

**Чувство любви как инструмент психотерапии. – LAP LAMBERT Academic
Publishing/ - 2015. – 53 с.**

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

Д.Л.НИКОЛАЕВ

ЧУВСТВО ЛЮБВИ КАК ИНСТРУМЕНТ ПСИХОТЕРАПИИ

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

2015

Оглавление

Введение	2
Эмоции и чувства	4
Общение и энергия	7
Шкала чувств	10
Любовь и чувство любви	21
Любовь как инструмент на сеансе психотерапии	26
Детско-родительские отношения	33
Любовь и депрессия	37
Любовь и экзистенциальная психотерапия	42
Заключение	50
Литература	52

Введение

Клиент, пришедший на прием к психотерапевту, приносит в кабинет и свои отрицательные эмоции. Они проявляются в тоне голоса, выражении лица, жестах, позе... Но говорит он чаще всего не о них, а о поступках, о симптомах, о конфликтных ситуациях, он пытается на языке логики объяснить как же тяжело ему живется. Если на прием приходит семья, то обсуждаются взаимоотношения, противоречия, непонимание, и уж точно никто не пытается поделиться чувством любви, которое окрыляет, вдохновляет и зовет к творческим свершениям. Это чувство забыто, на повестке дня обида, злость, раздражение, но в запросе обычно фигурирует логическая формулировка проблемы, с которой столкнулась семья. А ведь все, чего хотят клиенты, это сменить недовольство, ревность, отчаяние и пр. на радость, любовь и другие счастливые переживания. И терапевту приходится прямо или косвенно работать с чувствами. Но легко ли сменить одни чувства на другие? И добиться стабильного результата?

Проще всего предложить клиенту (а многие врачи-психотерапевты так и делают) использовать уже хорошо известный химикам транквилизатор или наркотик. И настроение изменилось к лучшему! Но приятный эффект исчезнет после выведения препарата из организма. Остаются побочные эффекты, тенденция к зависимости! Надежнее было бы поменять эмоции каким-нибудь естественным, психологическим путем. Но для этого нужно хорошенько разобраться: какие вообще бывают чувства и как их целенаправленно использовать? По каким принципам они меняются, с какой амплитудой и скоростью, и можно ли повлиять на их изменение? И как их классифицировать для удобства терапевтической работы?

Жизнь человека протекает в чувствах. И даже если он привык мыслить логически, то только для того, чтобы на выходе получить те или иные эмоции. Поэтому чувства можно назвать не только объектом работы, но и критерием результата. И в этой связи хорошим подспорьем терапевту могла бы быть удобная классификация чувств (или эмоций), помогающая в практической работе. Она могла бы помочь определить ориентировочное состояние клиента в момент встречи, прогноз терапии и в дальнейшем оценить терапевтическую динамику.

По рекомендации издательства полный текст книги можно заказать в он-лайн магазине www.ljubljuknigi.ru

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ