

КОНСУЛЬТУВАННЯ В МЕЖАХ ГЕШТАЛЬТПСИХОЛОГІЇ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

У статті обґрунтовується важливість володіти основами гештальтпсихології для успішної реалізації консультативної взаємодії в її межах, а також висвітлюється прикладний аспект її застосування.

Ключові слова: гештальт, гештальтпсихологія, гештальтпсихолог, гештальт-терапія, гештальт-техніки.

Постановка проблеми. Гештальтпсихологія отримала свою назву від німецького слова *gestalt*, що означає образ, цілісна форма, структура, конфігурація (в залежності від змістового контексту застосовується те чи інше значення), оскільки основним принципом формування психіки її засновники (М. Вертгеймер, В. Кьолер, К. Коффка, К. Левін) висунули *принцип цілісності*.

Експерименти гештальтпсихологів довели, що людське сприйняття цілого не може бути зведеним до простої суми його частин, а детермінуються своєю власною організацією (М. Вертгеймер). Ось чому поняття "норма" протирічить поняттю "гештальт", в межах якого вчені високо цінують право людини бути несхожою на інших людей. У своєму сприйнятті організм вибирає те, що йому важливо або цікаво. Значуща фігура виступає на передній план, решта об'єктів створюють фон.

Гештальтпсихологічний підхід виник у західній психології (в Німеччині) на початку ХХ століття. Основним його надбанням є те, що *психічне життя людини вивчається в його цілісності*. Отже, представники цього підходу пропонували досліджувати психіку як цілісну внутрішню структуру – гештальт і доводили, що створення нових образів (нових гештальтів) є наслідком реорганізації чи перецентрації вже існуючих у психіці людини образів (гештальтів).

Гештальтпсихологи досліджували роль інсайту в формуванні образу. Поняття інсайту є невід'ємною частиною гештальтпсихології. Вперше цей термін був застосований В. Кьолером. Вчений переструктурування гештальту розглядав як процес, що відбувається миттєво і не залежить від минулого досвіду суб'єкта. Для того, щоб підкреслити миттєвий, а не тривалий у часі характер мислення, В. Кьолер дав такому моменту переструктурування назву "інсайт". Формування образу здійснювалося через особливий психічний стан ("інсайт"), який трактувався як процес одномоментної реорганізації поля сприйняття. Insight – це термін англійського походження, що означає проникливість, осяяння. До такого ж висновку про роль "інсайту" в перекоструюванні попередніх образів, дослідивши процес творчого мислення у дітей та дорослих, дійшов і М. Вертгеймер. Поняття "інсайт" стало ключовим у поясненні адаптивних форм поведінки.

У галузі психології мислення гештальтпсихологами був розроблений метод експериментального дослідження мислення, який дістав назву метод "розмірковування вголос". Теорія мислення на засадах гештальтпсихології набула свого розвитку в працях М. Вертгеймера та його учнів. Вивчаючи процеси мислення людини, дослідники зосереджувалися на перетворенні образу (нове центрування, реорганізація) на відміну від логічних операцій, алгоритмів, розмірковувань тощо.

Гештальтпсихологія здійснила вплив на психологію в різних її проявах. Так, у гештальттеорії обґрунтовано залежність процесу запам'ятовування від особливостей організації матеріалу. Якщо матеріал не має чіткої структури, то індивід прагне розбити його на елементи або об'єднати так, щоб він краще запам'ятовувався.

Представники зазначеного наукового підходу (М. Вертгеймер, К. Дункер, К. Левін, В. Кьолер) збагатили психологію такими поняттями як "проблемна ситуація", "інсайт". Дослідження К. Левіна довели, що не тільки ситуація, яка існує в теперішній момент, а й її передбачення, предмети, що існують в свідомості людини, можуть визначати її діяльність. Вчений створив теорію психологічного поля. Її суть в тому, що поведінка людини визначається балансом між потребами організму і зовнішнім середовищем.

Ідеї гештальтпсихології знайшли своє практичне втілення в гештальт-терапії. Остання є практичним методом цієї науки. Крім того вона дала перцептивну основу, на якій побудовані теорія й терапевтичний процес. У розробках практичних прийомів були використані такі поняття гештальтпсихології, як: гештальт, цілісність, поле, фігура і фон, ага-переживання, "тут і тепер". "Ага-переживання" – це такий момент самопізнання, коли людина говорить: "Ага". За Ф. Перлзом, "ага" – це те, що відбувається, коли що-небудь "замикається", потрапляючи на своє місце; кожного разу, коли завершується гештальт, звучить це "кляцання". Відомий представник цього підходу Ф. Перлз відкидав ідею поділу розуму і тіла, суб'єкта і об'єкта, людини і середовища. Вчений вважав, що душа й тіло – єдині, тобто, діючи на психіку, одночасно впливаючи і на тіло та навпаки. Принцип цілісності ним

поширювався на проблему співвідношення між психічною і фізичною дійсністю. Ідея цілісності пов'язана з розумінням індивіда як окремої частини цілого, точніше, більш широкого поля, що включає в себе й середовище. В цій єдності визначається контактна межа між індивідом і середовищем. Місце, в якому організм зустрічається з навколишнім середовищем, у гештальт-терапії називають межею контакту. У здорової людини вона рухлива, допускає і контакт з середовищем і відхід від нього. Контакт супроводжується формуванням гештальту, відхід – його завершенням. Формування і завершення гештальтів залежить від здібності особистості чітко визначити свої потреби, уміння вступити в контакт із середовищем з метою задовольнити ці потреби. Проблема людини, у якої порушена контактна межа, полягає в тому, що вона знаходиться в ситуації незавершених гештальтів (незакінчених, невідреагованих проблем). Ця ситуація змушує її жити не "тут і тепер", а орієнтуватися на минуле або: жити в світі фантазії. Головна перепона на шляху особистісного зростання – незавершеність, невідреагованість ситуації минулого. А може бути і страх порожнечі у випадку, коли людина позбавлена звичних поведінкових форм або ролей. "Тут і тепер" – принцип, який означає, що актуальне для організму завжди відбувається в теперішньому часі. Використання цього принципу дозволяє процес усвідомлення зробити більш інтенсивним. Основне завдання психології і психотерапії Ф. Перлз бачив не в тому, щоб пояснити, чому виникла та чи інша проблема, а в тому, щоб відповісти на питання, як вона переживається, який вплив здійснює. Для відчуття повноти життя людині необхідно усвідомлення не як розуміння, а "усвідомлення" як переживання сьогодення. Тому в процесі психотерапії важливим фактором є *вплив на самосвідомість*. Результатом психотерапії є *самоусвідомлення* і повне переживання емоцій та відчуттів, готовність клієнта до змін та взяття відповідальності на себе. Більшість проблем психологічного і поведінкового характеру, що виникають у житті людини, пов'язані не стільки з її минулим життям, скільки з невмінням орієнтуватися і адаптуватися в сьогоденні. Мета гештальт-терапії, як її сформулював Ф. Перлз, полягає в тому, щоб виробити у людей правильні гештальти, тобто правильне сприйняття себе, оточуючих людей, ситуацій, людських взаємин тощо.

Мета статті: теоретичний аналіз основ гештальтпсихології; розкрити можливості використання гештальтпсихологом гештальт-технік, які необхідно застосовувати в процесі консультування в її межах.

Результати теоретичного дослідження. Гештальттерапевти фокусують увагу на *усвідомленні* процесів, що відбуваються "тут і тепер". Вони розвивають у клієнта *усвідомлену відповідальність* та відновлюють його здатність до переживання своїх емоцій і відчуттів, розвиваючи також його цілісний образ у таких сферах (пентаграма С. Гінгера):

- фізичній (матеріальне благополуччя, фізичне здоров'я);
- емоційній (емоційні переживання);
- раціональній (здібності до раціонального мислення, планування, аналізу);
- соціальної (стосунки з іншими людьми);
- духовній (знання людини про саму себе).

Чим більшою мірою людина усвідомлює реальність, тим більшою мірою вона здатна відповідати за свої бажання, дії, "опиратися на себе" (за Ф. Перлзом).

Існують певні вимоги до позиції консультанта, які він має виконувати. Консультанту необхідно бути щирим, спонукаючим і активним, оскільки він постає в ролі каталізатора, співторця гештальт-особистості клієнта. Конгруентність консультанта допомагає клієнту "завершити" незакінчені справи (завершити гештальти). Консультант намагається уникати безпосереднього втручання в особисті почуття клієнта, робить спробу полегшити вияви цих почуттів. Головна мета взаємодії з клієнтом – активізація його внутрішніх особистісних резервів, вивільнення та реалізація яких веде до особистісного зростання.

Оскільки консультативна взаємодія відбувається на партнерських засадах, і учасники цієї взаємодії зацікавлені в ефективному її проведенні та результатах, то до клієнта теж висувається ряд вимог та рефлексивних очікувань.

Клієнту відводиться активна роль, основою якої є право на власне розуміння ситуації, на усвідомлення своїх дій і вчинків. Клієнт має оволодіти можливістю переключитися з раціоналізування на переживання. Таким чином, клієнту не важлива вербалізація почуттів, йому важливо мати бажання і готовність прийняти сам процес актуального переживання ситуації чи вчинку. Необхідно відчутти актуалізовані переживання та "говорити" від їх імені, а не просто інформувати про них.

Зустріч консультанта і клієнта це екзистенційна зустріч двох людей. У зв'язку з цим важливе значення має те, що кожна із особистостей виносить на межу контакту. Так, особистість консультанта, його спонтанні реакції і дії є важливими елементами терапії. При цьому консультант має право сповіщати про свої почуття, виносити на межу контакту будь-які емоції, що виникли при взаємодії з клієнтом, і саме його почуття будуть одним із базових інструментів терапії.

До розширення усвідомлення себе і навколишнього світу "тут і тепер" призводять не стільки невербальні конструкції, не з'ясування проблем, скільки подорож у глибину своїх почуттів, переживань, відчуттів тіла, внутрішніх образів. Поняття "тут і тепер" означає, що акцент робиться не на минулому (як це відбувається в класичному психоаналізі) і не на майбутньому (як в індивідуальній психології А. Адлера), а на сьогоденні, на актуальному процесі (водночас цей процес включає і минуле, і майбутнє).

В гештальт-терапії виділяють наступні невротичні механізми: опору, переривання контакту, які за своєю природою є психологічними захистами. Спочатку кожний із них служить для людини здоровим способом пристосування до навколишнього середовища, але коли вони стають звичними, стереотипними, то перетворюються в дисфункціональні, невротичні реакції. Ф. Перлз надавав великого значення контакту, як процесу, що відбувається на межі суб'єктного "Я" і середовища (зовнішнього, тілесного та психологічного). Вчені гештальтпсихологи виділяють наступні типи механізмів взаємодії: *злиття, інтроєкція, проєкція, ретрофлексія, дефлексія*.

Злиття (конфлюенція). При включенні механізму злиття клієнт перестає розмежовувати "Я" і "не – Я", він знаходиться в злитті з навколишнім світом. Такі клієнти важко відрізняють свої думки, почуття і бажання від думок, почуттів і бажань іншого. Кожна людина в своєму житті попадає в злиття, яке не є патологічним. Наприклад: мати і новонароджене дитя, закохані люди, творець і його творіння. Для клієнтів з конфлюенцією характерно при описуванні власної поведінки вживання займенника "Ми" замість "Я". Конфлюенція являє собою захисний механізм, використовуючи який клієнт відмовляється від свого істинного "Я".

Основна психотерапевтична робота консультанта з клієнтами, які знаходяться в патологічному злитті, пов'язана з побудовою особистих меж з навколишнім. У зв'язку з цим клієнт в гештальт-терапії повинен висловлюватися тільки від першої особи.

Основним напрямком роботи консультанта зі злиттям є робота з побудовою меж клієнта, диференціації, спрямованої на відділення, його індивідуацію. Клієнт має зрозуміти, що існують потреби і почуття, що належать тільки йому. Питання "Що ви зараз відчуваєте?", "Що ви хочете зараз?" можуть допомогти йому сфокусуватися на самому собі і не бути залежним від загальноприйнятих стандартів. Першим кроком клієнта є розмова про його власні потреби і бажання спочатку з консультантом, а потім з тією людиною, з якою пов'язані його очікування. Промовляючи свої потреби, клієнт може зрозуміти, що він хоче насправді. В цьому випадку в нього з'являється розуміння власної мети, він не шукає злиття з іншими. Наведемо приклади вправ, що використовувалися у практиці Ф. Перлзом.

Вправа 1. Поспостерігайте за своїми реакціями на кінофільм чи виставу. Наскільки ви ототожнюєте себе з діючими особами. З якими саме? Чи не з ними, як вам здається, було важко ототожнити себе?

Вправа 2. Згадайте, по відношенню до кого ви відчуваєте провину чи образу. Викликали б подібні дії ті ж почуття, якби вони належали комусь іншому? Тепер згадайте свої стосунки з цією людиною в цілому. Якою мірою ви сприймаєте як само собою зрозуміле те, що, можливо цією людиною зовсім не сприймається як само собою розуміюче. Тоді, замість того, щоб мучити себе почуттями провини чи образи, пошукайте шляхи розширення області контакту.

Інтроєкція. Безоцінне прийняття чужих почуттів, установок, думок називають інтроєкцією. Найбільш ранніми інтроєктами є батьківські повчання, які засвоюються дитиною без критичного усвідомлення. При інтроєкції клієнт засвоює почуття, погляди, переконання, оцінки, норми, зразки поведінки інших людей, які вступають у протиріччя з власним досвідом, не асимілюються його особистістю. Цей неасимільований досвід – інтроєкт – є чужою для клієнта частиною його особистості.

Є життєві ситуації, в яких інтроєкція може бути адаптивною формою поведінки. Наприклад, маленькій дитині необхідно засвоїти, що не можна розмовляти з незнайомими дорослими людьми на вулиці.

Тенденція привласнювати собі переконання, способи мислення і вчинки інших людей без критики призводить до того, що клієнтові не вдається сформувати свою власну особистість. З часом стає дуже важко розрізнити інтроєкт і свої власні переконання.

Робота з інтроєкцією, перш за все, спрямована на усвідомлення власних бажань, відокремлення їх від очікувань, бажань і почуттів інших людей. Наведемо приклад роботи консультанта з інтроєкцією.

Техніка "порожнього стільця". "Порожній стілець" використовується для декількох цілей. На ньому може бути значуща для клієнта людина, з якою він веде діалог. В іншому випадку "порожній стілець" може бути використаний для діалогу різних частин особистості. Експериментальну гру, пов'язану з діалогом частин особистості, консультант пропонує тоді, коли у клієнта є амбівалентні установки, які вступають у протиріччя між собою, породжуючи внутрішньо-особистісний конфлікт. Техніка "порожнього стільця" використовується як для інтеграції "частин" особистості, так і для дисоціації з інтроєктами. Наприклад: клієнтка – викладач вузу, сповістила про те, що відчуває подвійні почуття до своєї роботи: з одного боку, їй подобається спілкуватися зі студентами, читати лекції, а з іншого боку, робота викликає в неї напруження і незадоволеність. Консультант пропонує клієнтці помістити на одному стільці ту частину особистості, яка любить свою роботу, а на іншому стільці – ту, яка обтяжується роботою. Клієнтка (на лівому стільці) впевнено говорить, що любить свою роботу, їй приємно, що вона може зацікавити інших, від чого чуває себе розумною, ерудованою. Клієнтка (на правому стільці), звертаючись до протилежної частини: Яка з тебе ерудитка? Що ти взагалі можеш? Говорити всі вмійть! У тебе нічого не вийде!

Консультант: Хто так говорить у Вашому реальному житті?

Клієнтка (плаче): Це мій батько. Він ніколи не вірив у мене.

Пересідаючи з одного стільця на інший та ідентифікуючись з різними частинами своєї особистості, клієнтка вела діалог від їх імені. Діалог буде продовжуватись до того часу, поки не відбудеться інтеграція, яка виявиться у відчутті внутрішньої узгодженості й цілісності, що надасть клієнтці сил керувати своїм життям у подальшому.

Проекція протилежна інтроєкції. Як правило ці два механізми доповнюють один одного. Межа між власним "Я" клієнта і середовищем зміщується у бік середовища. Проекція – це тенденція переносити власні помилки і відповідальність за те, що відбувається всередині "Я", на інших, на навколишнє середовище. Наприклад, клієнт може ображатися, гніватися на консультанта, реагуючи на нього не як на людину, а як на спроектовані на нього власні почуття. При проекції людина відчужує властиві їй якості, оскільки вони не відповідають її "Я-концепції". Утворені в результаті проекції діри, заповнюються інтроєктами. Так, невпевненій у собі людині здається, що всі помічають її помилки.

При роботі з проекціями основне завдання полягає в тому, щоб повернути людині почуття, думки, перенесені на консультанта чи на інших людей. Наводимо приклад роботи консультанта з проекцією.

Техніка проходження по колу застосовується в груповій психотерапії, коли член групи в грі-експериментуванні просить конкретних учасників групи або всю групу висловитися про нього. Інший варіант – сам член групи, йдучи по колу, висловлює власні почуття учасникам групи. Відомий прийом з роботи Ф. Перлза, коли він запропонував студенту, який відчував страх, виступити перед великою аудиторією, пройти по аудиторії і подивитися в очі кожній людині. Після цієї процедури тривожність помітно знизилась. Техніка проходження по колу особливо ефективна в консультативній роботі з механізмом проекції.

Ретрофлексія – поворот на себе ("звернення назад на себе") – спостерігається в тих випадках, коли які-небудь потреби не можуть бути задоволені із-за блокування соціальним середовищем, і тоді енергія, призначена для маніпулювання у зовнішньому середовищі, спрямовується на самого себе. Такими незадоволеними потребами або незавершеними гештальтами часто є агресивні почуття.

При ретрофлексії межа між особистістю і середовищем зміщується в бік особистості. Всі зусилля таких клієнтів спрямовані не на боротьбу із зовнішніми труднощами, а на самоосуд, самозвинувачування. Клієнт виходить на контакт з навколишнім середовищем, але потім повертає сам собі те, що було спрямовано назовні. Емоції, реакції, дії, які адресувалися іншим людям, змінюють напрямок і повертаються до суб'єкта. Наприклад, клієнт б'є себе кулаком по коліну, коли гнівається. Ретрофлексія виникає також тоді, коли клієнт не може відреагувати зовні на ті емоції, що в нього накопичилися. Так, дитина, яку образили батьки, не може проти них проявити свій гнів, вона придушує його. Але енергія гніву не зникає, вона тільки змінює свою спрямованість, перетворюється в аутоагресію, а потім і у почуття провини. Вищою формою ретрофлексії є самогубство, коли людина вбиває себе, замість того, щоб помститися людям, які змусили її страждати. Вважається, що багато психосоматичних хвороб є результатом ретрофлексії.

Наведемо приклади вправ, що використовувались у практиці Ф. Перлзом:

Вправа 1. Спробуйте дійсно зрозуміти, що запитуючи себе "про щось", ви задаєте ретрофлексивне питання. Ви не знаєте відповіді, бо в протилежному випадку ви не задавали б питання. Хто у вашому оточенні знає, або повинен був би знати? Якщо ви можете визначити хто це, то чи можете ви відчутти, що хотіли б задати своє питання не собі, а йому (їй)? Що утримує вас від цього? Соромливість, страх відмови, небажання виявити своє нещасття?

Вправа 2. Розгляньте самоосуд, ви знайдете тут неістинне почуття провини, а лише удаване почування себе винним. Спрямуйте докір тому, кому він реально адресований. Кого ви хочете докорити? Кого ви хочете змінити? У кого ви хочете викликати почуття провини, вдаючи, що відчуваєте його самі?

Приклад роботи з ретрофлексією. На сеансі групової терапії жінка поскаржилась на те, що вона погана мати, господиня, дружина. Керівник запропонував їй вибрати із групи присутніх тих, хто міг би зіграти ролі її чоловіка і двох дітей. Жінка повідомила учасникам групи типові для її членів сім'ї висловлювання, що стосувалися її. "Члени сім'ї" за проханням керівника підійшли до неї і, підсиливши інтонацію, промовляли: "Допоможи мені!", "Що сьогодні на вечерю?", "Послухай мене!", то жінка промовила, плачучи: "Залиште мене в спокої". В цьому випадку гнів, спрямований на "членів сім'ї", які весь час від неї щось вимагали, був ретрофлексований і перетворився в почуття провини.

Психотерапія ретрофлексії пов'язана з поверненням до істинної емоції. Консультант, працюючи з почуттям провини клієнта, допомагає йому виразити це почуття, потім допомагає відновити агресивний компонент почуття, після чого у клієнта виникає аутоагресія, а вже потім розвертають напрямок агресії, які стають гетероагресією. Це непростий і довготривалий процес.

Дефлексія. Під дефлексією розуміють ухилення від реального контакту, коли зберігаються тільки зовнішні атрибути взаємодії при відсутності внутрішнього змісту. Цей механізм застосовується клієнтом для зняття емоційної напруги. Звичайною формою дефлексії стають: світські розмови, надмірна балакучість, ритуальна поведінка, втеча від прямого погляду в очі співрозмовника, тенденція до зглажування

конфліктних ситуацій. Клієнт, для якого характерна дефлексія, уникає безпосереднього контакту з іншими людьми, проблемами і ситуаціями. Крайній вияв відходу від контакту із середовищем – ізоляція.

Психотерапія дефлексії спрямована на стимулювання спонтанних проявів клієнта, виявлення відходу від контакту. Наприклад, можна застосувати таку вправу. Вправа "Рибки-актинії". Група поділяється на дві підгрупи – одна грає рибок, інша – актинії. Рибки можуть плавати між актиніями. А ті можуть хапати або не хапати рибок, утримувати (як завгодно довго) або відпустити рибок, захоплювати ще. Рибка може вириватися або залишатися. При цьому актинії не сходять зі свого місця. Дія триває декілька хвилин. Після цього актинії і рибки міняються ролями.

Обговорення: ким бути легше – актинією чи рибкою, чи хотілося хапати і утримувати, чи хотілося бути схопленим і утриманим, хто залишився не захопленим, хто нікого не захопив.

Висновки. Працюючи з вище зазначеними техніками, консультант покладається на важливий принцип – відповідальність за зміни лежить на клієнті, а консультант допомагає йому *розширити зону усвідомлення власних переживань*, використовуючи активні інтервенції, фрустрації, експериментування.

Багатоманітні техніки гештальт-терапії в процесі психоконсультування спрямовані на психологічну підтримку особистості, на формування здатності жити сьогоденням, а не минулими чи майбутніми проблемами.

Більше того гештальт-техніки та прийоми можуть бути з успіхом використані консультантом у ситуації довгострокової терапії, хоча і в ситуації короткочасного консультування вони є незамінною підтримкою для спеціаліста, який володіє відповідними знаннями; вони також дозволяють продуктивно надати допомогу в межах кризового психологічного консультування.

Використані джерела

1. Основи гештальттерапії / Упоряд. О.Марінушкіна, Н. Турбавець, О. Главник. – К. : Главник, 2006. – 128 с.
2. Перлз Ф. Опытты психологии самосознания: Практикум по гештальттерапии / Ф. Перлз. – М. : Гиль-Эстель, 1993. – 238.
3. Роджерс К. Консультирование и психотерапия: Новейшие подходы в области практической работы: Монография / К. Роджерс. – Пер. с англ. – М. : ЭКСМО-ПРЕСС, 2000. – 464 с.
4. Рось Л.М. Особливості консультування в межах гештальтпсихології / Л. М. Рось // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. – Том 2. – Вип. 82. – Чернігів: ЧДПУ, 2010. – С. 171-174.

Ros' L.M.

COUNSELING USING GESTALT PSYCHOLOGY: THEORY AND PRACTICE

The article deals with the importance of Gestalt psychology in different branches of psychology such as perception, memory, thinking, etc. The ideas of Gestalt psychology were practically implemented in Gestalt therapy, which is a practical method of this science. In addition, Gestalt psychology gave a perceptive basis on which a theory and therapeutic process were constructed. In practical methods such concepts of Gestalt psychology as gestalt, integrity, field, figure and background, aha-experience, "here and now" were used.

Gestalt psychologists focus on the knowledge of the processes which are "here and now", develop a conscious responsibility of clients.

Integrity principles apply to the problem of the relation between mental and physical reality. F. Perls rejects the separation idea of mind and body, subject and object, man and environment.

The formation and completion of gestalts depends on the personality's ability to identify clearly their needs, the ability to enter into contact with the environment to meet those needs. The problem of a person who has a broken contact boundary is that this person is in the situation of incomplete gestalts (unfinished, unedited problems).

Diverse techniques of Gestalt therapy in the process of psychological counseling focus on individual's psychological support, on the formation of ability to live in the present, not the past or future problems.

Key words: *gestalt, Gestalt psychology, gestalt psychologist, gestalt therapy, gestalt techniques.*

Стаття надійшла до редакції 30.03.2015 року