (-
)
 ()
 ,
 ,
 (Barsky A.J. e.a., 1988).
 ,
 (-
 . ., 1987).
 ,
 ,
 - «
 (. .), -
 ,
 , «
 »
 », (. . ., 1986)-
 ,

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

11. (.)

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

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

,

			,
	;		(), ,

9

,
»,
(2002),
«».
.
-
-
-
(
.,2001):
(
-
(
);
,
«» «»
(
(
,
);
-
self»).

12. (.)

« » (bodydynamic)
: (body) + (dynamics). -

« - »

.

,

- ,

,

(Lisbeth Marcher),

.

,

« ».

,

,

(

),:

(: - -):

,

,

(,).

,

« » (

« » « »,

/ (

),

().

,

:

(),

,

(),

.

,

- .

,

,

(mutual connection,).

,

« »

,

-

-

,

-

(. 10). , -
 :
 (-
).
 .

	« »
	();
	« »

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

«

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

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

(Marcher L., 1995,1996), « » -
-
.

13. (.)

. (Gerda Boyesen),

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

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

14. (.)

1960-

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

(Re-educating)

,
 ()
 -
 « »,
 ,
 ,
 ()
 ,
 .

6 9

.
 ()
 « »),
 ,
 -
 -
 ()
 .
 ,
 «
 »
 «
 »,
 «
 ».
 ()
),
 « » (Mockeridge L.M.,

1996).

15. (.)

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

« -
» (Embodied Mind).

(, « »).

«), (. « -
, ,

$$(\quad - \quad),$$

(, « ») , - .

« »),

16. (.)

«...»,

« » -

- , ,

. .)

« » -

, « ».

.

« -

» . -

(-

). « ,

-

« »

(. Boss).

-

(.)

,

-

»,

(« »),

(«

»).

(,),

« » . ,

,

,

», , ,

« -

» ,

» (« »),

«

».

(formativeness), :

) « » ;

) - -

(receptive-responsive);

)

)

17.

1970-1980-

(Eugene Gendlin).

XIX. (« »).

).

.
-
,
-
,
-
.

1.

,
-
:
:«
?
?
?».
«
»
.

2.

,
-
,
-
.
-
.

3.

?
-
,
-
.

4.

.
-
,
.
.

5.

6.

5-6. (« »)? : « » (.., 2000).

18.

«

» (.)

«

».

.

,

,

,

(

)

().

,

,

.

«

»

.

,

.

,

;

-

()

.

,

.

,

,

.

«

»

.

,

,

.

,

(

).

« » ,

$$), \quad -$$

• —

—

$$\vdots$$

5. .

6. (« ») .

$$\left(\begin{array}{c} \vdots \\ \vdots \\ \vdots \end{array} \right) = \left(\begin{array}{c} \vdots \\ \vdots \\ \vdots \end{array} \right), \quad -$$

(30).

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

19. (X)

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

<< -

» (re-parenting).

« » (holding),

· , (-
- , -
) , (-
- X., 1996).

« » (.), -

(L. Luborsky, lluborsky@uic.edu, <http://www.uic.edu/~lluborsky>)

. ., 1996).

», «

« » () , -

20. ,

1930-1960-1990-2020-2050-2080-2110-2140-2170-2200-2230-2260-2290-2320-2350-2380-2410-2440-2470-2500-2530-2560-2590-2620-2650-2680-2710-2740-2770-2800-2830-2860-2890-2920-2950-2980-3010-3040-3070-3100-3130-3160-3190-3220-3250-3280-3310-3340-3370-3400-3430-3460-3490-3520-3550-3580-3610-3640-3670-3700-3730-3760-3790-3820-3850-3880-3910-3940-3970-4000-4030-4060-4090-4120-4150-4180-4210-4240-4270-4300-4330-4360-4390-4420-4450-4480-4510-4540-4570-4600-4630-4660-4690-4720-4750-4780-4810-4840-4870-4900-4930-4960-4990-5020-5050-5080-5110-5140-5170-5200-5230-5260-5290-5320-5350-5380-5410-5440-5470-5500-5530-5560-5590-5620-5650-5680-5710-5740-5770-5800-5830-5860-5890-5920-5950-5980-6010-6040-6070-6100-6130-6160-6190-6220-6250-6280-6310-6340-6370-6400-6430-6460-6490-6520-6550-6580-6610-6640-6670-6700-6730-6760-6790-6820-6850-6880-6910-6940-6970-7000-7030-7060-7090-7120-7150-7180-7210-7240-7270-7300-7330-7360-7390-7420-7450-7480-7510-7540-7570-7600-7630-7660-7690-7720-7750-7780-7810-7840-7870-7900-7930-7960-7990-8020-8050-8080-8110-8140-8170-8200-8230-8260-8290-8320-8350-8380-8410-8440-8470-8500-8530-8560-8590-8620-8650-8680-8710-8740-8770-8800-8830-8860-8890-8920-8950-8980-9010-9040-9070-9100-9130-9160-9190-9220-9250-9280-9310-9340-9370-9400-9430-9460-9490-9520-9550-9580-9610-9640-9670-9700-9730-9760-9790-9820-9850-9880-9910-9940-9970-10000-10030-10060-10090-10120-10150-10180-10210-10240-10270-10300-10330-10360-10390-10420-10450-10480-10510-10540-10570-10600-10630-10660-10690-10720-10750-10780-10810-10840-10870-10900-10930-10960-10990-11020-11050-11080-11110-11140-11170-11200-11230-11260-11290-11320-11350-11380-11410-11440-11470-11500-11530-11560-11590-11620-11650-11680-11710-11740-11770-11800-11830-11860-11890-11920-11950-11980-12010-12040-12070-12100-12130-12160-12190-12220-12250-12280-12310-12340-12370-12400-12430-12460-12490-12520-12550-12580-12610-12640-12670-12700-12730-12760-12790-12820-12850-12880-12910-12940-12970-13000-13030-13060-13090-13120-13150-13180-13210-13240-13270-13300-13330-13360-13390-13420-13450-13480-13510-13540-13570-13600-13630-13660-13690-13720-13750-13780-13810-13840-13870-13900-13930-13960-13990-14020-14050-14080-14110-14140-14170-14200-14230-14260-14290-14320-14350-14380-14410-14440-14470-14500-14530-14560-14590-14620-14650-14680-14710-14740-14770-14800-14830-14860-14890-14920-14950-14980-15010-15040-15070-15100-15130-15160-15190-15220-15250-15280-15310-15340-15370-15400-15430-15460-15490-15520-15550-15580-15610-15640-15670-15700-15730-15760-15790-15820-15850-15880-15910-15940-15970-16000-16030-16060-16090-16120-16150-16180-16210-16240-16270-16300-16330-16360-16390-16420-16450-16480-16510-16540-16570-16600-16630-16660-16690-16720-16750-16780-16810-16840-16870-16900-16930-16960-16990-17020-17050-17080-17110-17140-17170-17200-17230-17260-17290-17320-17350-17380-17410-17440-17470-17500-17530-17560-17590-17620-17650-17680-17710-17740-17770-17800-17830-17860-17890-17920-17950-17980-18010-18040-18070-18100-18130-18160-18190-18220-18250-18280-18310-18340-18370-18400-18430-18460-18490-18520-18550-18580-18610-18640-18670-18700-18730-18760-18790-18820-18850-18880-18910-18940-18970-19000-19030-19060-19090-19120-19150-19180-19210-19240-19270-19300-19330-19360-19390-19420-19450-19480-19510-19540-19570-19600-19630-19660-19690-19720-19750-19780-19810-19840-19870-19900-19930-19960-19990-20020-20050-20080-20110-20140-20170-20200-20230-20260-20290-20320-20350-20380-20410-20440-20470-20500-20530-20560-20590-20620-20650-20680-20710-20740-20770-20800-20830-20860-20890-20920-20950-20980-21010-21040-21070-21100-21130-21160-21190-21220-21250-21280-21310-21340-21370-21400-21430-21460-21490-21520-21550-21580-21610-21640-21670-21700-21730-21760-21790-21820-21850-21880-21910-21940-21970-22000-22030-22060-22090-22120-22150-22180-22210-22240-22270-22300-22330-22360-22390-22420-22450-22480-22510-22540-22570-22600-22630-22660-22690-22720-22750-22780-22810-22840-22870-22900-22930-22960-22990-23020-23050-23080-23110-23140-23170-23200-23230-23260-23290-23320-23350-23380-23410-23440-23470-23500-23530-23560-23590-23620-23650-23680-23710-2

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

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

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

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

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

, ? , ,
 , ,
 , «
 » ,
 . (« »)
 ,
 .
 ,
 ,
 .
 - ,
 ; ,
 .
 , (1950), «
 . . . » (2002)
 «
 », ,
 , ().
 (,
), ,
 « » «
 », . «
 », . «
 », . «
 », .
 ,
 ,
 , . . .
 , « ».
 ,
 -

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

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

,
 .
 -
 : «
 -
 » -
 .
 -
 -
 ,
 .
 . . . (2002), «
 ...
 ,
 -
 [- .]
 -
 ».
 -
 , (. .),
 .
 ,
 ,
 ,
 -
 P.M. (1986): «
 ,
 », -
 (. ., 2002).
 :
 «
 »
 . ,
 (. .)
 -
 «
 » (. ., 2002)
 ,
 .
 -
 ,
 ,
 ,
 ,
 -

», « -

».

-

,

,

.

,

-

-

,

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

. -
 , . (-
 .)
 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),

- , -

. (-

. (2001),
 .- . «Corpus».)
 - jamais vu
 . ,
 (, ,).
 , (,
 ,),
 - ,
 ,
 ()
 (,).
 ()
 ,
 , -
 (, -),
 , « » ,
 « » ()
).
 « » (, 1996),
 . ,
 ,
 (-)
 , ,
 ,
 .
 , -
 , -
 .
 ,
 (.) .

(... .., 1986).

(... .., 1965),

« ... » « ... ».

« ... » ,

» .

,

.

- ,

.

, -

.

- ,

,

,

(1999),

(

)

- « ... » « ... »

.

, «

»

.

,

,

(1996)

: «

« ... » ,

«

»... ! [

, ».

.]

(1995), « »,

()

«

» (. ., 1990).

, (1990),

«

».

,

,

(«

» . , 20^).

.

. (, .

«

».)

(2000), «

,

,

».

)

,

-

.

-

-

.

,

« »

(« »).

?

,

,

:

.

,

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

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

«X».

(guided imagination)

«) (» , -
 (, ,
). -
 -
 ,
 (, « ...»). -
 -
 , « », -
 (-
 -). ,
 - ,
 - ,
 ,
 « » . -
 -
 -
 ,
 (,). , -
 ,
 (EMDR .). -
 -
 . (« », -
 , .)
 « » -
 . . .
 (1988), -
 ,
 ,
 ,
 , -
 . (-
 ;
 .) , ,
 « -

» (.),

- -
.

,

-

, «

-

». ()

-

; (

-

) -

.

-

,

-

(«

»).

,

-

,

- «

-

»,

.

,

-

,

.

-

,

-

.

)

-

(), « »

-

,

,

-

-

-

,

-

,

-

.

-

,

,

-

,

-

()

-

,

,

-

,

,

,

«

»,

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

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

».

:

-

. ,

-

,

-

,

(3.),

(.)

-

(. ., 1985).

-

-

,

-

,

-

,

-

,

«

»

-

-

.

-

.

,

-

,

(. ., 1990).

-

,

-

.

-

,

-

(

-

,

-

,

- «

-

»,

.

,

-

,

,

«

»

),

-

-

.

,

-

-

-

,

.

-

(

) -

,

-

.

-

,

-

.

-

,

,

-

-

.

-

,

-

-

,

,

:

-

，
·

：

« »

« »，

...

·

-

-

-

·

-

，

，

·

-

- « » -

·

，

-

«

» ()，

-

，

·

，

，

-

-

-

，

« »

-

« » (· ·) «

-

» (· ·)，

«

»

-

(-

· ·, 1999) -

， :

1)

，

-

2)

；

-

，

-

，

；

3) , -
;
4) - - , -
- « -
».
« » ,)« »
 , ,
 . ,
 ,
 « » ,
 « » -
 .
 ,
 (,)
 (-
) / (-
 ().
 , ,
 , : « -
 », , -
 , « »;
 : « - ...» (: « -
 ...», « ...») («
 ...» « ...»).
 - « » (« » .
), « » -
 (« »)
 (« »).
 () -

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

(
);
, , .
:
,
.
-
,
,
.
-
,
,
,
(
,
«
,
)». .
-
-
«
»
(
17). ,
-
.
«
»

		,	
		,	
		,	,

17

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

(...) ,

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

18

:

(...) .
 ,

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

[illegible]

-

(.

).

,

,

.

-

,

,

,

(

,

).

« » (

),

-

.

,

,

« » (. .),

,

.

.

)

-

.

,

-

.

-

,

,

.

,

.

,

.

(

).

19

,

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

,

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

19

)

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

- . -
 , -
 ,

.

3.

-

	-
	,
	,

20

, -
 -
 . , (. 21).

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

			3.
		,	
() ,			

21

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

355

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

», -
(. 22),
(« -
)», -
)». -
;
.

3.	-	
.	« » ()	« » ()
.		
.		
.		

22

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

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

.
 , . ,
 -
 ,
 -
 .
 « »
 ,
 :
 ,
 ,
 (,
),
 « (,
 », , 1996),
 .
 1) (,
), ,
 2) -
 , - ,
 3) , , ,
 ,
 ,
 ,
 ,
 .

4)

-

,

,

.

-

-

.

,

«

»

,

,

-

.

,

:

,

,

,

.

,

,

,

.

,

.

(

) - (

,

)

,

,

(

,

3.

).

,

,

.

«

»

,

«

»

.

-

-

« » -
 . -
 . -
 , -
 . , . 23.

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

23

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

) (-
 (-
 . ., 1994). -
 -
 .
 , -
 (. ., 1998; -
 . ., 1993; . ., . .,
 1992).

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

« » . « »

(. - , 2002).

(

-)

,

« » (« »

),

« » ,

, , , « » - .

« » (

,

,

- ., 1999)

(«

?)»,

(

« » ,

« »).

,

.

,

,

(

,

)

-

,

(

,

).

,

- , «

»,

(.).

,

« » « »

« ».

« » (.).

-

-

, (. .).

,

;

-

.

-

(1999), «

. ,

,

:

».

-

.

,

,

-

,

.

,

«

»

,

,

-

,

-

,

(

).

,

-

,

.

-

,

,

-

.

,

.

,

-

.

,

,

.

,

,

-

2000).

,

.

(1975),

. ,

-

(

-

)

,

-

I. Krens).

-
 ,
 (?») : « ?
 (« ?»).

:
 « »;
 « » (« ...»);
 ;
 « » ;
 « »;
 « »;
 « »;
 « »;
 « »;
 « ()»;
 « ()»;
 « »;
 « ».

III.

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

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

« » , -

.

« »

.

, , -

, -

-

« » , -

(1996),

, -

.

, -

(,).

, -

(2000),

, -

, -

, -

(-

). -

« » ,

!

...

... ..

...

, -

...

, , .

, -

. (,

, -

.)

.

,

() -

,

()

,

.

« - » -

,

-

,

...

.

,

-

.

,

,

-

.

«

-

»

.

,

,

-

. «

-

» (., 1994).

,

,

,

,

-

.

.

«

»

,

-

-

(

- «

-

»,

)

.

(

-

. .

.)

-

-

,

«

»

(.) « » (.).

-

(

«

-

»).

,

,

,

.(

,

-

:

.)

» (., 1995)

«

,
.
.
.

«

»,

(.),

(
) ,

»

«

;
) , (,) .

) - (I-)

(
« ».

:
 ,
 : « ...», « ...», « -
 ...» -
 ,
 ,
 .
 , , , -
 , , -
 .
 , -
 , -
 ... , « , -
 »... , -
 « »...
 , -
 ...
 ...
 ...
 ,
 .
 « »
 , .
 , -
 .
 , -
 .
 .
 «
 » (. . - , 2002).
 -
 .
 , -
 (. . , 2001),
 ,
 ,
 .

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

(3.) . -

,

« » („, 1999).

,

« » .

:

?

?

?

?

,

?

« » , , -

.

:

-

(... ...) -

();

();

;

(- « »)

:

- « »:

,

;

- « »:

...

... ,

« »...

,

.

-

-

-

.

-

(.

).

« »

-

(

,

« »)

(

)

.

« ».

,

,

-

.

-

.

,

.

,

-

(

).

-

,

-

« ».

« »

(

)

« » (

),

-

.

(,)

«

»

,

(

).

-

,

« »

,

-

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

... , -

... ,

, -

- . -

.

, -

;

» ,

.

:

-

() , -

- .

« - »

.

, , , -

, . -

, « »

, . -

, (- « ,

»).

.

, , -

... -

.

,

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

24

, ... -
 ...»), -
 -
 . , (-

« »),
(
). , .

,
-
-
?
?

1)
-
-
-
».

2)
-
-
-
-
.

,
-
(« ...
...»)

3)
-
-
(« »).
(.),

(
-
, 1997).

4)
-
-
-
-

(- -
 , -
).

,
 « »
 , ,
 (,).

,
 (,
).

« » « ».

« »
 ,
 . . .
 ,
 .
 () .
 ,
 ,
 (.).

,
 ,
 , 20-30 .

, , -
 -
 (, , -
 -),
 - « »
 .
 (2000),
 « » : ,
 , .
 . ,
 ,
 ,
 ,
 .
 :
 -
 ()
 .
 - ,
 . ,
 ,
 ,
 .
 :
 5-7 ,
 ,
 (,
).
 (« »).
 ,
 ,
 .
 ,

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

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

»), -

. -

« », -

, , .

, -

, , -

(

, -

(« »).

« », .

, -

, . (, -

« ».) -

, -

, « -

»

, (-

).

,

.

-

,

(

).

1. « -

» (.), -

. -

(2-3). -

2.

,

).

3.

(/) ,

).

(3-5

4.

:

, « »

1.

2.

[illegible]

3.

3.

» (Perls e.a., 1951).

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

« »

:

—

2

2

,

:

,

2

,

,

•

,

•

,

•

,

,

•

,

—

,

•

,

, «

>>

•

,

•

•

•

,

•

,

,

•

(

$$).$$

« »

•

<<

,

,

1977) — (. . . , 1993).

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

,
 ,
 , : 3:4 - 3:5 - 3:7 - 3:9 -...
 5:2 - ... 3:3- ... 4:3 - 5:3
 (.).
 « »
 « » .
 : . [
 :
 ,
 . ,
 . ,
 .]
 , ,
 , («
 »), , - ,
 .
 « »
 ,
 - ,
 ,
 . (
 « »),
 ,
 .)
 ,
 - ,
 (re-tuning) .
 ,
 ,

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

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

, -
 . , -
 ,
 (5 30), -
 « » , -
 . , -
 , , -
 2-3 . , -
 . , -
 , -
 , , -
 , -
 . 5-6 . -
 , ... -
 .
 « »
 (« »)
 , -
 , . -
 ,
 (, ,). -
 , , -
 « », -
 (. ,
 .).
 .
 («
 - »), -
 , -
 .
 , -

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

[illegible]

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

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

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

« », , -
 , -
 per se, « ».
 « -
 »
 () «
 » (.)
 .
 , « » -
 , ,
 ().
 , - -
 ... -
 . , , -
 . ,
 .
 « », ,
 , . -
 , « » , -
 . , -
 , -
 - , -
 .
 (ETC),
 - - , - , -
 , ,
 ,
 (,),
 ,

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

» .

».

, - - .

.

.

« » -

, .

, -

, -

.

(. .):

-

.

, « » . , -

- , -

, -

.

- ,

(. . , . .)

, -

, -

.

- , -

.

,

, -

, -

.

(-).

, « » (

).

«

,

,

(2002)

,

»

,

.

,

,

,

I - <

».

«

» (tabula rasa).

II - «

».

()

(

)

-

.

«

»

(

).

-

(, 1997).

,

-

(« »-

)

4.

« »

- ,

« » (-
« »),

. , 3.

« » (), ,

, . -

« » -

, , -

. -

- . -

, ,

« » (-

. ., 1997): (1) -

« » (« - »); (2) -

(« -

- ») (3) -

« » (« - »).

« » , -

,

(.).

. (1994), -

, -

- -

, .

-

.

, (

« » (« - - ») -

, .

,

.

«

»

,

-

,

. .

«

».

-

,

-

,

.

-

,

-

(

-

ThXII - LI,

-

).

-

-

«

»

-

,

-

«

»

.

.

(2003),

,

«

-

».

-

«

»,

,

.

(2002),

-

.

-

,

-

(

),

-

.

«

» -

,

-

,

-

(

-

-

).

-

,

-

.

,

,

,

-

,

-

.

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

», « » -

,

, « » -

.

« » .

« ».

», « »

TM,

,

,

.

.

,

... , «

», ...

... ,

... « »

- , « - » -

,

... « »...

,

,

... ,

« - », ,

, ,

... , ,

.

« »

,

.

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

), , ((.).

1-2 .

, - , - .

5.

« »

, (. ,). , -

« », ,

. « » (. .).

« », « »

« », « »

... « »

, « »

,

3-5 ,

, -

. -

« » -

. -

. , -

, -

,

.

- , -

, , , -

.

-

, « »

. -

: -

, -

, - , -

- , , -

: « , ,

».

« -

»

, , -

-

, , , -

, . -

, -

(. .).

. . (1997),

, -

, -

.

-

: « »

-

,

« ».

-
(-

,
) .

« » ,

-
 ,
« » ,

, -

, -

, -

. .

, -

-

,
 . ,

. -

. -

« » ,
 : « -

- » . , -

- ,

,
« - » .

, -

, -

,

« »

-

,

,

: « ,

» .

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

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

5.

1.

2.

[illegible]

3.

«...», «...»

(«...», «...» «...»»,
).

(- -).

(1993), , .

∴ « , ».

« », , -

, ,

, ,

« », ,

, -

, ,

.

.

1. .

2. .

3. .

,

. (

.)

4. -

(2-3).

-

.

5. .

-

,

(

).

6. (

« »,),

.

« » (. ., . ., 1994).
« »,
,
.
.
(,).
?
,
.
, « », « »
.
« », « », « »
,
,
,
:
.
, « »,
. (- ,
- ,
- « » - ,
,
.)
-
().
(« »
», . .), « »

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

« » , -
 . « -
 » « » (-
 , - .)

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

3. , -
 .

4. : , (-
 , « ») .
 . 1. -
 (. 2).

- ,
 ,
 . ,
 .
 - ,
 -

, « » ()

« »

—

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

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

25

, -

, -

, -

- ,

.

1) , ?

« » (-

« »); « » - « »

(, « » , ,

(,) .

, , -

, -

:

, ,

, -

, -

, « » , -

, -

(), -
, ...

2) ?

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

3) -
,

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

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

) « »:

.

1-2 , ,

): - - - - (- -

.

. [,

? . .] ? , - - -

,

:

().

)

. - -

,

.

.

: - (),

,

,

,

(« » .)

.

,

,

,

...

,

.

,

,

...

,

,

,

.

-

« »,

-

,

.

-

-

X. (1996),

« ».

: ,

-

, , .

-

- « »,

-

,

,

(

,

):

,

,

-

,

...

...

,

...

« »,

-

,

,

,

...

...

,

-

-

,

...

«

»

)

(

-

,

).).

,

-

,

-

.

,

,

,

-

.

-

-

4 .

1) : , -

, . -

: , -

. , -

, , -

- .

2) .

- , ... -

, ? ... -

, ? -

, ? , -

? , -

, , -

, ? , -

, ? -

« », -

. ,

, ? -

, , -

? -

, ? -

, -

, ((, -

).)

3) .

, . -

, ?

« , , » , « , »)

- . -

(- -

), - -

« ». (,) -

- , -

, - , -

-

. « -

» , -

, (, 2000). , -

, « » -

» (, 2002). « -

» « » -

. -

» « » -

» (, 2000), -

. , -

« » (, 2000), -

. , -

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

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

»

» (, - « -

- »). - , -

, , -

., « » (

).

-

- . (-

, .), -

; , -

.

,

- « »,

.

, « ?» «

?» (- « -

?» « ?»).

« « » (« ?»)

(.), -

-

,

.

, - (-

, , -

), -

,

.

, -

.

(.). , -

,

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

1

, ... , ,
« »?
, « » - .
, « »
...

2.

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

3.

, ...
,
4 », -
, ...
... « » -
... , « »
... ,
« », « » - ...

4.

,
...
,
...
...
« » - ,
« » - , ...

5.

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

(. , .),

,

,

,

.

, -

()

,

.

,

.

,

,

.

,

(.).

-

,

,

,

,

(

,

).

«

»

,

.

,

-«

» (

,

/

),

.

-

,

,

«

»

,

-

,

.

,

.

...

...

,

...

« »

...

.

...

[illegible]

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

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

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

7.

2001) , (. ., 2000, « » :

) : « - » (, -);

) , - : « » (- 3:5 3:6);

) « »: , - , (- - - , , -);

) : « » (, - -);

) « » (, - : -)

) , - : « ».

, - , - (-), , , « » . - (, -

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

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

· -« -

», (),

, , , -

· · -« » -« », (

) , , , -

· , , ·

, , -

· , -

· , -

· , ()

- , ,

· , , , · ·

·

, -

, -

, -

·

« »

(6-7) -

(), -

, -

·

, -

· -

: «

» « » (-

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

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

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

- I - ;
 II - ;
 III - - ;
 IV - « ».

(, , 2002):

)
)
)
)
)

-
 -
 . « »
 .
 « »
 , « » :
 -
 -
 -

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

2-3

)
 . ()
)
)
 , «
 »

2-3

-
 .
 ,
 , -
 .
 2-3
 - 3 5.

:

-

,

,

-

,

-

(. . .)

(. . .), ,

()

().

-

-

-

,

.

, « »

(. . . , 1991)

:

,

,

(

-

),

.

,

-

(,

-

.),

,

(

-

).

,

« ».

-

-

,

,

,

(5-6)

-

-

(. . . , 1990),

-

.

-

-

-

-

,

.

,

:

- ; , -
 ;
 - , ;
 - , -
 , -
 .
 ,
 « »
 « » ,
 , -
 .
 , (-
) .
 (, 1990).
 -
 -
 ,
 . , -
 «
 »,
 .
 ,
 , «
 »
 , .
 , -
 « » - ,
 .
 ,
 ,
 ,
 ,
 .

, , - -
 - -
 . -
 , - , -
 (.).
 , -
 , . -
 , -
 . -
 . «
 ... » (. . Mowrer, . . -
 , 2002) , (1984), -
 , -
 , -
 - , , , , ,
 , - - , , ,
 , -
 , -
 , (1993)
 : « -
 . [...] -
 « » , -
 ». (1992) « »
 : « , , ...
 ... » .

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

»,

« ».

(1991, . 65), « - ».

,

-

.

- , -

.

,

-

(). « » , -

: « -

» (. ., 2002). -

,

.

,

,

,

:

!

!

,

,

.

-

-

,

« » , -

,

.

,

-

,

« ».

- , « » - -

, -

, .

, ,

. ,

- « »

, .

, ,

, -

, -

, -

: ,

« » .

: -

, -

- , -

« » (

. . ,

- . .),

, -

, -

, -

. , « -

», -

, -

; ,

« », -

, -

. -

, -

. ,

- ,

, -

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

,
 .
 (. ., 1993), ,
 .
 (,
 ,
 ,
 .),
 .
 ,
 (,
 (), -
 -
 ,
 .
 « , »),
 (Lydiard R.B.,
 Brawman-Mintzer ., 1998).
 (Sartorius N., 2002),
 15-20
 (Christodoulou G.N. e.a., 2002).
 -
 « »
 « » XXI
 (2003)
 2001 : «
 ,
 ...
 .
 .
 ,
 ».

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

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

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

, , , -
 , , , « , -
 , , , -
 ... » (-
 ., 1989). -
 , -
 (. ., 1988). , , -
 , , -
 , -
 , -
 . (-
 . -
 ,).
 , -
 « » (P.M., 2002).
 , , -
 (, -
).
 , -
 . -
 , -
 (-).
 , , -
 (« », .), « » -

«».

,

,

,

,

,

(

).

,

,

,

- «».

«»,

»,

(«»)

«

».

-

,

,

,

,

(

).

,

,

,

«

»,

«

».

,

,

,

(

., 1993).

,

,

,

«

»,

,

«

» (

«

...»).

XXI

(2003): «

«

» (.).

(

« »)

(

., 2001).

«

» (., 2002).

»,

,

« » (

, 1995).

,

.

,

», « » (

., 2003).

,

.

,

,

.

,

.

,

(. .),

,

», « ».

,

,

(. ; .).

.

,

,

(« »

).

(

).

(, psychoeducation)

», , « -

», , . (2000) « ...

... -

...».

-

», -

», , -

», (-

), , -

.

,

.

», («

), .

,

.

,

« » (-

).

,

« »

(, ,) ,

,

»,

« ».

,

,

,

(, 1980),

(.)

,

.

,

.

,

.

,

...

,

(1996)

XXI

,

,

.

-

,

« »

,

,

.

,

?

,

,

», « »

?

« », ?

,

?

-

-

-

« (., 2002).

(. .).

« », «

»,

(., 2000),

« » (.).

(1990),

, «

,

».

, (., 1988)

(. .),

« »

-

,

(

, « »

), (

,). -

-

,

.

,

»,

«

- «

» (.),

- «

» (. .),

- «

» (. .).

-

,

.

« » « »,

,

«

» (. . -) «

» (. .),

.

«

» (

),

.

.

,

.

« » « » .

,

:

« », (

,

-

.

-

,

«

»

.

,

(

.

, -

(, - , -

), . -

- :

- , « » -

- ,

- , -

« » « »

,-

,-

« »

,-

,-

(,

(,

),

,-

,-

),

,-

,-

« »

« »

»).

,-

« »

»

?

(.)

,

-

3.

«

-

»,

-

,

«

-

»

.

,

- «

»

-

3-5

,

-

, -

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

-

, - ,
 - ,
 (,
 ,)
 « - - », ()
 ,
 (Goodrich-Dunn ., Greene E., 2002). ,
 ,
 («
 », , , , « -
 ».
 , « » .
 , - ,
 (.). ,
 ,
 (« »).
 ,
 .
 - ,
 ,
 (DeCarvalho R., 1991). ,
 ,
 ,
 ,
 . -
 .

« », 2002. - 304 .

III

, 1992. - . 89-90.

, 2002. - 214 .

», 1995. - 296 .

, 2002. - 192 .

, 2004. - 336 .

1997.- . 202-219.

, 1997. - 576 .

, 1983. - 16 .

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 . //

1990.- 496 .

1994.- 400 .

1980.— 60-68.

1978.- 240 . //

1992.- 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 .

A.M., , 1981.-320 .

, 1991.- 113 .

// . - 2002. - 3. - .55-68.

, 2002. - 272 .

, 2002. - 288 .

, 2002. - 220 .

//

. - 1993. - 2. - .33-39.

/ . - 2002. - 912 .

, 2002. - 192 .

, 1990. - 224 .

, 1966.-519 .

//

. - 1998. - 5-6. - . 136-142.

« », 1997. - 416 .

, 1992. - . 1. - 496 .

, 2002. - 264 .

. 2000. //

/ . - ACT;

, 2001. - 702 .

, 1987. - 286 .

, 1993. -

208 .

X.

/ . - 1996. - 2. - . 103-112.

, 1994. - 342 .

, 1992. - 336 .

() // . - 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 .

[illegible]

, 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.

. - . : , ACT. - 416 .
 . „ ; . : , 2000. - 460 .
 . : , 1978.-271 .
 . , B.C.
 //
 : , 1993. - . 142-150.
 // / - : -
 , 1985. - . 531-532.
 //
 . 1. . - : , 1988. - . 520-523.
 , 2001.-464 .
 : . - : , 2000. - 288 .
 () . - : , 2002. - 112 .
 : . - : -
 , 2000. - 240 .
 « »//
 . - 2003. - 4 (12). - . 6.
 „ . . - : , ACT, 1995. - 544 .
 // :
 . : REFL-book, 1994. - 314 .
 . - : « »; . - , 2002. -
 256 .
 . - « » , 2004. - 304 .
 :
 . - : , 2001. -
 424 .
 //
 / - :
 , 1982. - 320 .
 . - : , 2002. - 368 .
 „ . , . „ . - :
 ,
 1990.-197 .
 //
 . - 1967. - 6.
 X. . - : , 1996. - 253 .

„...», 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 .

. - : « », 1996. -

176 .

. - : . « . . . -

», 2001. - 160 .

. ”

: . « », 1994. - 239 .

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

2001 .). « » (, 18-20

„ , 2001. - 256 .

„ , 1982. - 192 .

„ , 2000. - 528 .

304 . „ ACT, 1997. -

„ «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.

[illegible]

... ..

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 .
 „ . . .3. - . . .
 1994. - 84 .
 . « . » // . - 2000. - 10.
 . - . , 2000. - 160 .
 1993. - 288 .
 „ , 1992.
 / . . . // . - . . . , 1998. -
 198 .
 . . . , 1970.
 . , 1990. - 368 .
 . .1. - . ,
 - , 1999. - 384 .
 3. : . - . , 1989. - 456 .
 . - . , 1989.
 . - . , 1991. - 240 .
 . - . , 1978. -
 144 .
 . , . - . , 2003. - 112 .
 X. - . - .
 , 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 Psychotherapy: 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 R.A.* 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 Banden. - Bd.8.: Klinische Psychologie - Gottingen, Toronto, Zurich: 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 J., 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.
- Keirsey 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, 1. - 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.
- Rubenfeldl.* *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.
- Sliwa J.A., 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)	(Vegetotherapy & Characteranalysis) (ATM, Awareness through Movement) (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)

. (Ida Rolf) . (Elsworth Baker) (Sharlotte Selver) . (F.Glaser) . (Federeco Navarro)	, (Rolfing) (Orgonomy) (Sensory Awareness) (Psychotonics) (Somatopsychodynamics)
. (S.Rose) (P. Stampfl, D. Lewis) . (P. Olsen) . (. Fuchs)	(Intense Feeling Therapy) (Implosive Therapy) (Emotional Flooding) (Funktionelle Entspannung)
() :	
. (David Boadella) . (Luciano Rispoli) . (Jerome Liss) . (Lisbeth Marcher) . (George Downing) . (Gerda Boyesen) . (Michael Heller) . (Arnold Mindell) . (Eugene Gendlin) . (Peter Levin) . - (blker Knapp-Diederichs) . (Eva Reich) . , . (Al Pesso, Diane Boyden- Pesso) X. (Hans Krens) . (Peter Bolen) M. (. Rosen) . (Iliana Rubenfeld) . (F. Smith)	- (Biosynthesis) (Functional Somatic Psychotherapy) (Biosystemic Psychology) (Bodydynamics, 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)

<p>·</p> <p>·</p> <p>·</p> <p>A.</p> <p>B.</p> <p>·</p>	<p>:</p> <p>-</p> <p>-</p> <p>()</p>

2001).

N. Herrmann).

(... , ...).

« ... » (...),

...

:

-

(

... ,

... , 1997),

...

« ... »

(

... , 1998).

,

...

« ... »

(

,

« ... »),

« ... »

,

« ... » (

-

,

-

« ... »

).

,

(

,

).

;

-

(

,

« ... »:

,

,

,

(

« », -
 -
 :
 « » -
 , -
 « » -
 ,
 ,
 (, , ,
),
 (« » X.).
 ,
 (),
 (psychoeducation).
 ;
 ;
 (-10
).
 (F40-49),
 (F40, F41), (-
 , F42),
 (F43), (F48.0), (F44)
 (F45)
 (F50-59),
 (F34), -

,
(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
 () , () - .

S/N - / :
2, 3, 9, 10, 16, 17, 23, 24, 30, 31, 37, 38, 44, 45, 51,
52, 58, 59, 65, 66.

() ,
() - .

, -
 . -
 -
 -
 « »: {J-P; T-F; S-N} -
 10, , I -
 (ABS (-I)-5) 2. « -
 »
 (. . , . . , -
 . . , 1994):

1	3:	60%
4	8:	85%
8	10:	95%

20) « » (20 40). « »

,
.

(,)
 -).

:

,
 ,
 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.

) ()
) , ()

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

(% , %).

2.

% , - (%- %).

(%- %) < 7

7 < (%- %) < 15

15 < (%- %) < 20

20 < (%- %) < 30

30 < (%- %) < 50

(%- %) > 50

3.

) , %

%, % :

% < 14

14 < % < 15

15 < % < 20

20 < < 25

25 < % < 30

% > 30

) , %

%, %:

% < 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. (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
1 1.	(.).....	262
12.	(.).....	264
13.	(.).....	271
14.	(.).....	272
15.	(.).....	274
16.	(.).....	275
17.	278
18.	,	
«	» (.).....	282
19.	(X .).....	284
20.	,	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	402
	403
	(« »).....	404
	-405	405
	:	
	-406	406
3.	408
	« ».....	409
	« ».....	410
	« ».....	411
	« ».....	412
	« ».....	413
	« », « ».....	414
	« ».....	415
	« ».....	417
	« » (« »).....	419
	« ».....	421
	« ».....	423
	« ».....	425
	« »,428	428
4.	«435	435
	« ».....	435
	« ».....	437
	« ».....	439
	« ».....	439
	« ».....	440
	« ».....	441
	« ».....	443
	« ».....	444
	« - » (.....445	445
	« ».....	446
5.	448
	« ».....	448
	« - ».....	450
	« »:454	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

BID - Basic Inner Direction (C.K. Teuch)

CCRT - Central Conflict 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