

О взаимосвязи психодиагностики и психотерапии в системе психологического консультирования

Д.В.Сочивко

Оказание психологической помощи в системе психологического консультирования может принимать самые разные формы, от простого психодиагностического обследования с комментированием результатов до применения самых изощренных современных форм психотерапии. Комплексный подход к психологическому консультированию всегда предполагал совместное использование методов психодиагностики и психокоррекции с последующим возможным применением методов современной психотерапии. Однако на практике это всегда оставалось хорошим лозунгом и крайне редко исполнялось, и трудно сказать, что в тех случаях дисциплинированного подхода к психологической работе, которые иногда встречались как-то оценивалась бы эффективность такого усложнения.

Каковы же реальные отношения психодиагностики и психотерапии и возможно ли их взаимопольное единовременное применение. Если обратиться к практике, то можно видеть, что современными специалистами часто используются в процессе психотерапии проективные методы психодиагностики. Так, например, рисуночный метод даже лег в основу нового направления гештальт-терапии – арт-терапии, когда рисунки сотворяются и анализируются клиентами в едином процессе оказания психологической помощи. Реже, но все же используются опросные методы. Так, например, нами в другой работе была представлена система психодинамического тренинга, основанная на построении, анализе опросного теста непосредственно в процессе групповых занятий¹.

Тем не менее, нам не встречалось каких-то систематизированных положений о целях, задачах и каких-то правилах использования

¹ Д.В.Сочивко Психодинамика. 2007. МПСИ. М. 2007.

психодиагностики в групповой и индивидуальной психотерапии. Известно также, что практически не наблюдалось случаев использования диагностических методов в процессе работы классиками психотерапевтического направления оказания психологической помощи, начиная с Фрейда, Перлза и заканчивая современными представителями, такими как Гриндар и Бендлер. Такого же подхода придерживаются и большинство практикующих психотерапевтов в России. Из чего следует сделать первый практический вывод о необязательности применения диагностических методов в психотерапевтической работе. Это усложняет задачу нашего анализа, т.к. теперь вопрос состоит в том, что доказать целесообразность и полезность использования психодиагностики до или в процессе психотерапии. В пользу этого тезиса пока можно сказать только то, что классики психотерапии, очевидно, не вовсе отказывались от анализа личности клиента, но, имея огромный опыт и талант работы, делали это не акцентируя на этом его внимания, посредством внимательного и во многом специального наблюдения, приемы которого, кстати, детально многими из них описаны. З.Фрейд, кроме того, использовал ассоциативный анализ бессознательного, что уже близко к целенаправленной диагностике личности. С этой точки зрения использование стандартизованных методов диагностики личности можно порекомендовать начинающим психологам, приступающим к оказанию психологической помощи. Однако, самим это следует делать весьма осторожно, чтобы не создать у клиента ложных предубеждений о целях дальнейшей работы, т.к. что лучше пользоваться имеющимися психодиагностическими данными, полученными кем-то другим. Может ли это быть полезным в действительности. Из нашей практики могу привести пример того, что может помочь в каких-то даже достаточно сложных ситуациях. Так, в местах лишения свободы мне пришлось однажды иметь дело с психогенной, невротической чесоткой у осужденного (медицинское обследование на отсутствие клещей и других органических причин он прошел и неоднократно). Оказать ему

психотерапевтическую помощь не удавалось до тех пор, пока я не взглянул на результаты его недавнего планового тестирования по цветовому тесту Люшера. Меня поразило насколько энергичным и внутренне переполненным потребностью активной деятельности был этот человек по результатам теста по сравнению с его астеническим внешним видом. Некоторая коррекция психотерапевтического воздействия помогла вскоре получить положительный результат.

Продолжив заниматься этим вопросом уже с теоретических позиций, нам удалось установить, что не только анализ результатов тестирования, но и собственно теоретический анализ возможного тестового поведения клиента позволяет существенно обогатить психотерапевтическую теорию и практику.

Из чего следует, что использование психодиагностики в процессе психотерапии должно носить теоретически обоснованный характер, и это глубокое теоретическое обоснование делается самим психологом каждый раз и в первую очередь для самого себя. Такая работа в последствии может привести к обобщению теории психотерапии, которая на данный момент как единая концепция не существует. Мы могли бы привести здесь два примера из своей практики, первый это уже упоминавшаяся психодинамическая диагностика, которая выстраивается непосредственно в процессе тренинга, и второй переосмысление с психотерапевтических позиций цветового поведения личности, точнее ее поведение в сфере цветопредпочтений (по тесту Люшера). Очевидно, что таким образом мы предлагаем два подхода ко взаимодополняющему применению психодиагностики и психотерапии, а именно, первый – строить адекватные стандартные для всех опросные или прожективные методы непосредственно в процессе оказания психологической помощи, и второй – проводить предварительный теоретический анализ концептуальной структуры стандартного теста с точки зрения его возможности использования в процессе психотерапии.

Размеры статьи не позволяют нам привести сразу два примера, поэтому ограничимся теоретическим анализом теста Люшера с позиций современной

гештальт-терапии, центральным теоретическим понятием которой является «Цикл контакта». Для нас важно то, что циклов контакта существует около семидесяти, и разные специалисты используют разные. Также многие рекомендуют психотерапевту построить свой, наиболее адекватный его стилю работы.

Впервые термин цикл контакта был опубликован П.Гудманом совместно с Ф.Перлзом и Р.Хэффелейном, хотя считается, что в большей степени авторство принадлежит Полу Гудману. Цикл контакта, или цикл опыта, или цикл удовлетворения потребности — это описание процесса контакта человека с внешней или внутренней средой, в зависимости от того, как и где опредмечена текущая потребность. Особо подчеркивается *повторяемость*, периодичность всего процесса, который разделяется на фазы смены фигуры и фона.² Приведем описание «гудмановского» цикла контакта, как оно представлено в учебнике по гештальт-терапии Н.М.Лебедевой и Н.Ивановой:

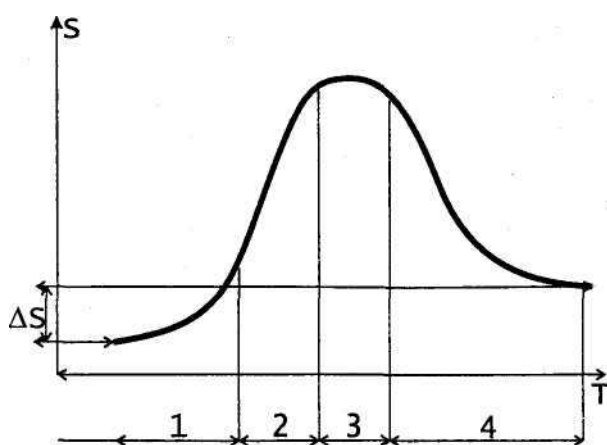


Рис. 1. Цикл контакта

«1. Преkontakt

Фигурой являются все более явные сигналы восприятия, сообщающие о пробуждении потребности: это могут быть *ощущения, идущие изнутри организма (здесь и далее курсив наш – Д.С.)* и переживаемые как своего рода «ГОЛОД», или *восприятие чего-то во внешней среде, что пробуждает*

² Лебедева Н.М. Иванова Е.А. Путешествие в гештальт. СПб. Речь. 2005

потребность. Остальные телесные переживания и сигналы внешнего мира являются фоном (так, голодный человек обратит внимание на продукты в авоське, а не на фигуру женщины, и не на свои познания в области этикета). *Это восприятие ситуации «как она есть», с заложенными в ней возможностями*. В ходе преконтакта возникает известное возбуждение, необходимое для построения ясного гештальта — фигуры потребности.

2. Контактинг

С момента осознания потребности место фигуры начинают завоевывать «возможности» ее удовлетворить: те одушевленные или неодушевленные объекты, которые привлекают внимание. *На этом этапе личности придется проделать работу:*

- Сориентироваться во внешнем мире, чтобы определить надлежащий, «перспективный» в плане удовлетворения потребностей объект, а для этого надо ясно рассмотреть «поле» — внешний мир и свои собственные ресурсы.

- Выбрать из возможностей наилучшую и отказаться от других.

Совершить ряд действий, чтобы приблизиться (не только в физическом смысле) к избранному объекту, иногда преодолевая множество препятствий; если потребность в «удалении» новизны, например опасной, то действия приобретают характер дистанцирования или бегства. Нередко действия должны включать добрую толику агрессии, поскольку объект может вовсе не стремиться удовлетворять данную потребность личности.

Именно в этом месте первую скрипку начинают исполнять эмоции, позволяющие осуществить выбор. По ходу выбора вариантов *тело и потребность уходят в фон*: внимание захвачено событиями внешнего мира.

3. Финальный контакт. Желанный объект достигнут; фигурой внимания становится собственно взаимодействие субъекта и объекта. Все, кроме «Я и Ты», уходит в фон. Граница между ними растворяется, и в спонтанном единении ощущений, чувств, мыслей и движения происходит, собственно, реализация потребности. В данный момент, когда субъекту приходится отпустить всякую произвольность и контроль, чтобы граница между ним и

объектом могла раствориться, часто бывает затруднительно дифференцировать фигуру и фон.

4. Постконтакт

В качестве фигуры снова выплывает «Я» — те ощущения, переживания, которые свидетельствуют, что потребность удовлетворена, и мысли по этому поводу. Гештальт завершается. Человек ассимилирует — присваивает и переваривает — новизну, а также опыт, связанный с ее достижением. Фигуры окружающего мира и сама потребность становятся фоном.» (там же)

Если наложить описанный цикл контакта на течение субъективного времени³, представив его не линейной, физической, а спиралевидной, психологической структурой, где прошлое, сначала захватывает будущее, а потом совместно с ним формирует психологическое настоящее, которое, как нам представляется, и есть гештальт.

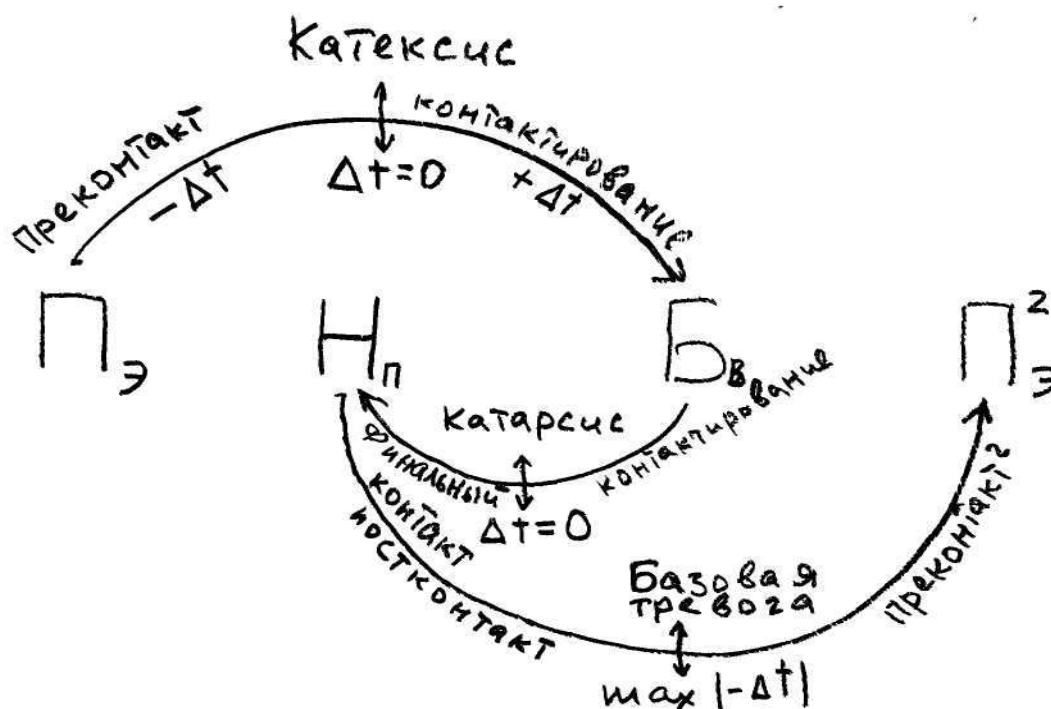


Рис.2 Цикл контакта в субъективном психологическом времени

³ Подробнее см. Д.В.Сочивко Цветопсиходинамика. МПСИ. М. 2009.

Связь прошлого и будущего описана еще Петром Анохиным, подробная структура психологического времени представлена нами в другой работе⁴, поэтому здесь приведем только общую схему (рис.1).

Большие буквы на рисунке 2 означают прошлое (П), настоящее (Н) и будущее (Б), нижние буквенные индексы соответственно эмоции (э), познание (п) и воля (в). Верхний цифровой индекс означает следующий, второй цикл контакта.

Сделанное нами наложение позволяет ввести и специально исследовать точки перехода с одного этапа на другой, которые по некоторым специальным соображениям⁵ мы назвали нулевыми ($dt = 0$).

Предложенная нами схема цикла контакта вводит три узловых точки. Это первое равенство dt нолю (катексис), второе равенство dt нолю (катарсис) и, наконец, переломная точка возникновения новой потребности, и нового запуска цикла.

Эти три точки являются важными константами поведения, которые, как мы сейчас попытаемся показать, характеризуют всю работу *сопротивлений*.

Этот важнейший термин – сопротивление – приобретал каждый раз новое свое звучание при новом витке в развитии психотерапии, основанной на глубинной психологии. З.Фрейд понимал сопротивление буквально, как сопротивление клиента терапевту по причине болезненности затрагиваемых пластов психики, т.е. как защиты. Ф.Перлз в период создания гештальт-терапии стал понимать сопротивление как процесс замкнутый исключительно на клиента, т.е. как *сопротивление удовлетворению собственных потребностей*. Все сопротивления организованы вокруг границ

⁴ Д.В.Сочивко Психодинамика. МПСИ. М. 2007.

⁵ Подробнее см. там же: «Дельта t означает разность температуры внешнего и внутреннего плана психоида: $dt = T_{\text{внеш}} - T_{\text{внутр}}$. На этапе преконтакта $T_{\text{внеш}}$ мало, т.к. объект еще не опознан, еще только едва теплится в сознании (его душевное тепло для нас мало). Нахождения объекта потребности (катексис) происходит в точке равенства душевного тепла внутреннего и внешнего плана психоида. На этапе контактирования идет активный разогрев внешнего плана, потребного объекта, его осознание, изучение, гештальтирование, наконец. Поэтому dt больше ноля. Контактное взаимодействие заканчивается в психологическом будущем и перетекает в психологическое настоящее в точке катарсиса, где dt также становится равным нолю, но уже **при высоких значениях душевной температуры** как внешнего, так и внутреннего плана психоида».

внешнего и внутреннего плана психоида. С этой же точки зрения, психоаналитически ориентированные авторы выделяют зрелые и незрелые защиты⁶. Незрелые защиты – это те, которые выстраиваются вокруг границы «Я» и внешней среды, зрелые – вокруг границы подсознания и сознания. В гештальт-теории такое деление не слишком распространено. В «Практике гештальт-терапии» Ф.Перлз в главе «Невротические механизмы» анализирует четыре типа сопротивлений, очевидно рассматривая их как взаимосвязанные, т.е. являющиеся проявлением единого механизма (или же нарушения его работы). Это интроекция, проекция, слияние и ретрофлексия. Перлз в одной фразе очень емко и точно характеризует работу этих четырех механизмов: *«Интроектор поступает так, как хотят от него другие, проектор делает другим то, в чем обвиняет их по отношению к себе, человек в патологическом слиянии не знает, кто кому что делает, а ретрофлектор делает себе то, что хотел бы сделать другим»*⁷.

Вернемся, однако, к анализу сопротивлений. Возникновение того или иного сопротивления мы связываем со смещением точки $dt = 0$ в сторону прошлого, будущего или настоящего субъективного времени. Что, конечно, ведет, и к изменениям окраса цветового типа. Смещение точки катексиса в сторону прошлого на линии движения от прошлого к будущему (см. рис.2) приводит к тому, что dt становится равной нулю при еще недостаточно знакомом объекте потребности. На наш взгляд эта ситуация соответствует такому сопротивлению как *слияние*. У Н.М.Лебедевой и Е.А.Ивановой можно прочитать такой типичный пример слияния: «Когда человек, в слиянии с которым я нахожусь, предлагает что-то, я тут же соглашаюсь, без всяких раздумий. Например, один из супругов говорит: «Милая, давай пойдем сегодня в ресторанчик». — «Конечно, дорогой». Муж после какой-то паузы предлагает: «Знаешь что, давай лучше не в ресторан, а к Петровым, мы что-то давно к ним не заходили». — «Здорово! — отзывается она. —

⁶ см. напр. Н. Мак-Вильямс, 1998

⁷ Ф.Перлз «Практика гештальт-терапии» М. 2004

Конечно, ты прав!» Еще через какое-то время он задает вопрос: «А не провести ли нам этот вечер вдвоем?». «Это именно то, что мне нужно», — говорит она. Похоже, она отвечает так быстро, что времени на раздумье не требуется. Не исключено, что она в слиянии со своим мужем. Правда, не исключено, что ее осознаваемой потребностью является просто возможность побыть с ним, где угодно, и как угодно (об этом мы поговорим ниже). Далее, смещение катексиса в сторону будущего (см.рис.2) приводит к обратным эффектам. При этом катексис так и не наступает, объект так и не выбран. В результате человек, говоря словами Ф.Перлза, «делает себе то, что хотел бы сделать другим». Это ретрофлексия. Итак, с предложенных позиций теоретической психодинамики такие *сопротивления как слияние и ретрофлексия развиваются на той части спирали психологического времени, которая связывает прошлое и будущее*. Но тогда очевидными становятся и следующие наисущественнейшие, на наш взгляд, следствия о том, что происходит непосредственно в точке катексиса.

- Первое: катексис есть полное слияние субъекта с объектом, полная утрата границ. В гештальт-психологии об этом пишут как о тех пределах, где слияние является нормой, а не патологией. Теперь у нас есть и критерий – только в точке $dt = 0$.
- Второе: катексис есть полная ретрофлексия, т.е. полный примат внутреннего плана. Ф.Перлз так писал об этом: «Ретрофлектор умеет проводить границу между собой и средой и проводит ее вполне четко – только проводит он ее точно посередине себя самого» и далее «Он **перестает направлять свою энергию вовне** (выд.нами – Д.С.), чтобы произвести в окружающем изменения, которые удовлетворили бы его потребности; вместо этого он направляет свою активность внутрь и делает объектом своих воздействий не среду, а себя самого». Таким образом, **в точке катексиса ретрофлексия является нормой**. О ретрофлексии как норме нам не приходилось встречать описаний

в гештальтистской литературе. Тем не менее, мы считаем признание этого факта очень важным как для психодинамической теории, так и для психотерапевтической практики. На определенном этапе включение ретрофлексии вместе со слиянием является не только нормальным, но и необходимым моментом цикла контакта. Ретрофлексия в норме есть что-то вроде **совестливого** действия – примерить на себя то, что ты дальше будешь делать с объектом.

- Третье: *В точке катексиса происходит одновременно полное слияние с объектом и полная ретрофлексия объекта.* Катексис есть точка равенства слияния и ретрофлексии. С одной стороны проникновение (слияние), с другой его полное принятие в себя (ретрофлексия).
- Четвертое: точка катексиса есть эмоционально-волевое равновесие, что следует из приведенного выше сопоставления компонентов субъективного психологического времени (прошлого и будущего) и психологической триады (эмоции воля). Эта точка, где страстная часть эмоций обуздывается волей, точка равенства эмоциональной желательности и волевой готовности к овладению объектом. В этих терминах смещение катексиса влево, в сторону эмоций есть что-то вроде греховной страсти, смещение вправо – что-то вроде ханжества.
- И, наконец, последнее. Исходя из вышесказанного, можно сказать, что катексис есть баланс страха и стремления **внутри** собственного Я. Все те пункты, которые мы представили как ориентированные преимущественно на себя есть *катектические* составляющие того или иного цветового типа. С этой точки зрения катексис, ориентированный на внутренний план, «на себя» является балансом синего и зеленого типов поведения.

Проведенный теоретический анализ психологических защит, а также их цветового представления, расположенных на линии, связывающей субъективное прошлое и будущее, имеет значение не только для психодинамической теории, но и для практики гештальт-терапии. Распространенная ориентация психотерапевта на демпфирование слияния (путем простраивания границ) и ретрофлексии (путем фокусировки на внешнем объекте) должна быть существенно уточнена. Эти защиты совсем не нужно демпфировать, наоборот нужно использовать энергию их сопротивления, но в нужный момент достаточного разогрева психоида и равенства температуры внешнего и внутреннего плана. Задача меняется на противоположную – привести клиента к полноценному слиянию.

Продолжим, однако, сопоставление катектически-катартического перехода с цветовым поведением в тесте цветопрдпочтений. Итак, можно предположить, что точке катексиса соответствуют более холодные цвета – синий и зеленый, в то время как точке катарсиса – красный и желтый. Исходя даже из самых общих соображений, это так и есть. Катексис – это выбор, а выбор нужно осуществлять в спокойной (не слишком разогретой атмосфере). Никто не выберет обои для рабочего кабинета ярко красного или желтого цвета, синий же и зеленый встречаются очень часто. Но на самом деле все гораздо сложнее. Первое, что следует отметить это то, что катексис более ориентирован на внутренний план личности – «на себя». Это мой выбор объекта. Каждый цветовой тип может играть полутонами на разных уровнях температуры, каждый цветовой тип имеет катектическую и катартическую составляющие. Общий же теплый или холодный окрас характерен для масштабных, синтетических циклов контакта (например, суточного цикла, или цикла завершения некоторого значимого гештальта, но этот синтетический цикл состоит, как известно (см. напр. Лебедева), из многих микро циклов). Отсюда естественно напрашивается вопрос о полутонах, столкновениях основных цветов, и роли дополнительных цветов. Здесь

скажем только, что в дополнительные цвета окрашена последняя критическая точка – точка базовой тревоги (см. рис.2).

Что же касается цветопсиходинамики и цветовой психодиагностики, то здесь возникает новая задача построения смешанного психодинамического типа – не синего и не зеленого, а сине-зеленого в определенном балансе, который востребован катексисом в данных условиях, в данной деятельности, здесь и теперь. Покой синего должен уравновеситься напряженностью зеленого. Возникает то самое состояние, которое оптимально соответствует началу деятельности (в гештальте контактированию) – **спокойная готовность** развивать значительные усилия. Баланс синего и зеленого может принимать самые разные формы, и это будет определять специфику катексиса у данного конкретного субстанционального деятеля. Это может быть отвержение синего и предпочтение зеленого или наоборот, может быть также образование одной группы в середине, конце или начале ряда предпочтений в тесте Люшера, все это будет определять специфику катектического поведения данного конкретного индивида здесь и теперь.

Так, например, требование психотерапевта заменить в речи «мы хотим» на «я хочу» (подавление слияния) есть на самом деле не подавление, а торможение слияния и необходимый разогрев внутреннего плана личности (я хочу), чтобы сделать будущее слияние полноценным (теперь **я точно знаю, что этого хочу я, и я знаю, что этого хочешь ты, поэтому – мы хотим**). Не во всех, по крайней мере, описанных в литературе гештальт-сессиях можно наблюдать это доведение слияния до полноты. Что же дает распространенное подавление слияния? Чувство того, что я – это я, а ты – это ты. Это первая часть гештальтистской лозунг-молитвы. Но только первая. Далее в молитве (см. Ф.Перлз, цит. соч.) говорится о том, что если наши ожидания совпали, то это прекрасно (если нет, этому нельзя помочь). Человек живет именно тягой к прекрасному. Повседневное протраивание границ гораздо большее сумасшествие, чем слияние.

Перейдем, однако, к анализу следующей критической точки временного цикла контакта – катарсису (см. рис.2), который также предполагает равенство dt нулю. Дальнейшее движение по спирали психологического времени от будущего к настоящему предполагает дальнейший разогрев психоида. При движении в сторону точки катарсиса объект становится не только все более желаемым, он становится вожделенным. Даже самая тщедушная собачонка, если у нее отбирают кость до полного насыщения, пожертвует жизнью, чтобы укусить узурпатора. Что произойдет, если катарсис будет преждевременным. Так и вспоминается муж, жена, футбол. Объект не готов расплавиться в психоиде, не готов к усвоению, поэтому ассимилируется «холодным», а, следовательно, не переваривается, т.е. имеет место быть *интроекция*. «Такие непереваренные установки, способы действия, чувства, оценки – пишет Ф.Перлз – психологически называются *интроектами*, а механизм, посредством которого эти чуждые образования попадают в личность, мы называем интроекцией». Но вот точка катарсиса пройдена. Вожделенный ранее объект уже не так привлекателен, можно и еще поесть, но уже не очень и хочется. Врачи и англичане говорят, что на этой стадии лучше уже не есть, не полезно. Итак, если смещение точки катарсиса происходит вправо (см. рис.1), в сторону настоящего, то приходится довольствоваться «остывшим» объектом, а это неприятно. Тогда объект начинает искусственно наделяться «приписываемыми свойствами», т.е. ему приписываются те свойства, которых нет, или уже нет. Здесь мы имеем дело с *проекцией*.

«Таким образом, в проекции мы сдвигаем границу между собой и остальным миром немного "в свою пользу", - пишет Перлз - что дает нам возможность снимать с себя ответственность, отрицая принадлежность себе тех аспектов личности, с которыми нам трудно примириться, которые кажутся нам непривлекательными или оскорбительными». Действительно, если катарсис сдвинут вправо от точки $dt = 0$, само выражение dt меняет знак

с + на – . Само это изменение знака, влекущее смену интроекции на проекцию, очень точно описывает Перлз: «Проецирующий невротик, как и интроектор, неспособен различать грани собственной целостной личности, которые действительно принадлежат ему самому, и то, что навязано ему извне. Он рассматривает свои интроекты как себя самого, а те части себя, от которых он хотел бы избавиться, он рассматривает как непереваренные и несъедобные интроекты. Посредством проецирования он надеется освободить себя от воображаемых "интроектов", которые в действительности являются вовсе не интроектами, а аспектами его самого» (там же). Итак, прилагая эмпирические описания психологических защит к временной структуре психоида на этом участке движения от будущего к психологическому настоящему (от воли к познанию) мы также можем сделать несколько существенных теоретических выводов о состоянии катарсиса.

- Первое: на общем фоне полного слияния и ретрофлексии объекта, происшедший при катексисе, катарсис есть полная интроекция объекта. Эта именно не невротическая интроекция, но и не обычная интроекция, когда, например, знания заучиваются, без достаточного понимания, что-то принимается на веру – «так надо». Это полное и безусловное принятие объекта. Это состояние влюбленности в объект в высших его формах. Я принимаю тебя целиком и полностью таким, каков ты есть.
- Второе: катарсис – это полная проекция себя в объект, или внутреннего плана субстанционального деятеля во внешний. Каждому моему движению, что-то отвечает в объекте. Уравнивание и уравнивание сопротивлений в точке катарсиса обеспечивает то, что все желаемое мною в объекте

воплощается. Влюбленные понимают друг друга без слов. Если я что-то только подумал, партнер (объект) уже стал таким.

- Третье: в точке катарсиса происходит одновременная полная интроекция объекта и полная проекция себя в объект. В точке катарсиса психоид как бы выворачивается наизнанку. Каждой проекции меня соответствует интроекция объекта.
- Четвертое: точка катарсиса есть когнитивно-волевой баланс, равновесие делания и знания, деяния и познания. Еще в «Бхагаватгите» написано: «в действии бездействие, и в бездействии действие находит мудрый».
- И последнее. Катарсис есть баланс красного и желтого поведенческих типов. В катарсисе сливается деятельное начало красного и радостное расслабление желтого. Опять же возможны самые разные формы этого баланса, вплоть до извращенных, когда радость и расслабление вытесняется, и активность превращается в самоцель и т.д. (подробнее см. в описаниях Люшера). «Нормой» (кавычки объясняются тем, что современная гештальт-терапия часто отрицает само понятие нормы) как и в предыдущем случае, является, видимо, совместное движение красного и желтого в сторону начала ряда предпочтений. В этом случае можно говорить о выраженном катарсическом поведении (например, подведение итогов большой работы, или этапа жизненного пути, овладении тем (кем), за что давно боролся)

Подводя итоги описанию цветов катексиса и катарсиса, следует сказать, что в настоящее время трудно будет представить исчерпывающие экспериментальные подтверждения сделанным предположениям, но и цветопсихология личности (включая и тест Люшера, основанный на значениях цветов) до сих пор считается самой недостоверной с экспериментальной точки зрения областью знания. Но это не мешает ей быть

одной из самых используемых в практической психологии. Тем более это не может помешать практикующему психотерапевту любым доступным ему образом в процессе групповой или индивидуальной психодинамики оценивать «окрашенность» состояния клиентов с тем, чтобы лучше ориентироваться в движениях цикла контакта.