

Воспоминани

я

Мечты

Грёзы

# Воспоминания

- - образы и сюжеты прошлого, всплывающие в памяти.
- Воспоминания - это не все прошлое. Это в первую очередь его чувственная часть: образы, чувства и впечатления. Разумную часть прошлого опыта, мысли и оценки происшедшего к воспоминаниям обычно не относят.



- Воспоминания бывают сладкими и горькими, яркими и бледнеющими. Светлые воспоминания согревают и поддерживают, темные и тяжелые - гнетут.
- Работа с воспоминаниями - большая и интересная часть психологической работы. Полезно актуализировать позитивные, ресурсные воспоминания, бывает необходимо больные воспоминания стереть.

*I remember everything*

- Работа с детскими воспоминаниями - эффективная техника личностной работы. Личностная работа - работа глубинная, когда нужно помочь человеку разобраться с направлением и смыслом его жизни.
- Личностную работу с клиентом нужно отличать от психологической консультации, где происходит как правило разовая, ситуативно ориентирующая беседа психолога с клиентом по поводу его жизненной ситуации, пока клиент находится в позиции Автора и за направление своей жизни в целом отвечает.



## Воспоминание...

это единственный рай, из которого нас не могут изгнать...

# Мечты

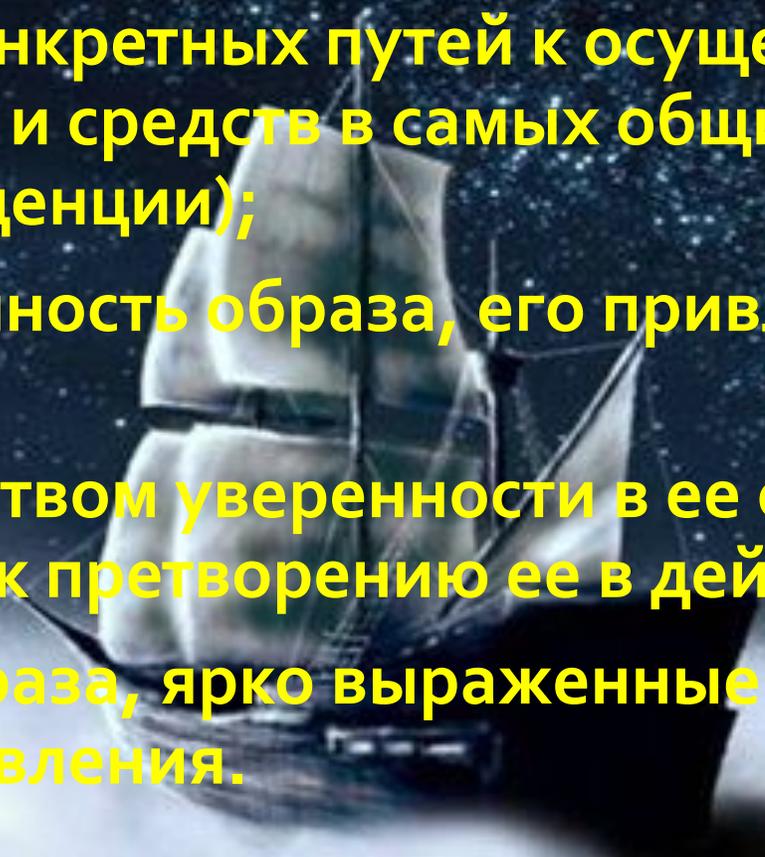
- Особенностью воображения в виде мечты является построение образов желаемого будущего, пока еще неосуществленного, а иногда в ближайшем будущем и неосуществимого.



## МЕЧТЫ

сбываются, главное в них верить

**Образы, которым отдается человек в своих мечтах, имеют следующие особенности:**

- **яркий, живой, конкретный характер образа, со многими деталями и частностями;**
  - **слабая выраженность конкретных путей к осуществлению мечты, воображение этих путей и средств в самых общих чертах (в виде некоторой пока еще тенденции);**
  - **эмоциональная насыщенность образа, его привлекательность для мечтающей личности;**
  - **соединение мечты с чувством уверенности в ее осуществимости, со страстным стремлением к претворению ее в действительность;**
  - **творческий характер образа, ярко выраженные черты нового, ждущего своего осуществления.**
- 

# Грёзы

- **Грезы** – это пассивное, но преднамеренное воображение. Это мечты, не связанные с волей, направленной на их выполнение. Люди грезят о чем-то приятном, радостном, заманчивом, причем в грезах отчетливо видна связь фантазии с потребностями и желаниями. Картины грез обычно реалистичны. Они касаются нашей судьбы, повествуют о наших приключениях, и понятно, что в них вообще невозможное и фантастическое для человека не фигурирует..



- Одним из основных признаков грез является эгоцентричность их содержания. В этом отношении они похожи на историческую память. Однако если эта последняя касается прошлого Я, то грёзы подразумевают будущее, то есть то, что произойдет или может произойти в будущем, причем картины мечтаний касаются судьбы Я. Поэтому понятно, что содержание мечтаний предопределено, с одной стороны, желаниями субъекта и его опасениями и скромностью — с другой.



