ИНСАЙТ

Автор: словарь
07.06.2008 10:19 -

Инсайт (в психотерапии) (англ. insight — проницательность, проникновение в суть) — мгновенное (а не в результате длительных поисков) решение клиентом проблемы, что обеспечивает переход к новой когнитивной структуре (новому пониманию прежде не осознаваемых связей между настоящим и прошлым), в соответствии с которой сразу же меняется характер поведенческих реакций.

Глубина И. может быть различной. Первый уровень — преимущественно интеллектуальное понимание: в сознании пациента возникает связь между своим состоянием и психотравмирующими факторами. Второй уровень — осознание пациентом связи между патогенной ситуацией и особенностями личности, позволяющее прояснить существование и содержание внутриличностного конфликта. Третий уровень — осознание связи между стереотипами личностного реагирования и внутриличностным конфликтом, психологической защитой, связанными с нарушенной системой отношений, сформировавшейся в процессе развития личности на разных жизненных этапах.

И. относительно собственной проблемы обычно достигается в ходе психотерапии в результате проработки этой проблемы.

Н. Д. Творогова