**Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия.**

В своем самоопределении люди опираются на собственный опыт. Каждый человек имеет уникальное поле опыта или “феноменальное поле”, которое содержит “все, происходящее в любой данный момент внутри оболочки организма, и потенциально может быть осознано”. Поле опыта ограничено биологически и психологически. Подход в значительно большей степени опирается на стремление человека к развитию, здоровью и адаптации. Терапия – это обретение клиентом свободы расти и развиваться. Опора на чувства, в меньшей степени – на интеллектуальное осознание ситуации; занимается непосредственно ситуацией, а не прошлым человека. Предпочтение отдается термину “клиент”, а не “пациент”, так как пациент – больной человек. Нуждающийся в помощи и обращающийся за ней к специально обученным специалистам. Клиент же – человек. Который просит об определенной услуге, полагая, что он не может чего-то сделать один. Здесь есть равенство клиента и терапевта, которое исключается в случае пациент – врач. Психотерапия – реализация существующих у потенциального клиента способностей, а не искусная манипуляция более или мене пассивной личностью. Клиент здесь способен понимать свои собственные трудности и проблемы, продолжает направлять процесс. Формировать цели терапии, инициирует изменение поведения, которые хочет.

Ключи к исцелению находятся у клиента, терапевт должен обладать определенными личными качествами, чтобы оказать клиенту помощь в том, как научиться использовать эти ключи. Способности клиента придут в действие, если терапевт установит с ним достаточно теплые, принимающий и понимающие отношения. Терапевт сам должен обрести личность, а не играть роль. То есть он должен быть готов выражать своими словами и свои поведением различные чувства и отношения, которые существуют в нем. Терапевт служит моделью подлинной личности. Он предлагает клиенту отношения, в которых можно проверить и испытать собственную реальность. Клиент может научиться ожидать реальной (а не задержанной или искаженной) обратной связи в своих внутренних поисках – клиент может пережить непосредственный опыт самого себя, отказавшись от его искажения. Терапевт полезен клиенту тем, что принимает его и способен поддерживать “необусловленное позитивное внимание” - это “забота, которая не является собственнической и не требует ответной благодарности”. Это можно выразить через формулировку “Мне есть до Вас дело”, а не “Я буду заботиться о Вас, если Вы будете вести себя так-то и так-то”. Это – обещание принимать человека таким, каким он кажется. Для этого терапевт должен быть в состоянии все время видеть самоактуализирующуюся сущность клиента, а не его деструктивное, агрессивное или оскорбительное поведение. Если удается удерживать сознавание позитивной сущности человека, можно быть с ним подлинным и искренним, не скучать, н возбуждаться, не сердиться на определенные проявления его личности. Терапевт поддерживает уверенность, что внутренняя, может быть неразвитая личность клиента способна понять себя. Необусловленное позитивное внимание должно включать “эмпатическое понимание”, нужно чувствовать мир клиента как бы как собственный, но ни на мгновение не теряя этого “как будто”. Тогда клиент уверен, что терапевт не только принимает его, но активно старается почувствовать сходную ситуацию внутри себя. Терапевту необходимо уметь передать свое понимание клиенту, чтобы тот мог почувствовать его подлинность и заботу, его заинтересованность и понимание. Необходимо, чтобы клиент воспринимал терапевта поверх своих искажений, защит и предчувствий угрозы.