ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие **5**

ПСИХОЛОГИЯ ПЕРЕЖИВАНИЯ.
АНАЛИЗ ПРЕОДОЛЕНИЯ КРИТИЧЕСКИХ СИТУАЦИЙ

Предисловие к первому изданию **24**

От автора **28**

Введение **35**

Два понятия переживания 35

Введение понятия переживания в категориальный аппарат теории деятельности 39

Глава 1. Современные представления о переживании **49**

1.1. Проблема критической ситуации 49

Стресс 50

Фрустрация 53

Конфликт 58

Кризис 60

1.2. Процесс переживания 68

Целевая детерминация переживания 68

«Успешность» переживания 72

Техника переживания 76

Глава 2. Типологический анализ закономерностей переживания **93**

2.1. Построение типологии «жизненных миров» 93

Понятие жизни и деятельности в концепции А. Н. Леонтьева 94

Типология «жизненных миров» 100

2.2. Тип 1. Внутренне простой и внешне легкий жизненный мир 106

Описание мира 106

Прототип 110

Гедонистическое переживание 111

2.3. Тип 2. Внутренне простой и внешне трудный жизненный мир . . . 115

Описание мира 115

Прототип 121
Реалистическое переживание. 122
2.4. Тип 3. Внутренне сложный и внешне легкий жизненный мир . . . 125
Описание мира. 125
Ценностное переживание 134
Прототип 141
2.5. Тип 4. Внутренне сложный и внешне трудный жизненный мир . . 141
Описание мира. 141
Творческое переживание. 150
2.6. Идеальные типы и эмпирический процесс переживания. 152

Глава 3. Культурно-историческая детерминация переживания 158

Заключение 175

Комментарии и дополнения 183

ПРИЛОЖЕНИЕ. ИЗБРАННЫЕ СТАТЬИ

Уровни построения переживания и методы психологической помощи . . . 198
Уровень бессознательного. 199
Уровень переживания 201
Уровень сознавания. 205
Уровень рефлексии 208

Психотехника переживания 214
Переживание — это... 214
Психотехнические методы творческого переживания прошлого . . 217

Пережить горе 229

Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций 241
Типология жизненных миров. 242
Типология критических ситуаций. 244

Типология переживания различных критических ситуаций 258

Библиография 274

Послесловие. Читая и перечитывая «Психологию переживания» 282