

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/282456>

Тип работы: Контрольная работа

Предмет: Общая психология

Введение 3

1 Терапевтическая работа с метафорами, виды метафор и стадии работы с метафорой. Метафоры клиента и терапевта. 4

2. Упражнения или различные варианты практической работы в рамках гештальтпсихологии и гештальттерапии. Описать практические эффекты 8

Выводы. 11

Заключение 12

Список используемой литературы 13

Введение

В начале прошлого столетия в Германии основано направление в психологии, которое получило название «гештальт-психология». Основа теории гештальт состоит в том, что восприятие окружающего мира личностью базируется на чувственном и образе восприятия предметов и явлений как структур целостного характера, которые не делимы на конкретные составляющие.

Люди хотят завершить, дополнить, довести начатое дело или поступок до логического завершения. Это также могут быть незавершенные чувства, эмоции и мысли, которые не были когда-то высказаны или прожиты. Принцип завершения действий находится в основе психотерапевтических методик гештальт-терапии, которая была основана Ф. Перлзом. Согласно Перлзу, человек всегда направлен на завершение какого-то действия, чтобы прийти к целостности и внутреннему равновесию. Бывают ситуации, когда чувства приходят к логическому концу. У личности может наступить спокойное состояние и уверенность, которую она проживает на физическом и эмоциональном уровне.

В данной работе мы рассмотрим терапевтическую работу с метафорами и упражнения в рамках гештальттерапии.

Гештальт-терапия основывается на концепции осознания, что последнее само по себе является целебным и лечебным процессом. Психотерапевт формирует эксперименты, чтобы усилить осознание клиента в термине «здесь и сейчас» на уровне физики, эмоций, мышления и поведения.

1 Терапевтическая работа с метафорами, виды метафор и стадии работы с метафорой. Метафоры клиента и терапевта

Работа с метафорой в гештальт-подходе базируется на ее осознании и осознании степени влияния на поведение и жизнь клиента. Согласно Соколову (1998), базой для работы с метафорой является наличие бессознательного у пациента и у психотерапевта;

1) серьезная и постоянная проработка связей сознания и бессознательного у психотерапевта при обучении и супервизии;

2) двойственность основных чувств, целей, форм общения и самого процесса психотерапии;

3) перевод символов метафорического языка на уровень непосредственных взаимоотношений, жизненных сценариев, ценностей и убеждений как пациентов, так и терапевтов.

Здесь не имеются в виду интерпретативные техники символ-драмы или юнгианской аналитической терапии. Кроме того, это и не специально «конструируемые» метафоры нейролингвистического программирования. Имеется в виду использование в терапевтической работе языка (метафор) самого клиента (и терапевта). Представления, относящиеся к метафоре в гештальт-терапии, основаны на том, что организм, избегая боли, относящейся к проживанию того или иного чувства или опыта, представляет проблему или состояние в виде образа, предоставляя информацию в замаскированной символической манере. В этой манере нет логики и часто присутствует нонсенс. Под таким нелогичным образом скрывается что-то, что впоследствии может помочь сформировать гештальт и понять, какая потребность

требует удовлетворения.

При этом терапевт, работающий с метафорой клиента, обращает внимание на то, насколько она связана с культурным, семейным или эмпирическим опытом и насколько именно этот опыт (концепция мира, проблемы) вносит ограничения в жизнь клиента и формирует его проблему. Иногда терапевт может концентрироваться на буквальном смысле метафоры (для работы с ментальными ограничениями), расширяя телесный опыт клиента («висеть в воздухе»). Иногда требуется акцент на концепции мира, то есть ментальном аспекте («она его увела»). Более того, для работы с метафорами, ограничивающими опыт клиента, необходимо путешествие в другую метафору, расширяющую этот опыт.

Цикл проживания метафоры в терапии можно рассмотреть с точки зрения цикла контакта:

1. Выделение метафоры из фона. Клиент в метафорической форме рассказывает о своем состоянии (или делает это побуждаемый терапевтом, если не может сам вербально охарактеризовать свое состояние или проблему). Появляется фигура в виде метафоры, она может быть рассмотрена терапевтом и клиентом (это соответствует работе с конфлуэнцией и интроекцией — запретные чувства принимают метафорическую форму и находят вербальный выход).

2. Работа по ассимиляции проекции. Клиент может идентифицироваться с различными частями (проективными образами) и ассимилировать принадлежащие ему чувства и желания. По Ф. Перлзу, это работа с частями спроектированного образа, когда клиент поочередно становится каждой из частей и в то же время целостно проживает их. Каждый образ является репрезентацией существования в прошлом и настоящем. Целостное проживание позволяет клиенту выразить болезненную или конфликтную ситуацию, относящуюся к данному образу, без знания о том, что правильно, а что нет. Здесь же применяется подход, ориентированный на чувства. Терапевт побуждает клиента оставаться с актуальными чувствами, которые вызваны метафорой или образом.

3. Когда проекция ассимилирована, клиент получает возможность ориентироваться в своих потребностях. Существует метод «интуитивного прыжка», «челнока», который подразумевает большее включение терапевта. Когда терапевту кажется, что тот или иной образ, возможно, относится к кому-то из жизни клиента, он спрашивает, что напоминает клиенту та или иная часть метафоры в его жизни. Клиент получает возможность понять, кому адресована та или иная потребность, и вследствие этого имеет дело с конкретным адресатом своего чувства или потребности. Дальнейшая работа идет в обычном порядке. Метафора в группе появляется как отражение групповой потребности в символической или образной форме. Являясь плодом совместных усилий участников, метафора удовлетворяет индивидуальную потребность каждого члена группы. Возникнув и зафиксировав какое-либо явление групповой жизни, метафора продолжает жить и обрастать контекстом. Она переходит из сессии в сессию, как групповой символ. Пережитые, отреагированные и усвоенные метафоры выступают в дальнейшем как маркеры пережитого группового опыта. Они задевают чувства участников, заставляют их переосмыслить свой вклад в групповой процесс.

Когда появляется групповая метафора, вся группа выступает как созидатель, это доставляет эстетическое удовольствие, многократно умножает групповую энергетику, задействует эмоциональные и интеллектуальные ресурсы участников. Творчество дает ощущение причастности к миру общечеловеческих ценностей, мифологии, религии, фольклору, поп-культуре.

Инициатором метафоры обычно выступают референтные групповые фигуры — лидеры, наиболее продвинутые и живые участники группы. Это спонтанно усиливает групповое бессознательное и выходит на уровень сознания с помощью слов. Фигурой в группе обычно является то чувство, которое преобладает над остальными чувствами и мыслями (остальные компоненты опыта отступают на задний план). Если тема угадана, метафора подхватывается группой, развивается и превращается в коллективную фигуру. Обычно она живет столько сессий, сколько необходимо, чтобы групповая потребность была удовлетворена.

Стадии развития метафоры в группе

1. Фигура на фоне. Чувство, ищущее свое выражение, обретает образ, например, «женский клуб» (чувство одиночества) отражает потребность в поддержке. Обычно в группе появляется банк метафор, но приживается одна, наиболее полно отражающая потребность группы.

2. Поляризация. Участники группы присоединяются к разным полюсам или составляющим метафоры. Происходит отождествление

1) Арутюнова Н.Д. Метафора // Лингвистический энциклопедический словарь. - М., 1990.

2) Гингер С. Гештальт: искусство контакта. - М.: Культура: Академический Проект, 2009. - 191 с.

3) Зейгарник, Б. В. Запоминание законченных и незаконченных действий [Б. В. Зейгарник Динамическая

психология: Избранные труды общ ред. Д. А. Леонтьева, Е. Ю. Патяевой. - М. Смысл 2001.

4) Келер В. Гештальт-психология. - М.: АСТ, 1998. - 704 с.

5) Лебедева Н. М., Путешествие в Гештальт: теория и практика. - Санкт-Петербург: Речь, 2019. - 549 с.

6) Перлз Ф. С. Практика гештальттерапии. - М.: Институт общегуманитарных исследований, 2020. - 469 с.

7) Погодин И. А. Диалоговая гештальт-терапия: психотерапия переживанием. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2019 - 381 с.

8) Польстер И. Интегрированная гештальт-терапия. Контуры теории и практики: Пер. с англ.. - М.: Класс, 2021. - 272 с.

9) Слободянюк Э.П. Клад для копирайтера. Технология создания захватывающих текстов. - М., 2014.

10) Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в гештальттерапии. - СПб.. - М.: Пирожков: Институт общегуманитарных исследований, 2019. - 251 с.

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/kontrolnaya-rabota/282456>