

ОГЛАВЛЕНИЕ

Несколько слов о книге.....	5
Предисловие редакторов.....	8
Предисловие.....	11
Выражения благодарности.....	20
Часть 1. ИССЛЕДУЯ МОМЕНТ НАСТОЯЩЕГО	
<i>Глава 1. Проблема «сейчас».....</i>	24
<i>Глава 2. Природа момента настоящего.....</i>	44
<i>Глава 3. Темпоральная архитектура момента настоящего.....</i>	61
<i>Глава 4. Момент настоящего как проживаемая история: организация момента настоящего.....</i>	74
Часть 2. КОНТЕКСТУАЛИЗАЦИЯ МОМЕНТА НАСТОЯЩЕГО	
<i>Глава 5. Интерсубъективная матрица.....</i>	92
<i>Глава 6. Интерсубъективность как основная первичная мотивационная система.....</i>	115
<i>Глава 7. ИмPLICITно узнаваемое.....</i>	130
<i>Глава 8. Роль сознания и понятие интерсубъективного сознания.....</i>	140
Часть 3. ВЗГЛЯДЫ С КЛИНИЧЕСКОЙ ПОЗИЦИИ	
<i>Глава 9. Момент настоящего и психотерапия.....</i>	152
<i>Глава 10. Процесс продвижения.....</i>	164
<i>Глава 11. Взаимопереплетение имPLICITного и экспЛИЦИТного в клинической ситуации.....</i>	203
<i>Глава 12. Прошлое и момент настоящего.....</i>	213
<i>Глава 13. Терапевтическое изменение: заключение в некоторые общие клинические следствия.....</i>	235
Глоссарий.....	245
<i>Приложение. Микроаналитическое интервью.....</i>	251
Список литературы.....	264

НЕСКОЛЬКО СЛОВ О КНИГЕ

Прошло уже более полвека с того времени, как психотерапевты гуманистического направления сфокусировали внимание практиков на переживании «здесь-и-сейчас» терапевтической встречи. Даниэль Стерн, один из немногих современных исследователей процесса психотерапии, опираясь на опыт собственных исследований межличностной коммуникации, фокусируется на анализе не¹удобных и трудно воспроизводимых моментов терапевтической встречи, благодаря которой в диалоге терапевта и клиента возникает возможность достичь той степени сораделенности опыта, которая обычно возможна лишь в тонко настроенной диадной коммуникации «мать-дети».

Опыт Даниэля Стерна уникален. Он одновременно и классик современной научной психологии, и прежде всего психологии развития, и наш современник. Он также пылкий исследователь, теоретик-экспериментатор Бостонской группы по изучению процесса изменений, и человек, хорошо знакомый с содержанием практик различных методов психотерапии.

Развивая традиции феноменологии Брентано и герменевтики Рикера, Даниэль Стерн детально рассматривает моменты переживаний, которые в своем опыте испытывал каждый практик, выходящий за пределы узких рамок концепций собственных методов в процессе совместной работы с клиентами. Он исследует те компоненты терапевтической коммуникации, которые оказывают *огромное влияние на процесс изменений*, но относятся к слабо осознаваемой области скрытого, имплицитного знания.

Понимание механизмов аффективной настройки помогает в работе с теми клиентами, у которых нарушена способность к сораделенности чувств. К ним можно отнести тех, кто страдает от чувства глубокого одиночества, предпринимает многочисленные,

но увы, неуспешные попытки построения близких взаимоотношений, страдает от затяжной депрессии, вследствие невозможности душевно достичь другого, пытается заполнить пустоту одиночества избыточной стимуляцией либо активностью.

То есть тех, у кого пользуясь формулировками Стерна, существенно искажена работа «интерсубъективной матрицы». Практикующим психотерапевтам, хорошо известными ситуации, когда процесс терапии существенно страдает из-за трудности базового доверия, нарушенной способности наших клиентов поддерживать сотрудничающий альянс, несмотря на декларативное признание согласованных с терапевтом целей.

В огромной степени, по-настоящему глубокие изменения происходят под влиянием кратковременных, но важных моментов встречи. Эти моменты часто становятся катализатором тех изменений, которые клиент реально произведет в своей жизни. Работа Даниэля Стерна с научных позиций раскрывает также суть феноменов клинической интуиции и терапевтического «присутствия» — конструкта, чрезвычайно значимого в гуманистическом направлении психотерапии.

Покадровый анализ моментов терапевтической встречи, проведенный Стерном, наглядно иллюстрирует хорошо известные теоретические постулаты Курта Левина о «прошлом, доминирующем сейчас» и «будущем предвидимом, сейчас». Стерн, подобно Левину, для объяснения психического использует физико-математический аппарат, применяя понятие фрактала для объяснения способов имплицитного знания, феномена навязчивого повторения и принципов работы интерсубъективной матрицы. Его работа позволяет по-новому рассмотреть хорошо известный парадокс психотерапии, которая базируется на принципах научного познания, но в полной мере может быть реализована только в форме авторского искусства и совместной работы клиента и терапевта.

Способность к считыванию намерений в значительной мере нарабатывается с опытом, и не может быть развита вне контакта с клиентом. Невозможно научиться искусству психотерапии исключительно с помощью руководства и стандартизированных протоколов. Именно участие интерсубъективной матрицы позволяет побудить Другого к изменениям при помощи слов. Способность

к подобному влиянию и составляет суть нашей работы. Ведь наряду с развитой системой концептуализации, терапевт развивает способность к интересубъективной чувствительности, которую на одной из учебных групп метко окрестили словом «чувствилище», которая позволяет «достучаться до сердец» своих клиентов, несмотря на нажитые «наrustы» психологических защит и когнитивных искажений).

В своей работе Стерн подробно исследует совместное проживание клиентом и терапевтом рассказа клиента о собственном опыте (психотерапевтического нарратива), его взаимосвязь со сферой регуляции наших чувств и мотиваций, работой механизмов нашей памяти и внимания. Несмотря на довольно непростой, наполненный неологизмами язык описания, довольно трудный для перевода, благодаря развитой интегративной способности, автор затрагивает те области субъективных переживаний, которые редко рассматривают взятые по отдельности теоретики психологии и практики психотерапии.

Изучение данной работы Даниэля Стерна может быть рекомендовано психотерапевтам различных направлений, специалистам по раннему развитию, когнитивной психологии, а также всем тем, кто интересуется работой человеческой психики и глубинными аспектами межличностной коммуникации.

Леонид Леонидович Третьяк

*к. м. н., психотерапевт, врач-психиатр,
руководитель секции гештальт-терапии
Российской Психотерапевтической Ассоциации,
старший тренер ВЕГИ, преподаватель
Центра гештальт-анализа*

ПРЕДИСЛОВИЕ РЕДАКТОРОВ

«Living in the present is living in the Presence.»

Sri Añima Bhagavan

Книга доктора медицины, профессора психологии Женевского университета, профессора психиатрии медицинского центра Корнельского университета, Дэниэла Стерна, «Момент настоящего в психотерапии и повседневной жизни» проливает свет на одно из трех оснований классической гештальттерапии: принцип «здесь и сейчас». Дэниэл Стерн — психоаналитик, его специальный интерес в течение многих лет был связан с наблюдениями за взаимодействием между матерями и младенцами, что вполне традиционно для психоаналитического направления. В ходе исследований, психотерапевтической практики, академических изысканий, он оказался, по сути, в центре одного из ключевых вопросов гештальттерапии — феноменологии. Его работы были представлены как одна из ключевых тем на Конференции ЕАГТ в 2001 году, а его исследовательская группа пополнилась сотрудничеством с гештальттерапевтическими исследователями, например с Маргаритой Спаньоло-Лобб.⁴

Еще одной стороной проблемы «здесь и теперь», момента настоящего, является очевидный экзистенциальный взгляд на человеческую жизнь, в том числе и в процессе психотерапии. Дэниэл Стерн пишет про момент изменения в психотерапии, который возможен через момент контакта, момент настоящего. Этот момент может возникнуть между клиентом и терапевтом во время терапевтической сессии и в какой-то степени является первичным

моментом, после которого содержание контакта, жизни, опыта клиента изменяется. В гештальттерапии этот момент описывают через работу на границе контакта, часто просто обозначают словом «контакт». В этой книге момент контакта подробно описывается и анализируется. Важно, что этот момент не может быть имитирован, сделан искусственно — подлинность, «сейчасность» контакта — его прекрасная особенность.

Эту книгу следует особо выделить даже среди первоклассных трудов в области практической психологии и психотерапии. Исключительное значение этой книги связано с тем, что идеи, концептуальная структура, основанные на реальных клинических наблюдениях и добросовестной исследовательской деятельности автора в течение нескольких десятилетий, проясняют важнейшие аспекты терапевтической деятельности.

Без преувеличения можно сказать, что новое осмысление кратковременных событий, составляющих опыт человека, определение базовых структурно-динамических событий момента настоящего открывают практикующим специалистам совершенно новые возможности понимания процесса отношений, в частности — терапевтических. Дэниэл Стерн не ставит перед собой задачи определить понятие «настоящего» вообще. Ключевым моментом этой работы является понятие «Момента настоящего», как процесса проживания опыта. Оригинальные, зачастую неоднозначные положения, требующие, как все новое, зарождающееся, новых слов, нового языка. Поэтому значительное число неологизмов, введенных автором, оправдано. Некоторую помощь окажет читателям глоссарий Дэниэла Стерна, приведенный в конце книги.

Чтобы эта книга была написана, потребовались усилия многих людей в течение нескольких десятков лет. Ее перевод занял несколько лет и потребовал усилий многих людей. Эта книга требует неспешного, вдумчивого, многократного чтения с долгими паузами. Тогда возникает вдохновляющее новое понимание, тогда появляется свежесть новой ясности. Хорошего вам чтения!

Данила Хлозов, Кирилл Кошкин, Елена Дыхне

ПРЕДИСЛОВИЕ

Большинство идей, которые легли в основу этой книги, неотступно следовали за мной в течение десятилетий: одни — с самого начала моей профессиональной карьеры, другие — с тех пор, как я себя помню.

Пожалуй, одна из самых важных тем, которая проходит через всю книгу, имеет дело с кратковременными событиями, с моментами, из которых состоит мир нашего опыта. Больше всего меня интересует, что происходит, когда эти моменты появляются в нашем восприятии (*awareness*) и разделяются двумя людьми. Подобный проживаемый опыт является ключевым моментом изменений в психотерапии и составляет важнейшие события личных взаимоотношений в повседневной жизни. Это и есть те самые моменты настоящего, вынесенные в заглавие. Важно отметить, что эта книга не ставит своей задачей объяснение феномена настоящего с обычной, клинической точки зрения: с точки зрения прошлого и в контексте установления ассоциативных связей, которые можно интерпретировать. Эта книга об *опыте*, таком, как он проживается. Это важно иметь в виду.

Я впервые заинтересовался моментом настоящего в шестидесятые-семидесятые годы, когда начал использовать видео- и кино съемку для изучения взаимодействия матери и младенца. Этот метод стал для меня подобием микроскопа, через который я наблюдал за разворачивающимся взаимодействием. Передо мной открылся удивительный мир. Я начал понимать, как много всего происходит в моменты, которые длятся всего лишь несколько секунд. Мне стало ясно, что именно из этих *моментов* строятся наши переживания. Когда я достаточно овладел некоторыми

техниками киносъёмки (такими как стоп-кадр, замедленная съёмка, повторение фрагментов), я стал иногда безо всякой системы снимать короткие отрезки терапевтических сессий в реальном времени, что позволило мне увидеть моих клиентов в совершенно ином свете. Это было в самом начале моей психотерапевтической карьеры.

Некоторые моменты работы с клиентами позволили мне увидеть новые аспекты терапевтического процесса, отличные от тех, которым я был обучен. Отрывок записки одной из моих встреч с клиентом в 1969 году служит этому иллюстрацией.

Она входит в мой офис и садится на стул. Она плюхается на стул с большой высоты. Мягкое сиденье стула быстро сдувается, затем проходит еще пять секунд, за время которых оно принимает необходимую форму. Она явно ждет этого, но прямо перед тем, как сиденье выпускает свой последний вздох, она кладет ногу на ногу и перемещает вес на другое бедро. Сиденье опять сдувается и принимает новую форму. Мы ждем, пока это произойдет. Вернее, она ждет, прислушиваясь к звукам и своим ощущениям. Я был готов начать сеанс, когда она вошла, но теперь я тоже жду. Невозможно предсказать, сколько пройдет времени, пока на сиденье не выйдет весь воздух. Кажется, всё замерло в ожидании этого. Сознает ли она, что ждет, или просто тянет время? Всё вокруг ждет, когда она будет готова. Пока не кончится ожидание, я не могу пошевелиться. Мне даже хочется задержать дыхание, чтобы это, наконец, произошло, чтобы безошибочно почувствовать момент полной остановки движения, когда можно будет начать сеанс. Когда я, наконец-то, чувствую, что ее тело замерло, звук выходящего воздуха затих и всё успокоилось, я, в ожидании начала сеанса, начинаю дышать свободнее и хочу устроиться поудобнее в кресле. Но она по-прежнему прислушивается к затихающим звукам и не совсем готова. От этого я снова замираю, едва начав двигаться. Я чувствую себя, как будто проиграл игру в «замри-отомри». Это нелепо. И я чувствую нарастающее раздражение от того, что кто-то контролирует и координирует мои движения. Позволить ли мне этому продолжаться? Заговорить

ли об этом? При этом она даже не подозревает, что всеми этими действиями мы не только разыграли основную тему нашего сеанса, но и одну из наиболее важных тем всей ее жизни.

Если бы эта сессия произошла до того, как я столкнулся с *микро-моментным* (micro-momentary) миром имплицитных событий, эти детали никогда бы не привлекли моего внимания. Я просто упустил бы все это из виду и ждал, пока она не заговорит.

Опыт, подобный этому, с течением времени позволил мне создать *микро-аналитическое интервью*, способ, позволяющий приблизиться к проживаемому субъективному опыту на микро-моментном уровне. Не вызывает сомнения, что всецело проживать субъективный опыт и одновременно о нем говорить невозможно. Но это не остановило меня от размышлений о нем и попыток еще больше приблизиться к нему.

Эта книга о субъективном опыте¹ (*experience*), — особенно об опыте, приводящем к изменениям. Каким образом это происходит? Из чего состоит такой опыт? Когда это происходит? Природа опыта — это необъятная тема. В этой книге речь пойдет лишь о небольшой ее области, а именно, об опыте, приводящем к изменениям в психотерапии и в повседневной жизни.

Основное предположение состоит в том, что изменения основаны на проживаемом опыте. Для того чтобы произошло изменение, одного лишь вербального понимания, объяснения или рассказа о чем-либо недостаточно. Для этого необходим подлинный опыт, субъективно проживаемое событие. Событие должно быть *прожито*; чувства и действия должны развиваться в реальном времени, в реальном мире, с реальными людьми, в *момент подлинности* (*moment of presentness*²). Вот два простых примера проживаемого опыта: смотреть в глаза тому, кто смотрит в глаза вам; глубоко вздохнуть, разговаривая с кем-либо. Оба примера являются действиями, насыщенными чувством.

¹ Здесь Опыт — накопление знания или навыка, который следует из прямого участия в событиях или действиях. (*Прим. ред.*)

² Один из неологизмов Д. Стерна.

Идея подлинности является ключевой. Интересующий меня момент настоящего — это текущий момент субъективного опыта, в отличие от того, во что он преобразуется потом с помощью слов. Момент настоящего является процессуальной составляющей опыта, наиболее нас интересующего. Исследование и понимание момента настоящего это первый шаг к пониманию опыта. Этому исследованию и посвящена моя книга. Целью нашего совместного путешествия по ее страницам является изменение ваших взглядов на то, что происходит на психотерапевтической сессии, а это, в свою очередь, приведет к изменениям в вашей практике и подходе к терапии.

Для вашей подготовки к вышеупомянутому исследованию может оказаться полезным проследить за последовательностью изменений рабочих вариантов названия этой книги, которые я делал по мере ее написания. Существующие названия отражают идеи, являющиеся фокусом каждого конкретного периода работы над ней. Взятые вместе, варианты названий раскрывают совокупность идей, на которых основана книга. Несмотря на то, что эта книга в некоторой степени представляет собой изложение идей, над которыми я работал в течение многих лет, а также большого числа новых идей, она, прежде всего, является результатом их переосмысления. По мере углубления этой интеграции один рабочий вариант названия книги сменялся другим.

Работая с микромиром момента настоящего, мне сначала пришло в голову название «Мир в Крупице Песка» из стихотворения Уильяма Блейка. Помимо его поэтичности, оно передавало размеры микромира, раскрывающегося в результате микроанализа, и одновременно привлекало внимание к тому, что панораму прошлого и настоящего человека, как правило, легче всего увидеть по незначительных поступках и психических актах (*mental acts*), из которых состоит этот микромир. Не менее важно было и то, что взгляд на мир в этом масштабе дает возможность совершенно иного видения, что, в свою очередь, изменяет базовые (исходные) представления о происходящем.

Проживаемый микромир всегда воспринимается и лишь иногда проникает в сознание (вербализуемое восприятие). Здесь мы

в основном имеем дело с *«имплицитно узнаваемым»* (implicit knowing), а не с эксплицитным, вербализованным знанием. По мере того, как важность имплицитного мира становилась все более очевидной для меня, мне пришло в голову название «Темная Сторона Лупы», отражающее природу *«имплицитно узнаваемого»*.

Было также необходимо уделить должное внимание временному аспекту момента настоящего (*мира в крупице песка*). О чем сможет нам рассказать временная архитектура момента настоящего? Каким образом можно говорить о *«подлинности феноменологического опыта»*? Ведь, по сути дела, *«подлинность»* проживаемого опыта является центральным понятием. Эта проблема заставила меня отправиться в длительное путешествие, на учебу в царство *«феноменологической философии»*, которая сначала показалась мне новой и совершенно незнакомой. Именно здесь я обнаружил тайный, но вместе с тем совершенно явный, факт: мы психологически и сознательно живем только в настоящем. Больше всего меня заинтересовал такой вопрос: Почему клиническая психология не использует непосредственно *«проживаемый»* опыт в *«настоящем как отправную точку»* (С недавнего времени это стали делать терапевты.) Это, конечно, было радикальным уходом от взглядов, которых исторически придерживались многие направления психологии, уделявшие большое внимание прошлому и оказываемому им влиянию. Это также подразумевает, что именно сознание, а не бессознательное, является самой Большой загадкой, — и это было еще одним решительным шагом в другом направлении (возможном только благодаря колоссальной работе, сделанной в области исследования бессознательного).

В свете этого возникло следующее рабочее название книги: «Феноменологический взгляд на психотерапевтический опыт». Однако феноменология была лишь в удобным и необходимым подходом к некоторым проблемам. Она не являлась основной темой моей книги.

¹ Здесь и далее в книге *implicit knowing* — имплицитно узнаваемое: невербальное, несимволическое и не-осознаваемое поле знаний и представлений, в отличие от *knowledge* — вербализованное знание. См. глоссарий. (Прим. ред.)

Другой интересной особенностью момента настоящего была роль, которую он мог бы сыграть в психологии. Он должен был делить на части и вносить некий смысл в момент, по мере его протекания, а не после его окончания. Момент настоящего должен склоняться к следующему действию. В связи с этим, следующим рабочим названием книги стало «*kaïros*» – греческое слово, обозначающее *благоприятный момент* или *момент возникновения* (когда нечто проявляется в бытие). *Kaïros* одновременно является как субъективной, так и психологической единицей времени. Момент настоящего, несомненно, должен обладать определенными свойствами *kaïros*, так как он должен придавать смысл тому, что случилось в прошлом, тому, что происходит сейчас, и тому, как действовать на его основе. Момент настоящего требует полностью охватывания, разворачивающихся событий. Это подтверждает необходимость исследования временной архитектуры момента настоящего и понимания того, что он составляет короткую, эмоционально насыщенную, «проживаемую историю». «*Kaïros*» как название для книги привлекло меня также и потому, что оно подразумевает встречу в некоторой точке времени несвязанных и независимых элементов, приводящую к возникновению специфических моментов. Именно это было обнаружено Boston Change Process Study Group (BCPSG) при исследовании клинического процесса, в котором мы искали моменты, приводящие к терапевтическому изменению. Однако с названием «*kaïros*» была определенная проблема, заключающаяся в том, что это слово обычно ассоциируется с «*психологией одного человека*» (*one-person psychology*). А работая в составе BCPSG, я обнаружил, что клинический материал является совместно создаваемым, – иначе говоря, здесь мы имеем дело с «*психологией двух людей*» (*two-person psychology*).

Это привело к появлению следующего названия книги – «Момент Встречи». В нашей совместной клинической работе интерсубъективность (т.е. «считывание» мыслей, чувств и намерений другого человека) начала играть все более важную роль. Интерсубъективные мотивы казались нам хорошим объяснением *потoku малых движений* (*flow of small moves*) и *моментам, создаваемым партнерами на протяжении сессии*. Название «Момент Встречи» также отражало особенности сотрудничества

и расширения интересубъективного поля, служащего основным контекстом для возникновения других терапевтических изменений в ходе лечения. По мере того, как я изучал все возрастающую важность интересубъективности в терапии и в интимном, хорошо согласованном групповом опыте, стало ясно, что интересубъективность это не только *полезный* интерпсихический процесс, но также то, что он сам по себе составляет важнейшую мотивационную систему, необходимую для выживания человека, — «средни привязанности и сексу». Предположения о том, что интересубъективность может занимать подобный статус, не могут быть до конца исследованы без написания еще одной книги.

Размышления об интересубъективности как матрице психологии диады натолкнули меня на представление о возможно новой форме сознания — «интерсубъективного сознания» — особой форме рефлексии, возникающей, когда мы осознаем содержание нашего ума посредством того, что оно немедленно отражается нам обратно от разума другого человека.

Название «Момент Встречи» имело еще одно огромное преимущество. Оно объединило момент настоящего, понятие «кайрос», интересубъективность и сотворчество в терапевтическом процессе. Кроме того, поскольку это событие, которое разворачивается в настоящем, стало очевидно, что в этот момент между партнерами должно происходить, а также ими соразделяться, нечто аффективное, для того чтобы происходили изменения в имплицитно ощущаемом интересубъективном поле. Именно эмоционально проживаемой историей обмениваются в момент Встречи. *Этот обмен происходит на физическом, эмоциональном и имплицитном уровнях. Для развития концепции «соразделяемо проживаемой истории» (shared lived story), возникла необходимость введения понятий «витальные аффекты» и «путешествие в сфере соразделяемых чувств» (shared feeling voyage), с которыми мы познакомимся позже. Эти моменты были необходимы мне, чтобы достичь определенного качества сознания, которое способствовало успешной терапии. В таких ситуациях возникало *интерсубъективное сознание*, сопровождающее путешествие в сфере соразделяемых чувств.*

В конечном счете, *момент встречи* это всего лишь особый вид *момента настоящего*. Поэтому я остановился на названии

«Момент настоящего в психотерапии и повседневной жизни». Это название приходило на ум всякий раз, когда я отказывался от очередного рабочего названия. Это наиболее емкое название, включающее в себя все предыдущие, и позволяющее наилучшим образом объединить все разнообразие вышеупомянутых идей, включая роль времени и *подлинности*. Помимо этого, оно точно отражает микроаналитический и феноменологический подходы, на которых основана эта книга. Возможно, что особый взгляд, от которого не ускользает ни одна деталь, и является наиболее уникальной чертой приведенных в ней описаний. Феноменологическая реальность момента Настоящего улавливает это. *

Этапы эволюции идей, легших в основу этой книги, нашли свое отражение в плане, на основании которого она написана. Каждая глава — это попытка найти надлежащее место некоторому важному аспекту момента настоящего, — некоторой составляющей опыта, могущей привести к терапевтическим изменениям. *

Вот этот план.

Первая часть книги посвящена исследованию момента настоящего. В первой главе рассматривается проблема «сейчас». Ведь именно в *сейчас* происходит момент настоящего. Вторая глава посвящена природе момента настоящего. В третьей главе рассматривается временная архитектура момента настоящего. В четвертой главе обсуждается его организация. *

Во второй части книги момент настоящего осмысливается с помощью некоторых основных понятий, необходимых для того, чтобы поместить момент настоящего в терапевтический процесс. В этой связи рассматриваются три основных понятия: интересубъективность, имплицитное знание и сознание.

Два (или более) *разума* способны взаимопроникать друг в друга и разделять относительно похожий опыт. Им свойственна способность к интересубъективности (особенно между пациентом и терапевтом). Моменты настоящего наиболее интересны, когда разумы встречаются. В пятой главе описывается всепроникающая интересубъективность, в атмосфере которой протекает и терапия, и социальная жизнь. В шестой главе приводятся доводы в пользу адаптивного значения интересубъективности и для эволюции, и для психотерапии.

Большая часть постигаемого в момент настоящего относится к области имплицитного знания. В связи с этим, в седьмой главе данному виду знания уделяется пристальное внимание.

И, наконец, для понимания того, каким образом становится возможно запоминание, рефлексия, вербализация и нарративный пересказ опыта, происходящего в «сейчас», необходимо определить место момента настоящего в сфере сознания. Этой теме посвящена восьмая глава.

Третья часть книги рассматривает момент настоящего в клинических ситуациях. Девятая глава посвящена функционированию момента настоящего в клинических условиях. Десятая — по моментному исследованию событий, происходящих в ходе сессии. В ней обсуждаются непредсказуемость и «небрежность» терапевтического процесса, а также возникающие из них наиболее важные эмерджентные свойства: *момент сейчас* и *момент встречи*. Это требует подробного описания того, что происходит на локальном уровне, микроуровне момента настоящего. Все это является основными элементами течения сессии. Одиннадцатая глава рассматривает взаимопереплетения имплицитного и эксплицитного. Значительная часть того, что происходит на психотерапевтическом сеансе, включая интерпретации, выражается вербально. В данном контексте исследуется взаимное влияние имплицитного и эксплицитного. В двенадцатой главе обсуждается момент прошлого и момент настоящего. Здесь разбирается влияние прошлого на момент настоящего, а также обсуждается необходимость одновременно охватывать прошлое наряду с настоящим, так как это является основой психодинамического мышления. Здесь также рассматривается то, как это может быть достигнуто. И, наконец, тринадцатая глава обобщает роль момента настоящего в структуре психотерапевтического изменения и его последствий для клинической практики.

«Я начну с проблемы «сейчас», — это будет первым шагом в исследовании момента настоящего, нашего «микроскопа», при помощи которого можно наблюдать за тем, как происходит изменение. ,