

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 8 |
| ЗАМЕТКА ПО СТИЛЮ | 10 |
| ГЛАВА 1. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ВСТРЕЧИ | 12 |
| ГЛАВА 2. ИСТОРИЯ ВСТРЕЧИ | 14 |
| 2.1 ПРЕДЫСТОРИЯ | 14 |
| 2.2 НАЧАЛО | 19 |
| 2.2.1 Групповая психотерапия | 19 |
| 2.2.2 Тренинговые группы | 20 |
| 2.2.3 Групповая динамика | 22 |
| 2.2.4 Психодрама | 23 |
| 2.2.5 Гештальт-терапия | 24 |
| 2.2.6 Методы работы с телом | 24 |
| 2.2.7 Театр и танец | 25 |
| 2.3 НЫНЕШНЕЕ СОСТОЯНИЕ | 29 |
| 2.3.1 Подготовка | 32 |
| 2.3.2 Публикации | 32 |
| 2.3.3 Литературное движение | 32 |
| ГЛАВА 3. ПРИНЦИПЫ ВСТРЕЧИ | 35 |
| 3.1 ЕДИНСТВО ОРГАНИЗМА | 35 |
| 3.2 ЧЕСТНОСТЬ | 35 |
| 3.3 ОСОЗНАНИЕ | 37 |
| 3.4 СВОБОДНЫЙ ВЫБОР | 38 |
| 3.5 ОТВЕТСТВЕННОСТЬ | 39 |
| 3.6 ЕСТЕСТВЕННОСТЬ | 41 |
| 3.7 СПОСОБ ЖИЗНИ | 41 |
| 3.8 ДРУГИЕ СИСТЕМЫ | 43 |

| | |
|--|----|
| ГЛАВА 4. ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА ВСТРЕЧИ | 45 |
| 4.1 ФИЗИЧЕСКАЯ ТРАВМА | 47 |
| 4.2 ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ТРАВМА | 48 |
| 4.3 ОГРАНИЧЕННОЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕЛА | 50 |
| 4.3.1 Упражнение Фельденкрайза | 54 |
| 4.4 ВЫРАЖЕНИЕ ЭМОЦИЙ | 57 |
| 4.4.1 Единство организма | 57 |
| 4.4.2 Двигательные аспекты | 58 |
| 4.4.3 Подавление | 59 |
| 4.5 ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЕ ЦИКЛЫ | 63 |
| 4.6 ИНТЕРПРЕТАЦИЯ ТЕЛА | 66 |
| 4.7 ИТОГ | 71 |

| | |
|--|----|
| ГЛАВА 5. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА ВСТРЕЧИ | 73 |
| 5.1 ПРИСОЕДИНЕНИЕ | 74 |
| 5.2 КОНТРОЛЬ | 80 |
| 5.3 ПРИВЯЗАННОСТЬ | 84 |
| 5.4 ТЕОРЕТИКИ ПСИХОАНАЛИЗА | 89 |
| 5.5 Я-ПРИРОДА | 90 |
| 5.6 Я-ТЫ | 92 |
| 5.7 ИТОГ | 94 |

| | |
|--|-----|
| ГЛАВА 6. ТЕОРИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ГРУППЫ | 95 |
| 6.1 ФАЗА ПРИСОЕДИНЕНИЯ | 95 |
| 6.1.1 Присоединение – Лидер | 98 |
| 6.1.2 Присоединение – Участник | 99 |
| 6.2 ФАЗА КОНТРОЛЯ | 99 |
| 6.2.1 Контроль – Лидер | 100 |

| | |
|---|-----|
| 6.2.2 <i>Контроль – Участник</i> | 100 |
| 6.3 ФАЗА ПРИВЯЗАННОСТИ | 101 |
| 6.3.1 <i>Привязанность – Лидер</i> | 102 |
| 6.3.2 <i>Привязанность – Участник</i> | 102 |
| 6.4 РАССТАВАНИЕ | 105 |
| 6.5 ИТОГ | 107 |

ГЛАВА 7. ГРУППА ВСТРЕЧ..... 108

| | |
|---|-----|
| 7.1 ПРАВИЛА ВСТРЕЧИ | 112 |
| 7.2 ЛИДЕР ГРУППЫ ВСТРЕЧ | 125 |
| 7.3 ТЕХНИКА ЛИДЕРА: СЛЕДИТЕ ЗА ЭНЕРГИЕЙ .. | 131 |

ГЛАВА 8. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ВСТРЕЧИ 154 |

ГЛАВА 9. СПОСОБЫ ПРИМЕНЕНИЯ ВСТРЕЧИ 160 |

| | |
|--|-----|
| 9.1 ПСИХОТЕРАПИЯ | 161 |
| 9.2 ПРОИЗВОДСТВО И БИЗНЕС | 163 |
| 9.3 ТЕАТР | 165 |
| 9.4 ОБРАЗОВАНИЕ | 165 |
| 9.5 РОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ И ОТНОШЕНИЯ РОДИТЕЛЬ-РЕБЕНОК | 168 |
| 9.6 РЕЛИГИЯ | 170 |
| 9.7 ОБЩЕСТВО | 172 |
| 9.8 ПОВСЕДНЕВНАЯ ЖИЗНЬ | 176 |
| 9.9 ИТОГ | 179 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ | 182 |