

библиотека психологии и психотерапии

Марк Сандомирский

ПСИХОСОМАТИКА И ТЕЛЕСНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

Практическое руководство



 КЛАСС

-

⋮

615.851

53.57

49

49

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

:

- :)

) , (-

(.) ,

(.)

© 2005 . .

© 2005

© 2005 . .

« », ,

« ».

«

:

« », -

:

-

»

«

», -

«

».

-

:

.

-

.

,

-

,

.

.

,

,

« » -
(J. Heinroth, 1818).

«

».)

«

».

(

),

«

»

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

« », -

:
, -

();

» (« » « -
,);

, -
-« ».

, -
((,)),

, -

« , ».

) (-

- « » -

, -
:

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

(Gendlin E., 1981).

1) «

2) «

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

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

?

«homo errare est»,

«».

(

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

«control panel» -
DHE).

« »

()

« »

?

1)

2)

3)

« »,

. -

, - -

, ,

, .

, ,

, -

. , ,

, -

.

4)

. . -

, , -

, , -

, ,

5)

(),

-

. , -

. , « -

».

6)

. -

, -

. , -

7)

, -

, , - -

. , -

, ,

, ,

. - , -

, , -

.

, ,

(, ,).

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

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

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

1)

;

2)

;

3)

(

);

4)

:

=

+

+

+

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

5)

-

,

,

,

.

-

,

(

,

, 2001).

(extrinsic)

(intrinsic motivation) -

.

-

(

).

,

-

-

-

.

:

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

1. -

, - -
 , -
) X. (2002): « ,

, -

, -

».

, -

. -

« -

», -

-

-

.

-

.

, -

(. . . , . . . , 2000):

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

-

,

.

.

(. . . , 1967):

(- , , -

, -

);

();

(-

).

-

,

,

(),

(.., 1986), :

1)

2) ;

3)

1. « » .

() ;

2. « » .

3. « » (.).

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

, :
 , .
 « » , -
 ,
 - ,
 , .
 « » , -
 . . .
 ;
 ; , -
 , .
 , -
 , -
 :
 1) - ;
 2) () ;
 3) - , -
 (. ,
 2000).
 (, . . ,
 1997) .
 1. , -
 , -
 , , - ,
 , , - ,
 ,

(. ., 1987).

, (-

. ., 1976), :

(" (,) , (-

, , (-

).

2. -

, -

. , -

(. ., 1997).

- , -

, (- . ., 1989), -

(. ., 1996).

3. -

- -

. (-

)

, -

(. ., 1988). , (-

, (-

,) -

, -

. -

(-

).

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

I - - . -

,

II - - . -

,

III - - . -

,

IV - - . -

,

,

(. ., 1974).

,

(2001), - « - »

() ,

(1988),

(, ,)

- , ,
. , ,
.

(KotlerT. e.a., 1994).

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

(. ., 2000).

TM,

cation),

X.

(2002),

TM.

(psychoedu-

(: , (-);
 : (, -);
 : « »
 (,)

(« *):
 , , ,

(" ")'

,

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

- () ,

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) , -

(). -

1)

., 2002):

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

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

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

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

. (, ,
 , ,) ,
 (. . . . , 1982),
 , .
 ,

, (,
 ,
 .)
 , . (2000),
 ,

... (1983), « ... », [...]

« ... »

« ... » (...)

« ... »

(...)

(...)

« ... »

2002),

»).

3.

1.

2.

3.

4.

() -

()

).

« - »,

5.

.(

«

6.

() -

).

(

»

7.

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

8. « » ,

9. - « » , ,

10. -

« » (« »), -
 -
 (« » « »)
).

11. - « »

12. -
 ,
 ,
 ,
 ,
 . (-
 -
 -
 -
 -
 .)

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

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

() -

,

,

· (« », « »).

« »

() -

() -

() -

() -

).

-

,

() -

,

« »

« »

,

« »

,

,

,

() -

() -

() -

(« », « »),

?

,

-

;

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

« ... ».

... -

... « ... »

« ... », ...

...

... « ... »

(...) .

... , ...

... « ... »

» (... , 1986),

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

1920- ...

... ,

... (1988)

... ,

... « ... ».

... , ...

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

«25- (...)», (...)

EMDR .). -

« » (.): -

, -

. , -

. -

, (, , -

, ,). -

(- ., 2002). -

, , -

. -

- (). -

, -

», - « -

. -

, -

» « -

(« »), -

. « »), -

, -

, -

, -

. -

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

3.

- « » .

« » -

« », -

« »». « -

», -

», -

». « » -

- -

-

», -

() « » -

», -

-

« » (-

), « » -

», -

» -

« » -

» -

», -

(-

», -

», -

« » -

« »» (-

», -

», -

» -

(1999), « -

». -

« » -

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

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

4.

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

()

()

),

(),

(

(.).

(1982)

« ».

:

(.).

()

(,),

(1994).

(,)-

(,)-

(),

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

5.

40-60-

, , .

,

, .

, .

: .

« ».

- , -

. -

« »

, , ! , ,

() ,

. -

« », -

, -

« », -

. -

,

- ,

», .

, , «

» .

, .

), (« » (« ») ; (Eysenck H., 1978) ,

6.

... (1994).
:

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

... « »
« »
(1996; 1995).

1. « », ,
« », /
() .

2. - .
3. ,
, () .

3. ,
« » .
« » 3. / ,

4. « » -
« » ,

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

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

... (...)
« ... »
...
...
... (... , 1993).
(« ... »)
(« ... »)
(...)
(Mitscherlich A., 1954).

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

(Kellner R., 1991).

30%.

(
.., 2000).

»

(1986),

«

«

».

(1994), «

».

», «

».

)

(

(
.., 1997).

),

(

(Barsky ..,

1992).

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

10. « . . . » (. . .)

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

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

11. (.)

(1997)

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

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

12.

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

1) «...»
 «...» (2002)

2) «...» («...»)-

3) «...»: «...»
 «...» («...»)

1)

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

2)

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

3)

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

4)

. -

5)

) () .

« » (, »)

, () .

, « » -

13.

: «...»

» (Glasser W., 1989, , 2002).

, (/) , ,

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

-

,

-

,

-

.

1.

,

,

-

,

-

,

-

.

)

(. . .) .

-

,

«

»

-

(. . .)

.

)

- (. . .)

-

-

(. . .) .

-

«

» (. . .)

«

-

» (. . .) ,

-

-

.

2.

,

-

-

.

-

(. . .) ,

-

-

(. . . , . . .) ,

-

,

(. . .)

.

-

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

1. (.),

(.)

20-

, « » (fight-or-flight).
, : , ,
, -
, . -
- , -
, ; , -
- , -
, (fight)
(flight).

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

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

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

() - «»

) - , -

()

,

?

,

»)

« ... »

-

-

-

-

... -

-

-

(...)

« ... »

-

-

-

... (...)

(1990),

-

(

)

(

)

-

« ... »

-

-

-

-

»

(...) «

»

-

).

-

,

«

,

», «

,

», «

-

».

-

,

-

,

-

,

-

«

»

(... ,

...).

... / ...

?

... « ... »

... (...)

« ... »).

... (...)

...).

... (...)

... (1966),

« ... [...]

... :

... (...)

«...».

(... 1995),

2000).

... (... 2000),

... «...»

...).

3. «...»

(V. Uexkuell, 1963).

, ,

,

,

.

;

« » - («

() .

« » (,

).

;

.

4. - ()

:

(. . .),

(. . . , . . .),

;

:

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

(. . .)

20-30- XX . . .

« »

« »

« »

(,

).

« »

.(

30-

).

(1950-),

(

)

:

(

)

(

)

(

).

, -
 . ,
 - ,
 - ,
 . -
 -
 . ,
 . . , -
 , -
 , -
 , -
 , « », -
 (. . , 1981). , -
 ,
 . ,
 . -
 , « » -
 , -
 , -
 - , « » (-
 » « -
 . , -
 , -
 .) -
 (,) -
 , . -
 , -
 . , -
 ; -
 -
 . -

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

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

« » - -

« », -

»),

(« »),

(« »).

« » - ,

()

()

« »,

« »

(. . . , B.C., 1993):

«

... (2001), « ... » ... « ... » ... (...).
 ... « ... » ... « ... » ... ».
 ... , - « ... » ... - « ... » ...
 ... , - « ... » ...
 ...
 ...
 ...
 ...
 ...
 ...
 ...
 1. « ... », ...
 ...
 2. ...
 ... : ... , - ...)
 (...) , - ...) ,
 ... - ... , ...
 ... , ...
 ... , ... , ...
 ... , ... , ...
 ... , - ...

),

(, 1993).

«»,

5.

(reward deficiency),

«»,

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

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

7.

(... ,). (1972),
.., 2000).
(« »),
(-).
,)
(3.),
» (.., 2002). « -
,
,
,
.
-
,

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

» -

(. . .),

,

« »

»(. . .).

(1983)

« »

2)

(

»),

(« »

(. . .).

3)

(

(. . .).

., 1986).

«

4)

(
),

(

5) .).
5)

-

,

-

:

;

«

»

;

;

(

).

«

»(

. .),

«

»

-

-

.

«

»

(

«

»

).

-

,

«

-

».

»,

«

:

;

;

, -

;

,

;

, -

); (

); -

» ,

« - () -

;

»

« - »

«

» .

- , -

, (() -

: () .

,

.

« » , -

() .

,

, . ,

,

.

- ,

() , « « »

90-

BRAC -

(, , 1984).

(1999),
mind-body communication),

(cycles of

15-20

90-

» (Rossi E., Nimmons D., 1991).

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

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

« » (Welford A.T., 1961).

(1996), « ».

« ».

« » () - « » () .

« » .

« » () .

« »

(),
(BID, IDEAL- . . .)
(CCRT, . . . ,

).

, « »

, «

» (. . . , 1992).

« »

(,) ,

(. . . 4).

(2001): « [

]

».

(. . . , . . .).

(. . . 4.) ,

.4.

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

4

-

-

-

...

-

,

-

«...».

(..., 2002):

(...),

(...);

(...).

(...).

(...).

(Krens I., 1999);

(.).

« »

[...]

. [...] « »

« »

».

« »

(- « »,).

« »

(

),

/

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

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

(.),

I II ,

,

,

,

(),

), «

»

- , , (.

) - ,

9-

« « » « » , «

».

,

,

- .

,

(,

,

- ,

).

- ,

-

- , , -

-

.

3.

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

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

(. ; .)

- (-

).).

4.

(2)

- , -

, .

-

, ,

.

, - .

, -

, «

» -

() («

» « »),

« »,

?

- « »

,

()

()

« ».

,

(.).

-

, , ,

(). , ,

3. (« »), « » ()

5. (3-4)

« - » - « »

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

,
 .
 (« - »).
 .
 , : « »,

6.
(5-6)

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

, , (),

» - « -

.

- , -

, , -

- .

3.

(-) -

? , -

: (,) -

- , -

, , -

(.) ,

? -

), (

, ()

, .

(F. Deutch),

« : »,

» () (. . (,

2000). , (-

) -

.

,

,

, (-

. . .). ,

.

-

? ,

,

.

?

« »?

», «

.

, . (

« »

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

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

) , - ,
(,
« » ,
);

) , « » « » (,
» - «
(« -
»).

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

3) - (,
); , -
.

4) : , -
(,);
) (, -
(« »).

5) - , -
(,) .

6) - - - - -

(, « - - - - -

»).

« - - - - - », - - - - -

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

), - - - - -

8) : - - - - -

) - - - - - , - - - - -

, , « - - - - - » (- - - - -

« - - - - - »); - - - - -

) - - - - - , - - - - -

« - - - - - ». (- - - - -

- - - - -

« - - - - - ».

« - - - - - » - - - - -

, - - - - -

(- - - - - « - - - - - », - - - - -

); - - - - -

) - - - - - , - - - - -

- - - - -

, - - - - -

(« - - - - - », - - - - -

« - - - - - » , - - - - -

).

(1997), - - - - -

, « - - - - - , - - - - -

», - - - - -

) - - - - - , - - - - -

, - - - - -

(, « »).

« » , , « ».

« » , « » , « » , « » , « » .

» (- - - - -) , , , , , .

.5.

(Weintraub, 1973; , - , 1984)

« »		
		« »
+		(-) ,
		, ,
		, ,

?

(Krens I., 1999), « - » (

., 1993).

?

« ».

« »

()

).

() - -

， ， - -
- ， - .

() « » - -

， . - -
- -
- -

« » . - -

(. ，) .

« » - « » . -

， ， - ， -
， - ， .

4.

30-40- . XX . - -

， . - -
， . - -

， - ， -
20-30- ， -

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

... (...) ...

(tension control).

... « ... » ...

:

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

... « ... » ...

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

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

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

(
,) , ,
(- , 2002). -« »,

(AT).

(-).

- ()
 , - ,
 , ,
 , , ()
).
 , ,
 , (,
 ,)
 « ».
 (AT-I)
 ,
 .
 » « »). (« -
 1. (« »).
 2. (« »).
 3. , .
 4. .
 5. .
 6. .
 AT
 (« ») AT
 (« » -
 , « »
 « »).
 AT,
 (,)
 70-80- .,
 ,

1988),

(. ., 1990)

(. .,

(-).

« »,

(-),

(. ., . ., 1997).

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

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

Bezolla (. . . Jenks, 1974).

(. . . , 1980).

(. . . A.M., 1997)

. . . , 1997).

(
)

« . . . »

(. . . Blum).

. . . , 2002),

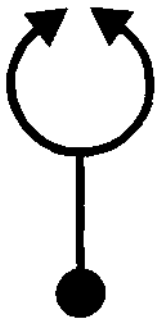
(20

),

mons D., 1991),

(Rossi E., Nim-

(B.C., 1982).
« - » (BRAC, Basic Rest-Activity Cycle), (60-70)
(15-20) ,
« ».
, (Rossi
., Lippincott ., 1992),
, .
, «
» -
, .
, ,
- ,
(« »),
« »
). ()
, , ()
, -
- ,
, .
- «
» , « »
. (2000), « , ,
».



(. . .2).

.2.

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

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

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

, : -
 . , -
 , .
 ».

« »

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

, -
 « » -
 « », -
 »:

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

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

3. ().
 , , (« »).

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

5. (). (,).
6. (, ,). (, ,), (- .
7. (). (, , « , , » - () « - (, »).
- (« » , - - - - -), « », - .
- « , , « », « », - - - - - , « », - - - - - .
- (. , 2002): (, - - - - -) ().

) ().

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

» .(«).

(, ,).

.(« ».)

« » (« »,):

- ();

, - ;

(,);

(), - ;

().

-

-

,

.

(1997),

« -

» , -

« -

» -

:

« -

» - ,

(,

),

- (, -

) (, -

« »).

, « », -

« », -

« »

« -

, ».

,

« »,

,

« ,

».

,
« »

« »

« », ,

,

: -

), -
.
(, -
) . -
.
, , -
. -
, -
) -
(, 2002) -
(Keleman S., 1981). -
(. ,) -
, , (.) . -
((.) , -
((- ,) -
, , , .. (,) , -
(, 2002). , , -
« » -
- , . -
(, 2000). . -
«

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

6)

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

« » ()

« » , « » - ,

« - - » , . , -

« » .

« » , « » (, 1992).

- , « » (-

) . , -

-

. (- , -

.)

-

-

(. , 1998),

2000) (,

-

-

-

-

-

« (1997) « » .

-

-

() .

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

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

)

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

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

, , -

- « -

, - (-) .

, - , -

- , -

, -

- , -

» (, «

), , »

» (« » -

, « » ,

), - (-

, , -

, -

« , » -

« » ,

, -

, (-

» .

» (-

.)

« » «

».

,

(

).

,

.

,

« ».)

,

,

(

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

-

,

(

« »

.

:

,

«

».

«

,

».

,

«

,

».

« 1980). (1989), (1985;) (».

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

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

6.

, -
 , , , -
 , -
 , -
 , -
 , -

,
 ,
 , - «
 - ,
 , ».
 .
 ,
 ,
 .
 ,
 ,
 (1968)
 : «
 , - ,
 ».
 ,
 , (,
 , « »).
 ()
 , ,
 ,
 - (,).
 , (

).

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

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

, , .)

« » , -

, , « », -

« [...] -

. [...] . -

, » -

, « -

» - « » -

, -

. -

, -

, -

, -

» -

, -

« » « -

», , -

», -

», -

» -

« », -

», (-

): « , -

», -

», -

», -

« ». (-

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

(1992): «

«

«

»,

«

(, 2002).

«

(

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

... , , -
, , -
».

, « -
»., , -
« » « »., -
, « » -
,

. (, -
, -
) . : « -
... , -
».

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

« » : « -
, -
, . [...] -
, ».

« - »

()

) , (-

, (-

(,).

(,) -

, -

- « » (-

) -

-

-

-

, -

, -

(

« », -

, « » - , -

,) .

-

, -

-

« »

, -

-

« » , « -

»

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

« - »

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

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

),

(-)

,

.

,

.

(),

« » (),

(»),

).

,

,

-

,

0₂,

.

,

.

- (« »),

...

,

«

» - 0₂,

0₂ (,

« »),

... .

).

(,

,

),

,

.

) .

, - (

), (

).

,

,

,

, (),

(, 1997).

) ,

,

,

().

« » « »

,

, - ,

« »

,

,

« » ,

, - ,

,

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

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

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

« - »
 (.7).

« »

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

7

- () -
 ,

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

()

. 8).

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

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

, «
» ,
»

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

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

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

« » (-),

« » -

« » (., 1989).

7. (ATM)

« » (Awareness through movement, ATM).

« »

() .

ATM :

() .

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

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

. [...]

».

: «

«

».

. [...]

».

«

»

».

«

»

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

Human Engineering), DHE (Design

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

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

« [] ».

ATM

ATM

ATM

()

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

ATM

(« »).

: «

[

],

« ».

».

: «

».

().

(Ornstein R., 1977),

(-),

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

« ... ».

(...),

...

», « ... » « ... »).

« ... ».

(... [...].

2002, . 63)

1. [...].

2. [...] ,

3. [...] ,

4. [...] ,

5. [...] ,

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

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

« . . . » , « » .

, (,) .

. « » .

. (.) .

« » . (.) .

« » , .

« » .

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

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

... (

...).

« »

« »

« ! »,

1984).

» (Goldmen ,

« » -

(, , ,

« ».

« ».

(, , 2000).

« »,

(1993): «

(1995),

« » (Schein E., Bennis W., 1967).

К . . . (1999), « ,
 ,
 ». (2000),
 -
 -
 ,
 « » -
 ,
 ,
 . -
 3. , -
 . «... -
 « -
 »... ».
 ,
 , « , -
 », -
 (. . . , 1997). -
 « » (. . . , 1996). -
 ,
 , -
 ,
 . -
 ,
 , -
 , -
 (, « »). - , -
 . -
 . -
 - . -
 « -
 » , -
 , -
 . , -
 , -
 , -
 , -
 . -

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

« - » - () .

,

- ,

,

- ,

,

,

,

- ()

()

,

(Barsky A.J. e.a., 1988).

, ()

. . . , 1987).

,

- « » , « » ,

(. . .) , -

, «

» «

» ,

(. . . , 1986)-

,

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

11. (.)

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

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

			,
	;		() , ,

9

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

12. (.)

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

« - »

(Lisbeth Marcher),

« ».

): (- -):

(').

« » (« » « »), / (),

().

(),

(),

(mutual connection,).

« »

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

« -

».

,

,

,

(

).

,

(:

).

, «

»,

- «

».

.

,

-

(. 11), (Bernhardt P., Isaacs J.).

(. . 10).

(Bernhardt P, Isaacs J.;)

-	3	-
	1 1,5	,
	8 2,5	
	2 4	
	3 6	
-	5 8	,
	7 12	/

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

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

(Marcher L., 1995,1996), « » -
-

13. (.)

(Gerda Boyesen),

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

», «...».

()

»

» (psychoperistalsis),

/

» (psychological updrift),

()

»,

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

14. (.)

,
 ,
 ,
 « »
 ».
 « »
 « », «
 »
 ,
 « »
 ,
 (Re-educating) ,
 (« » ,
 , ()
 ,)
 6 9
 , ()
 « »),
 ()
 , «
 »
 « » ,
 « ».
 ()
),
 « » (Mockeridge L.M.,
 1996).

15. (.)

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

» (.).

» (Embodied Mind).

(« »).

»), («

(),

(« »).

« », ,

« »).

16. (.)

, « - »,

Dasein (M.

) -
(embodied existence).

« »

(

).

().

« ».

« » (.., 2002).

: «

» (. , . ; . . .

, 1998).

(

(1999), « » (

)

« »,

(Keleman S., 1987)

...

« »

« »

« - - »,

« » - . -

- , , -

.)

« » -

, « ».

. « -

» . « -

(-

). « ,

-

« » »

(. Boss).

(.)

, -

» , -

(« »), -

(« -

»). -

(,), -

« » . , -

, -

, « -

», , , -

. , -

, -

, -

- « » (« »), -

«

».

(formativeness), :

) « » ;

) - -

(receptive-responsive);

: -

)

)

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

17.

1970-1980-

(Eugene Gendlin).

XIX (« »).

felt sense of the problem);

(bodily-felt shift),

(Pettinati P.M., 2002).

).
.

,
,
,
,

1.
,
,
,

,
:«
?». ?
«»
,

2.
,
,
,

3.
,
?

4.
,
,

5.

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

6.

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

18.

«
» (.)

«
».

()
()

»

()

»

).

(

« »,

, ,

„

.

,

(

),

,

,

:

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

,

.

.

.

.

(«

»)

.

(

,

-

),

(

30

).

,

(

,

,

,

).

(

,

).

,

19. (X)

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

» (re-parenting). « » (holding),

(

),

(

X., 1996).

« » (.),

,

,

,

,

,

(L. Luborsky, . . ., 1996).

« »»,

« » () ,

.

20. ,

,

),

1930- 1960-

.

« » -

-

(

:

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

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

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

, « »

-
-
-

21.

(73200100022). 1990- ., 2004 .

-
-
-

(. ., 2004 , 20046).
(« »-)

-
-
-

(

227816):

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

() - ,

-
-
-

, - , « » ().

-
-
-

), (,)

-

:

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

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

») (« -

»).

(« -

») (

« ») (

(« » -

) : — — -

» , -

- -

«

»

(

).

».

(

).

).

(

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

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

« ... ».

(...)

« ... », ...

(...)

« ... », ...

(...), ...

« ... » (...),

« ... » (...)

« ... » (...).

(2001),

« ... »

« ... », ...

« ... ».

« ... » (...)

« ... ».

« ... »

« ... », ...

« ... »

(...)

(... « ... »).

« ... »

« ... ».

« ... », « ... »

« ... ».

« ... », ...

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

	,
	-
	-
	,
	+

13

, « », - , « - , »
 » . , ,

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

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

(1993)

« ... ».

,

«

»,

(... 14).

«

»

,

.

«

»

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

14

,

.

,

«

»

,

,

:

-

309

(., 1996).

-

« »,

-
-
-

« ».

, « »

-

(. . 15).

,

«

-

» (. . 7).

« »

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

15

« -

« »

, ,

-

, / ,

-

, -

«...».

«...».

(...)

... (1997).

«...»),

(...).

«...»

«...».

(...)

«...»

«...».

«...»

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

(. ,),

(, ,)

: ()

(, , « » ,

(») , () ,

« »

).

()

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

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

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),

(... .., 1986).

(... .., 1965),

«...» «...».

«...»

»

(1999),

)

«...» «...»

»

(1996)

：«

«...»

«

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

» (.), - -

, - -

», « - -

». () - -

; (- -

) - . - -

, - -

(« , - -

»), , - -

, - « - -

», . , - -

, . - -

) - -

(), « » - -

, - , - -

, - -

, - -

, - (,) - -

, . , - -

, , - -

», « » , - -

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

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

», (

),

... « »

3 5

« »

(« »),

« » (

)

« »

(),

« »

« » - . (

- .)

3) , ; , -

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

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

();

,

,

:

,

.

,

,

,

,

,

(

,

«

»

).

,

«

»

(

,

17).

« »

		,	
		,	
		,	,

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

(...) ... ,

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

18

:

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

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

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

),
 .
),
 .
),
 .
).
 « » (

),
 « » (. . .),
 .
 .
)

),
 .
 .
),
 .
 .
),
 .
 .
),
 .

...). (, - , IDEAL-

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

19

)

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

3.

20

			3.
() ,			

21

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

355

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

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

3.	-	
.	« » ()	« » ()
.		
.		
.		

22

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

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

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

»,
, 1996),

1)

2)

3)

4)

-

-

,

,

.

-

-

.

.

,

«

»

,

,

,

-

-

.

:

,

,

,

-

,

,

-

.

,

,

,

,

-

.

-

(

) -

(

,

)

,

,

(

,

-

,

,

3.

).

-

,

,

«

»

,

,

«

»

-

-

-

:

-

« » -
 . -
 . , -
 . , . 23.

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

23

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

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

« » . « »

(. - , 2002).

(

-)

,

« » (« »

), « » ,

, , « » - .

« » (,

, , , 1999)

(«

? »),

(

« »),

« ».

,

,

(, -

)

,

(,

).

, «

», (.).

,

« » « »

« ».

« » (.).

... (...).

;

(1999), « ... »

» ...

» ... (

2000). (1975),

(

)

(2002),

()

()

(2003),

()

« », « »

(« »),

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

2000).

(. . .)

« » « »

:

«...».

(...).

... , ...

... (... , 1990), ...

... (... , 2000).

... , ... , ...

(...), («...»),

... , «...» .

... (... «...»).

... , ...

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

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

).

(

«

»

»:

«

»

(1998): «

»

(«

»)

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

II (-)

()

(1987):

I.

(;).

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

-

(?») : « ? , ,
 (« ?»).

:

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

III.

:

-

;

-

;

-

-

-

-

-

-

(« ?») - / (« ?») - /
 (« ?»). (

):

« » - ;
 - ;
 - ;

« », « »;
 « »;

« ... »;
« ... »;
« ... »;
« ... »;
« - ... ».

1.

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

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

)
« (»,
; « »
;
,)).

« »

- (-).

1.

15-20

2.

3.

10

4.

1. . ?

2. ?

3. (,):

- ;

- ;

- ;

- « », « »;

- ();

- ;

- .

« , ».

« (» , .)

8-10

(. . Jencks, 1974).

2002).

« »,

2 12
. ., 2001).

vivation .

« »,

- « »

« » , -

« »

(1996), « » , -

() .

(2000), , -

(- - -) .

« » , ! -

... .. -

... , -

... , , . -

... (, , -

.) -

... , -

() -

,

()

,

« - » -

,

-

,

...

.

,

-

.

,

,

-

,

« -

» .

,

. «

-

» (.., 1994).

,

,

,

-

«

»

,

-

-

(

- «

-

-

»,

)

.

(

-

..

.)

-

-

,

«

»

(

.

)

«

»

(

.

).

-

»).

(

«

-

-

,

,

,

.(

,

-

:

.)

» (, 1995)

«

«

»,

(.),

(),

«

»

(

),

(

).

)

(I-)

)

(

«

».

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

6)

(2-)

« »

: «... , ...»

,
...
...
...)

« »

()

» (.) « - » (. , «).

3.

»

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

(3.) . -

, « » (, 1999).

, « » .

:

?

?

?

?

, ?

« » , , -

.

:

-

(... ...) -

();

();

;

(- « »)

:

- « »: -

, ,

;

- « »:

...

... ,

, « »...

, ,

.

-

-

-

-

(.) .

« »

(

« »)

« » .

« » .

() .

« » .

« » ()

« » () ,

« »

« » (,)

« » () .

« »

« »

« » () .

« »

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

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

2.

« »
 (« ...») -
 « », -
 , -

, « ».

, («

).

» (. ., . ., 1988).

- 1.
- 2.

(, ...).

5-6 ,

,

, (20-30),

« » (« » ,)

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

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

, , -

, , -

, ... , , -

, , -

, - (, -

) « » , -

, -

, -

« - »

, -

. 24.

() .

, -

, 8-10 .

, -

, -

, -

15-20 , -

, -

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

24

, ... -
 ...»), -
 . , (-

« »), ()
) . , . (

, , -
, , -
? -

1)

, , - « -
, ».

2)

, , -
.

, , -
(« ... »)

3)

, , -
(« »). (.),

4)

, 1997). (-

(- -
, -
).

, « »
(,)
,

(,
). « » « ».

« »

. . . .
,

() .

, , - -
(.).

, -
, 20-30 .

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

. (-
-
,
)
;
5-7 .

» (.).

(« - »), -
,
-
.

- , , -
,
(« »).

(
) (, « » -
, « »
»)

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

»),

« »,

,

,

(

«

(

).

»).

« »,

,

,

· (

«

».)

»

,

(

).

1.

» (.),

2.

(2-3).

3.). -

, , . -

(/) , (3-5

4. -

, -

, -

.

: -

. , -

, , -

. -

, , , -

, . -

, -

, « » -

.

1. - :

, -

, -

2. , -

- , -

.

, -

3.

« » , « »
« ».
- (),
-
-

3.

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

1.

().

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

« »

:

-

,

-

.

.

,

.

,

, «

»

,

.

:

,

,

,

(

).

« »

,

,

1977)

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

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

« »

: . [

, ,

.]

, («
 »), , - ,

« »

,

- ,

. («
 »),

,
 .)

(re-tuning)

,

3:7 - 3:9.

2:2 ()

1-3

: 2:3 - 2:4 - 2:5 - 3:6 -

« »

()

), « ».

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

30-40

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

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

, -

, -

», « -

, (-

). -

, -

(-

, -

), -

(-

), -

, -

, -

, -

, -

, -

. (-

, -

« » -

.) -

, -

, -

, -

, -

, -

, -

, -

, -

, -

, .
 , , .
 , , :
 , , ()
)
 ,
 ...
 ...
 8-10
 , «
 »
 , (!
 ,
 , .)
 ,
 .
 ,
 (,)
 (,),
 (« -
 »).
 :
 ,
 , « »
 ;
 ,
 ;

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

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

« »

- . ,

, ,

;

- (Li Ding, 1988).

, « » (X.)

, (

X.)

.

().

,

, , (

). , ,

, , (

;

, .)

,

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

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

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

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

« », -

per se, « ». -

« -

) « -

» (.) -

« » -

, , -

(). -

, , -

... -

, , , -

. -

. -

« », -

, -

, « », -

. , -

, -

- , -

(ETC), -

- - , - , - , -

, -

, -

(,), -

, -

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

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

4.

« »

- ,

« » (-
»),

3.

« » (), ,

« »

- . .

« » (-

., 1997): (1)

« » (« - »); (2)

(« -

- ») (3)

« » (« - »).

« » ,

(.).

(1994),

,

« » (« - - »)

,

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

« »...

(« » .),

15-20°...

,
.

« »

,

-

, . . .

«

».

,

-

,

.

-

,

-

ThXII - LI,

,

(

).

-

-

,

»

-

«

»

,

-

«

»

.

(2003),

,

«

-

».

«

»,

,

(2002),

-

.

-

(

),

,

-

.

«

» -

,

-

,

-

(

-

).

,

-

.

,

,

-

,

-

.

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

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

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

« - » ()

», « » -

,

, « » -

« » .

« » .

« ».

« », « »

TM,

,

,

.

.

,

... ,

», ... «

», ... ,

,

... « »

- , « » -

,

... « »...

,

,

,

« - », ...

,

... ,

,

« »

,

.

), , ((-
 .). -

1-2 . -

, - , - -
 . - -

5.

« » -

, (. ,). -
 , -
 . -

« », , -

- « (. .) . -

« », -
 « » -

« », -
 « », -

... « » -

, « » -

, -

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

3-5 ,

,

.

« »

.

, ,

,

-

,

,

,

,

,

« »

.

:

,

,

-

,

-

-

,

,

,

: «

,

,

».

«

-

»

,

,

,

.

,

,

.

,

(. . .).

. . .

(1997),

,

,

:

« »

,

« ».

(-

,)).

« »,

« »,

»,

,

,

,

-

,

.

,

.

.

«

»

».

: «

-

-

,

,

,

,

«

-

».

,

,

,

« »

-

,

,

: «

,

,

».

» « -
» (,
) . - ,
; ; « -
» , ; -
, (). -
(2000): « -
, *f* -
, *f* -
, . (-
- .) . -
, : « -
» - - -
» , -
» « » -
, , -
, (, -
, , -

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

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

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

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

1.

, , -

2.

(« » -

) (-

« » -

« » ,

).

3.

, -

, « » -

, -

(« », « » « » ,

).

, -

, -

(- , -

).

) . (-

, , -

, .)

- , -

, ,

, ,

.

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

: « , ».
« », , -
, ,
« », ,

- 1.
- 2.
- 3.

4.

(2-3).

5.

6.

« »,),

« »

» ()

» ()

« », « »

» « » « »

» ()

» « »

» « »

» X. ()

« ... » (... , 1994).

« ... »,

,

.

.

(

).

?

,

.

«

»

«

»

«

»,

,

«

».

,

,

.

,

:

.

,

.

(

«

»,

,

-

,

,

.

-

-

«

»

-

,

,

.)

-

(

).

(«

»,

.

.

),

«

»

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

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

« » -
« -
» ()
, - .)

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

3. , -
.

4. : , ()
, « »)
. 1.
(. 2).

- ,
,
,
.
- ,
-
-

, « » () .

« », -

« », « » « » (.

« »).

) « ? ».

? , ? -

? -

? -

) « ». -

, -

? -

? -

, ? -

, ? -

, ? -

, ? -

, ? -

, ? -

, ? -

, ? -

, ? -

. , , -

« » -

-

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

,

.

-

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

25

,

,

-

,

.

1)

,

«

»

?

«

»

(

,

);

«

»

-

«

»

(

),

«

»

,

(

).

,

,

,

:

,

.

,

,

,

,

«

»

.

, -

- ,

(), -

, ...

2) ?

,

, « ».

« », « » « ».

« », , ... -

.) -

3) -

,

.

, « »,

(), « » ,

, « » (

).

« » , « »

(,) (-

... « » -

,) -

« », -

, ... , -

, , . -

« », -

« » ..

, -

- -

, ,

« » .

, -

, -

« » -

, -

« ,

».

-

, -

-

, -

».

(, «

.)

, -

« » -

, -

-

, -

»

-

, -

« » ,

-

».

(-)

(« , » ,

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

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

) « »:

1-2

):

. [

? .]

? ,

:
()

)

: - (),

(« »)

...

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

... «
»
,
. ? ?
? ?
? ?
? ?
? ?
) - « »,
(« »
.).
10 ...
?
?
?
, ,
, ? ?
, . (
« »,
.).

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

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

4

1)

:

2)

?

?

?

?

?

?

« »,

?

?

?

3)

?

?

?

?

4) - « ».

,

:

?

?

-

,

...

,

...

,

« »-

,

?

?

...

,

,

« »

,

,

,

,

?

,

,

,

,

,

...

« »

« »)

,

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

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

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

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

« » (« ?»)

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

(

).

),

« ».

« ».

?

:

),

(

« ».

« »

« »

« »

« ».

;

: - - - .

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

5.

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

(. , .),

(,)

(.).

«

»

-« » (,),

« »

« »

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

(bonding),
(Krens I., 1999)

« () »,

2001) , (. . ., 2000, « » :

) : « - » (, -) ;

) , - : « » (- 3:5 3:6);

) « »: , - , (-) ;

) ;

) : « » (, -) ;

) ;

) « » (, -) ;

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

), , -

, . -

(), -

, . -

, - , , (-

) . -

(,),

« »

- , -

, . , -

, . , -

, , (« -

, , »).

. ,

? ?

? , ? ?

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

» (, -« -) , , -

» (, -« » -« » , () , , -

» () , -

» (6-7) , -

» « » . (: « -

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

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

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

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

(, .., 2002):

-)
-)
-)
-)
-)

« »
 « ».
 , « » :

) - , -

) () , -

2-3 . ()
).

) , « -
 » 2-3 -

- , -
 , -

2-3 , -
 - 3 5.

:

,
 ,
 ,
 (. . .),
 (. . .)
 (. . .)
 (. . .)
 ,
 (. . . , 1991) « . . . » :
 ,
) ,
 (. . .)
 (. . .)
) .
 ,
 « . . . » .
 ,
 (. . . , 1990), 5-6)
 (. . .)
 ,
 ,
 :

« »»,

« »»

(. ., 1990).

«

»»

« » -

... (. . .) .

«

... Mowrer,

, 2002) (1984),

(1993)

: «

« » ,

» .

(1992) « »

: «

» .

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

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

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

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

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

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

2001).
(1989): «

3. « » - « » (» - « »)

« » (1999), « » () , « » (. . . , 1994). « » (« ») « » , « » « » , « » « » - « » « » « » . « » « » ? « » « » « » - « » -

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

, (,) -
 (« » - , , -
 -).

« » (« ») -
 « » (,) -
).

? « » , - , -
 , (.). , -
 - ,

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

,

«...» (1989).

(... 1988).

(... P.M., 2002).

(...).

(...).

(«...», ...), «...»

« ... ».

,

,

,

(...).

,

,

- « ... ».

« ... »,

(« ... »)

« ... ».

,

,

,

(...)

,

,

« ... ».

« ... ».

,

,

(... , 1993).

,

,

« ... »,

... « ... » (... « ... »)

...»).

XXI

(2003): «

«

» (.).

(

« »)

(

., 2001).

«

» (., 2002).

»,

», « (, 1995).

», « (, 2003).

», « (. . .)»,

, « ».

, « »

(, ; .).

(, psychoeducation)

» , « -

» , . (2000) « ...

... ».

-

, , -

, (, -

), , -

, . -

, , , -

(« -

)» , -

). , -

, . -

, « » (-

). -

, , -

« » , -

(, ,) , -

, . -

, « », . -

« ». , -

, , -

, , -

(.., 1980), -

(.)

XXI

(1996)

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

» (.., 2002).

(. .).

« .. »,

« .. ».

»,

(.., 2000),

« .. » (. .).
(1990),

, « .. »

».

(., 1988)

(.),

« .. »

(

, « .. »

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

« » « »

(. ., 19946).

?

:

(,).

:

(.)

3.

«

»,

«

»

- «

»

3-5

,

,-

(

)

(

),

(

)

«

»

(

, «

»),

« ... » , « ... » .

, -

, -

, (« ... » -

. . .) . , -

, -

(, -

. . .) . (-

, -

, -

(, -

) . . . -

- .

. (. , . , . -

) , -

- - . -

- - (.) , -

, -

(-

) . , -

- , -

. -

-

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

() - « » -
» () « » -
) .

, -
, , « » « » .
 , -

3. :
(X., 2002).
 : « ... »
 « » -

, -
 , , , ,
 , -
 , -

(-
 , -
 ,) .
 , ,

, -
 , , , ,
 , -

, -
 , , , , - - -
 .

« », 2002. - 304 . ; : - :
 //
 III
 / - . - . -
 , 1992. - . 89-90. : -
 , 2002. - 214 . : - : -
 » , 1995. - 296 . : - : - «
 , 2002. - 192 . : - : -
 , 2004. - 336 . : - : -
 // : - : -
 1997.- . 202-219. : - : -
 , 1997. - 576 . : - : -
 , 1983. - 16 . : - : -
 // . - 1980. - 8. -
 . 10-11.
 X. : - : -
 «HOMO FUTURUS» , 1993. - 160 . : - : -
 . () . // , 1993. - 320 . : - : -
 , 2000. - 238 . : - : -
 90 : - : - « -
 » . - : ; : , 1996. - 173 . : - : -
 , 2002. - 560 . : - : -
 , 2000. - 320 . : - : -

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

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

A.M.,
1981.-320 .
1991.- 113 .
.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 .

„...“... 1986.
 , 1999.
P.M. , 1986. - 112 .
 // - 1997. - . 23,
 2. - . 33-41.
 // -
 , // -
 „...“... : , 2002. . 485-527.
 „...“... : - , 1986. -
 288 .
 „...“... - , 1996. - 336 .
 // - 1991. - 3. - . 59-81.
A.M.
 //
 - 1997. - . 47, . 2. - . 209-225.
 : - , 1980. - 160 .
 , , -
 „...“... , 1985. - 365 .
 //
 1989. - . 89, 4. - . 58-60.
 „...“... : «...»,
 1994.-208 .
 // :
 : REFL-book, 1994. - . 153-187.
 // :
 :
 16-21 1997 . - : -
 , 1997. - . 258-260.
 : CCRT -
 // „...“... - 1996. - 2. - . 103-112.
 „...“... „...“... *J.I.K.*
 „...“... : - , 2001. - 224 .
 „...“... , 1995. - 188 .
 „...“... : -
 1996. - 318 .

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

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

04.09.2001 // 72200100029.
2001. - 336 .
289 . , 2000 .
20006. - 5. // ,
1998.- 1(25).- . 110-112. //
.- : . . . , 1997. - . 44-63.
/ , 1996 . - . 12-15.
.- 1996. - 2 (4) - . 44.
.- , 1995. - 146 .
.50-65. // , 1995. -
.- : , 1995. - . 95-105.
.66-71. / ? // . - , 1994 . -
.50-65. / // . - , 1994. -
.- , 1993. - . 91-98.

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

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

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

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

 , 1997.-240 .
 ;
 « » , 1996. - 224 .
 / « » , 1992. - 105 .
 „ , 1997. - 608 .
 , 1993. - 112 .
 „ , 1988. - 272 .
 „ , 2001. - 240 .
 // - 20 , 2001 .
 , 1989. - 174 .
 : 1988. - 100 .
 :
 « » , 1994. - 128 .
 : « » , 1994. - 128 .
 : - , 2001. - 304 .
 : , 1995. - 162 .
 :
 : , 1988. -
 203 .
 : , 2003. - 352 .
 : - , 2002. - 448 .
 :
 : , 1990. -
 111 .
 //
 / : „ 1994. - . 34-48.
 : , 2000. - 144 .
 :
 ; : , 2002. - 272 .
 : , ACT, «
 » , 1996. - 592 .
 : // - 1995. -
 1.

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

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

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

Ware R., Rytting M., Jenkins D. The effect of stress on MBTI scores // Journ. of Psychological Type. - 1994. - V. 30. - Pp. 39-44.

Welford A.T. On the human demands of automation: Mental work conceptual model, satisfaction and training // Industrial and business psychology. - Copenhagen, 1961. - V. 5.

()

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

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

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

-
-

-

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

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.

) ,
) ,

()
()

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

. (A.M. . ., 1981), -

« » « ») (58,

() 1), (); -

. , « »; -

(,) ,

(% %).

1.

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

1.

(% , %).

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

... (... ..)

... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..
... ..

1. ... ?
2. ... ?
3. ... ?
4. ... ?
5. ... ?
6. « ... » ?
7. (... ?):
8. ... ?

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

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

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

	5
	7
1.	16
2.	26
1.	26
2.	36
3.	40
3.	49
1.	49
2.	53
3.	68
4.	70
5.	72
6.	75
7.	76
8.	80
9.	82
10. «	84
1 1.	87
12.	89
13.	92
4.	95
1.	96
2.	97
3.	103
4.	104
5.	112
6.	115
7.	117

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

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

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

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

:

AT

ETC

-10

10-

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

(...)

(,), (,).

()

-
-
-
-
-
-
-
-

?

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

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

:

061747

77.99.6.953. .169.1.99. 19.01.1999 .
05.11.2004 .

60x88/16.

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

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

E-mail: igisp@igisp.ru

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

ISBN 5-86375-059-6 ()

121099,

« , 6 « »



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

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

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

Марк Сандомирский

ISBN 5-86375-059-6



КЛАСС

независимая фирма

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

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