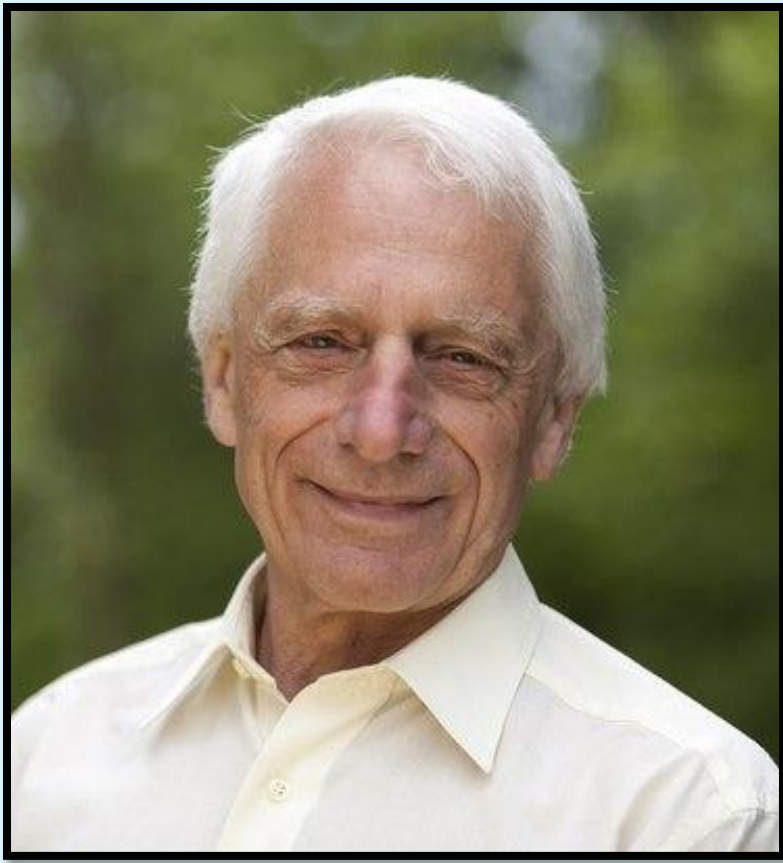


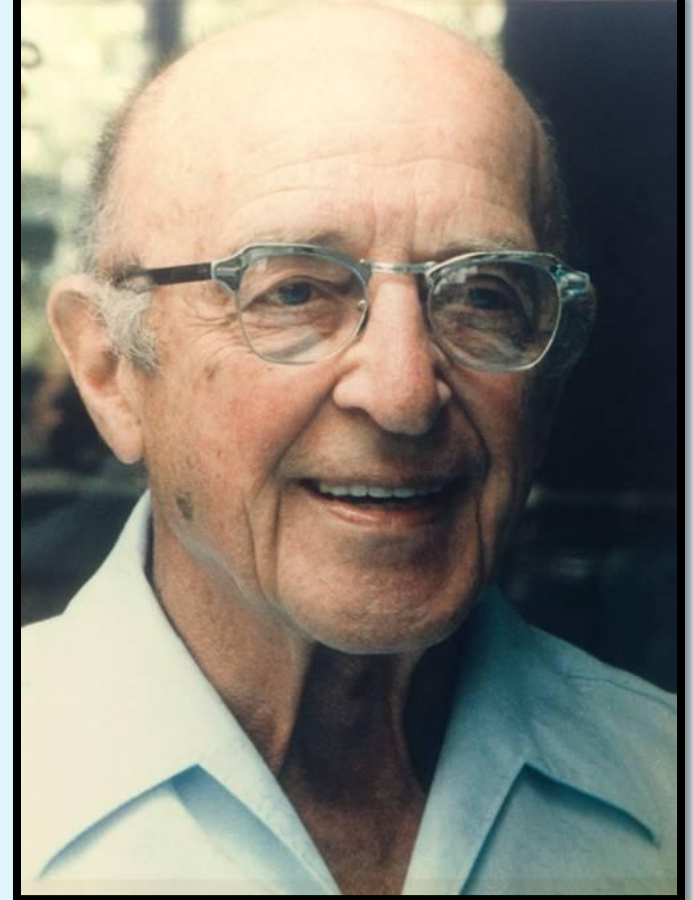
**Обзор статьи Лэнгле А.,
Орлова А.Б., Шумского В.Б.**

**Экзистенциальный анализ и
клиентцентрированная психотерапия:
сходство и различие**

Выполнила
Зубарева Надежда,
ПлМ-51



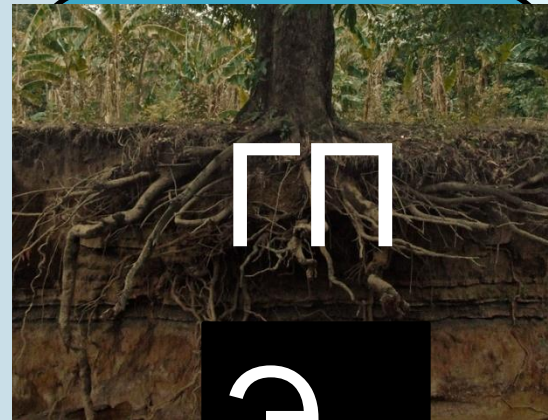
Экзистенциальный
анализ А. Лэнгле
(2001, 2005-2006)



Клиентоцентрированная
терапия К. Роджерс
(1994, 2004).

Точки зрения

«Третья
сила»



Э



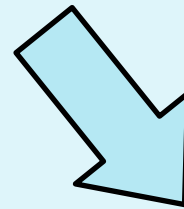
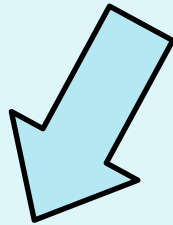
П

Ф

ЭП

вычленение
из ГП

Гуманитарный подход



Экзистенциальна
я
ПСИХОЛОГИЯ

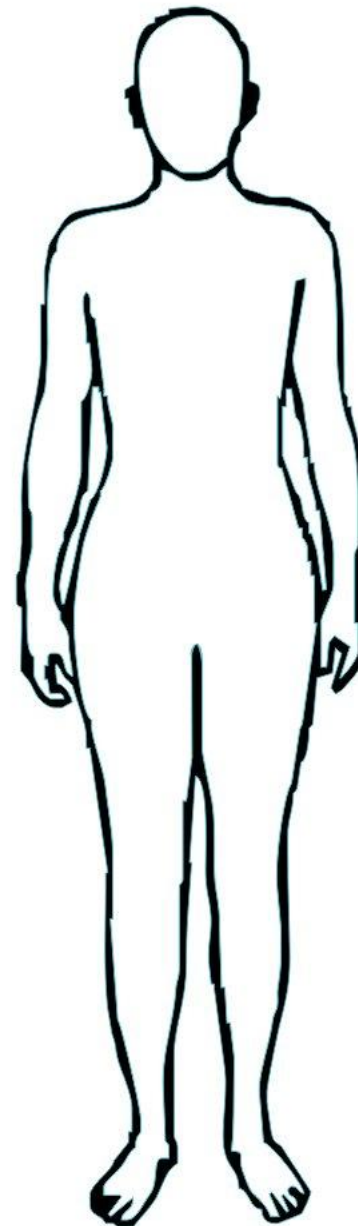
Гуманистическа
я ПСИХОЛОГИЯ

Естественнонаучный

ПОДХОД



Психические
процессы,
физиологические
и
социальные
функции



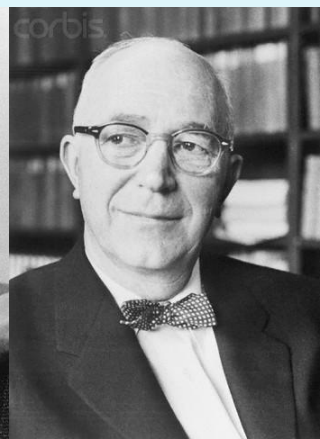
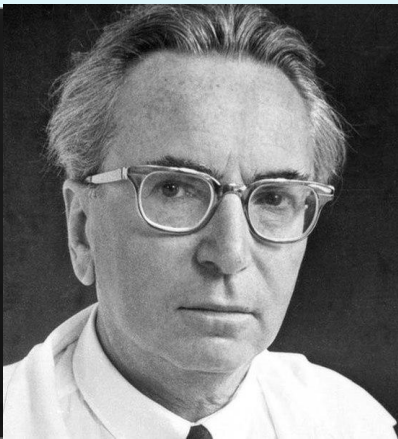
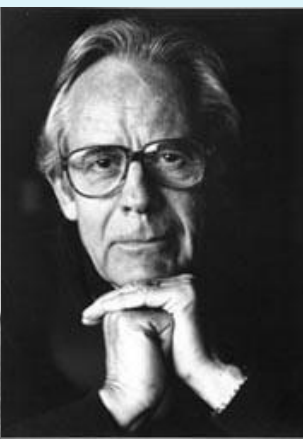
Основа экзистенциальной и гуманистической психологии



Зарождение

Экзистенциальное направление зародилось в 30–40-е годы XX века.
Л. Бинсвангер, Р. Мэй, В. Франкл.

Гуманистическое – в 50-60-е годы.
Ш. Бюлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс.



СЕВЕРНАЯ АМЕРИКА



Расположение

Гуманистическая

Я

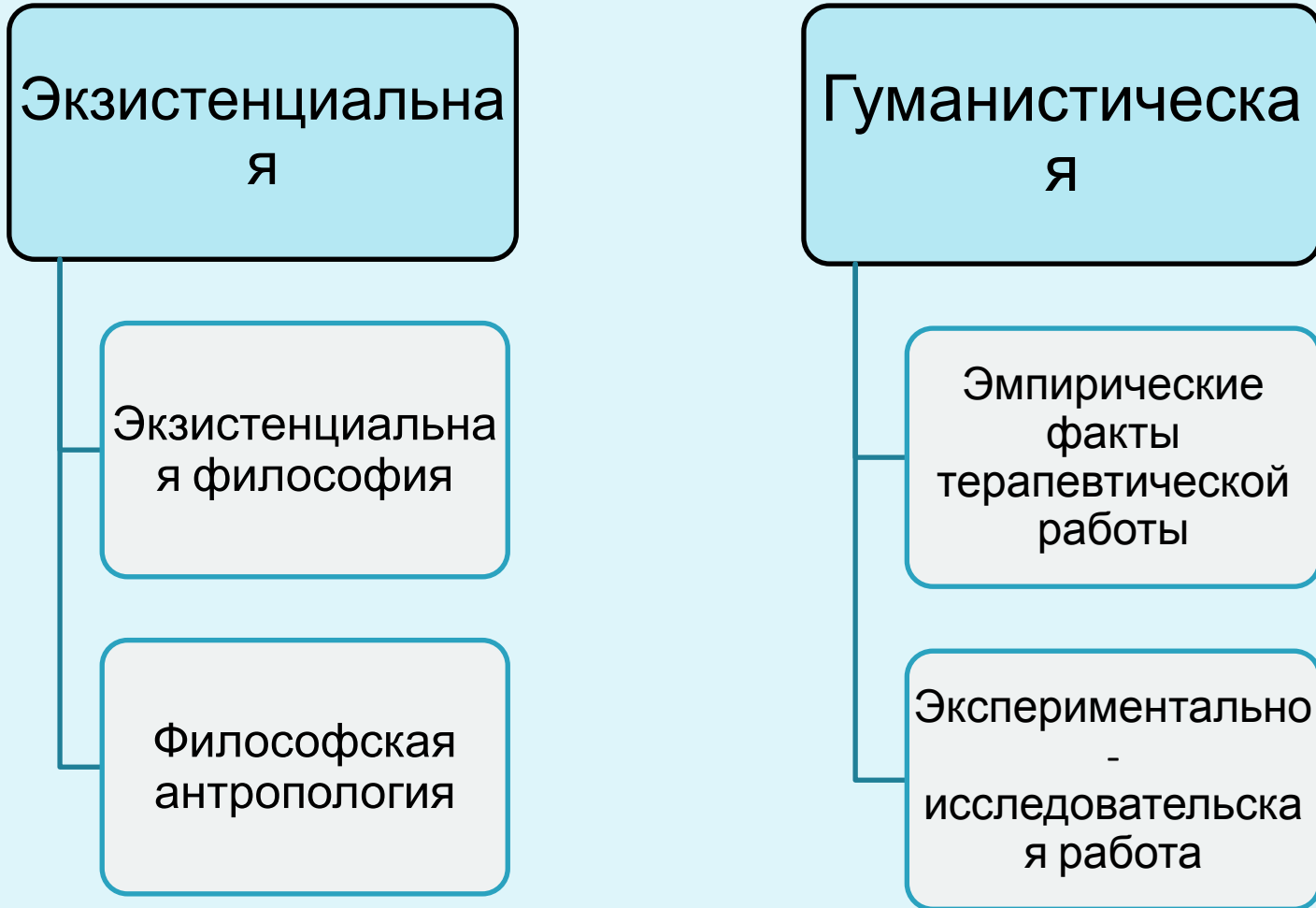


Экзистенциальная

Шкала глубины и высот в метрах
глубина 5000 2000 1000 200 0 200 500 1000 2000 4000 выше

1:30 000 000
в 1 см 300 км

Методологическая база



Понимающая психотерапия

«Миллионы смертных будут переживать затруднительные положения миллионами способов» (Олпорт, 2002)

Метод

Феноменологический метод в ЭА

Принцип: понимание без предварительных интерпретаций субъективно значимых ценностей и личностных смыслов клиента

Компоненты:
редукция, конструкция и деструкция

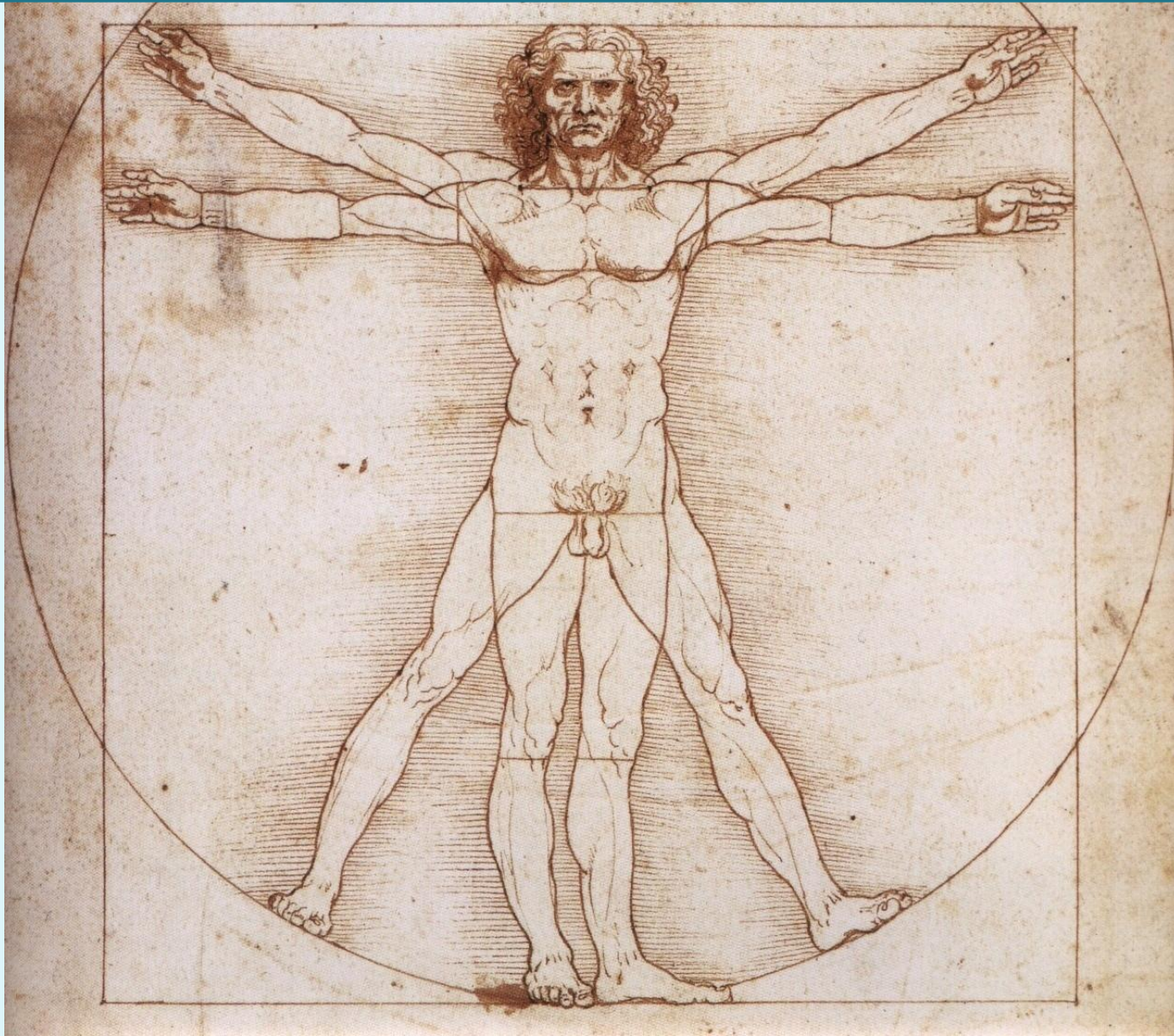
Этапы диалога:
конструкция, деконструкция (деструкция) и реконструкция

Терапевтический подход Роджерса

«Забывание технических тонкостей», необходимо доверять «внутреннему неинтеллектуальному чувству»

Условия для успешной терапии: безусловное принятие, эмпатическое понимание и конгруэнтность

Картина человека



	Экзистенциалисты	Гуманисты
Свобода	Человек свободен и представляет собой лишь то, что сам из себя сделал; внешние воздействия не являются решающими	Свободен, когда спонтанно и добровольно выбирает и желает то, что абсолютно предопределено
Акцент в терапии	Акцент делается на отношении пациента к миру	На качестве психотерапевтического отношения и на самоотношении клиента
Подлинное внутреннее Я	Человек одинок, при этом он находится в постоянном обмене с миром и другими людьми. В этом взаимообмене он становится (или не становится) самим собой	Человек выше, мир и другие люди - единое пространство и средство для самоактуализации. Человеческий организм обладает единственным базовым стремлением – актуализироваться
Природа человека	Двойственна (содержится как позитивный потенциал, так и негативные и деструктивные возможности)	Безусловно-позитивная
Можно ли доверять?	Человек – сомнительное расщепленное существо,	Человеку можно и должно доверять

	Экзистенциалисты	Гуманисты
Ценности	Объективные качественные феномены, предлагающие человеку нормы долженствования и оценок. Ценности объективны, надвременны и неизменны	Ценности в привычном смысле слова препятствует процессу самоактуализации. Сущность человека представлена ценностным процессом
Мотивы и мотивация	Разнонаправленная мотивационная динамика приводит к напряженности и мотивационным конфликтам	Все мотивы - производные от одного базового стремления к самоактуализации
Целостность	Двойственность, дуальность	Целостность, монистичность
Сущность	Принадлежит лишь духовному измерению	«Организмическая природа», включающая в себя область психофизического
Психические нарушения	Человек неспособен проживать свое духовное	Заблокирована тенденция к самоактуализации

Терапевтические задачи

Экзистенциальный анализ	Клиентцентрированная психотерапия
<p>1. Научить пациента проживать свое духовное измерение, вступать в открытый диалог с миром и чувствовать его ценности:</p> <ul style="list-style-type: none">• Помочь пациенту установить диалог с самим собой, чтобы принимать решения, согласующиеся с собственной совестью;• Научить пациента находить согласие в ситуации неизбежного внутреннего конфликта.	<p>1. Создание необходимых условий для высвобождения у клиента тенденции к самоактуализации:</p> <ul style="list-style-type: none">• Терапевт создает для клиента защищающую атмосферу феноменологического понимания – благодаря безусловному принятию, эмпатии и конгруэнтности. <p>2. Обеспечение психологических, личностных предпосылок для последующего самостоятельного движения клиента в направлении самоактуализации.</p>

Диалог

ЭА Диалог - основа «пробуждения» пациента к экзистенции

Задача - научить пациента вступать в правильные отношения и взаимодействия с другим – и в этом взаимодействии создать самого себя

Формируется нечто новое – личностно значимые способности, ценности, смыслы

КП Диалог обеспечивает процессы феноменологического понимания и самопонимания

Клиент получает возможность соприкоснуться со своей тенденцией к самоактуализации и «получает подпитку» из этого источника энергии в себе самом

Чувства и эмоции

ЭА

Переживание не самоценно

Человеку присуще
отщеплять свой
эмоциональный опыт и
диссоциировать себя с ним

Анализ

КП

Открытость
эмоциональному опыту

Интеграция с чувствами

Проживание и выражение
чувств

Итоги

ЭА является более традиционной психотерапевтической формой

- Основоположительный метод - феноменология
- Относятся к пониманию психологии

внутреннего мира человека.

Клиент-центрированная общепсихологическая терапия

сформирована на основе теории личности и теории личности

сформирована на основе теории личности и теории личности

сформирована на основе теории личности и теории личности

ЭА является более традиционной психотерапевтической формой



Источник

Экзистенциальный анализ и
клиентоцентрированная психотерапия: сходство и
различие.

Лэнгле А., Орлов А.Б., Шумский В.Б.

Статья, с. 21-36.

[Электронный ресурс]

Режим доступа: <http://www.hse.ru/pubs/share/direct/document/71639299>

от 9.12.2015