

СЕРИЯ  
СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ



**MASTERING  
THE CLINICAL  
CONVERSATION**

**LANGUAGE AS INTERVENTION**

*Matthieu Villatte  
Jennifer L. Villatte  
Steven C. Hayes*



THE GUILFORD PRESS  
New York London

# ИСКУССТВО ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ БЕСЕДЫ

ЯЗЫК КАК ИНТЕРВЕНЦИЯ

*Мэтью Виллатт  
Дженнифер Виллатт  
Стивен Хейз*

*Перевод с английского  
Глазунова Инна Сергеевна*

*Научный редактор  
канд. психол. наук  
Черников Александр Викторович*



Издательство «Научный мир»  
Москва, 2022

УДК 615.851

ББК 53.57

**В45**

Виллатт Мэттью, Виллатт Дженнифер, Хейз Стивен. **Искусство терапевтической беседы. Язык как интервенция.** / Перевод с англ. Глазуновой И. С., науч. ред. Черников А. В. – М.: Научный мир, 2022. – с. 600.

**ISBN 978-5-91522-528-1**

Обсуждается клинический подход к ведению терапевтической беседы, призванный расширить возможности клинической практики независимо от используемого вида психотерапии; показано, что принципы теории реляционных фреймов (RFT) могут дать терапевту возможность улучшить интервенции в рамках различных научно обоснованных методов терапии.

Определяются общие цели терапевтической беседы и набор применяемых языковых инструментов; обсуждается структура использования принципов RFT в психотерапии с описанием того, как каждый принцип соотносится с клиническими традициями и применяется в терапии; показано, в чем важные преимущества этого подхода для психотерапевтов; рассматривается язык и его взаимодействие с другими поведенческими процессами обучения; объясняется, как взаимосвязаны RFT и контекстуальная поведенческая наука; разбирается, как нормальные языковые процессы приводят ко многим видам проблемного поведения при клинических расстройствах; как языковые процессы участвуют в развитии и поддержании психологических проблем; анализируется как использовать RFT в формальном эмпирическом тренинге и применять его принципы к терапевтическим отношениям, демонстрируя способы повышения эмпатии, сострадания и смелости.

Имеется краткое руководство по использованию RFT в психотерапии, в котором рассматриваются конкретные примеры и случаи из клинической практики.

**Copyright © 2016 The Guilford Press**

**A Division of Guilford Publications, Inc.**

**Published by arrangement with The Guilford Press**

**All Rights Reserved**

No part of this publication may be reproduced or transmitted in any form or by any means, electronic or mechanical, including photocopying, recording, or any other information storage and retrieval system, without the written permission of the publisher.

Все права защищены. Никакая часть настоящей книги не может быть воспроизведена или передана в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, будь то электронные или механические, включая фотокопирование и запись на магнитный носитель, а также размещение в Интернете, если на то нет письменного разрешения правообладателя.

**ISBN 978-5-91522-528-1**

© Глазунова И. С., перевод с английского, 2022

© Научный мир, издание на русском языке, оформление, 2022

# Оглавление

Об авторах .....	9
Предисловие.....	11
Благодарности.....	16
<b>Глава 1. Сила языка.....</b>	<b>17</b>
Традиционные подходы к языку в психотерапии.....	19
Контекстуально-поведенческий подход к языку .....	20
Язык – это приобретенное поведение .....	23
Эволюция языка .....	29
Язык – это форма обучения .....	31
Как изучается язык.....	37
Краткое содержание главы.....	54
<b>Глава 2. Язык и психопатология .....</b>	<b>57</b>
Проблемы, связанные с беглостью и гибкостью реляционного фрейминга .....	57
Проблемы, связанные с избеганием опыта .....	60
Проблемы, связанные со следованием правилам и неэффективной настойчивостью .....	70
Проблемы, связанные с осмыслением и согласованностью .....	79
Проблемы, связанные с мотивацией.....	83
Применение языка в психотерапии .....	88
Краткое содержание главы.....	94
<b>Глава 3. Символические инструменты изменения .....</b>	<b>99</b>
Структура использования языка в терапии .....	100
Использование реляционных фреймов как терапевтического инструмента.....	122
Случай из практики .....	137
Краткое содержание главы.....	143

---

<b>Глава 4. Психологическая оценка</b> .....	145
Создание экспериментального контекста оценки.....	145
Оценка контекстной чувствительности.....	153
Оценка согласованности/когерентности .....	159
Применение RFT к конкретным моделям психотерапии.....	179
Случай из практики .....	179
Краткое содержание главы.....	188
<b>Глава 5. Активация и формирование</b> <b>изменения поведения</b> .....	191
Использование языка для активации изменения поведения .....	191
Использование языка для формирования изменения поведения .....	238
Случай из практики .....	249
Краткое содержание главы.....	256
<b>Глава 6. Создание гибкого самоощущения</b> .....	258
Концепция «Я» .....	258
Проблемы с Я-концепцией .....	260
Взгляд RFT на «Я».....	263
Гибкое самоощущение .....	269
Случай из практики .....	305
Краткое содержание главы.....	309
<b>Глава 7. Возращивание смысла и мотивации</b> .....	312
Язык смысла и мотивации .....	312
Смысл жизни и мотивация на практике .....	324
Случай из практики .....	377
Краткое содержание главы.....	381
<b>Глава 8. Работа с метафорами</b> .....	384
Метафоры как истории, способствующие изменению поведения.....	384
Выбор и создание мощных терапевтических метафор .....	386

---

Как преподнести метафору.....	411
Использование устоявшихся метафор .....	423
Случай из практики .....	425
Краткое содержание главы.....	433
<b>Глава 9. Обучение эмпирическим навыкам через формальную практику .....</b>	<b>434</b>
Обзор .....	434
Формальные эмпирические техники на практике.....	448
Случай из практики .....	480
Краткое содержание главы.....	484
<b>Глава 10. Расширение возможностей терапевтических отношений.....</b>	<b>486</b>
Применение принципов RFT к терапевту.....	486
Построение гибких терапевтических отношений.....	495
Случай из практики .....	521
Краткое содержание главы.....	525
Эпилог.....	528
Краткое руководство по использованию RFT в психотерапии .....	534
Практические определения терминов в этой книге .....	565
Литература .....	574
Предметный указатель.....	585

## Об авторах

**Мэттью Виллатт, доктор философии (PhD)**, научный сотрудник и клинический тренер Института доказательной практики (*the Evidence-Based Practice Institute*) в Сиэтле. Проводил семинары по клиническому применению теории реляционных фреймов и контекстуальной поведенческой науки в США, Канаде, Австралии, Южной Америке и Европе. Кроме того, Мэттью – заместитель редактора в *The Journal of Contextual Behavioral Science* (*Журнал контекстуальной поведенческой науки*). В настоящее время работа доктора М. Виллатта сосредоточена на распространении научно обоснованных практик, публикации статей и глав книг по теории реляционных фреймов, контекстуальной поведенческой науке и экспериментальной когнитивно-поведенческой терапии.

**Дженнифер Виллатт, доктор философии (PhD)**, клинический психолог, преданно продвигающий идею справедливого здравоохранения с помощью контекстуальной поведенческой науки. Доцент кафедры психиатрии и поведенческих наук Вашингтонского университета, она работает в партнерстве с новаторами в области компьютерной инженерии, человеко-ориентированного дизайна и науки о данных над максимизацией эффективности и доступности поведенческих интервенций, улучшающих благополучие человека и общества.

**Стивен Хейз, доктор философии (PhD)**, профессор Фонда Невады на факультете психологии Университета Невады в Рино. Был президентом множества научных и профессиональных организаций, включая Ассоциацию поведенческой и когнитивной терапии и Ассоциацию контекстуальной поведенческой науки. Его работа отмечена множеством наград, среди которых награда за влияние науки на практику от Общества продвижения поведенческого анализа и награда за выдающиеся достижения от Ассоциации поведенческой и когнитивной терапии. Автор 41 книги и



более 575 научных статей, доктор Хейз фокусируется на понимании человеческого языка и когнитивных процессов и применении этого понимания для облегчения страданий и улучшения благополучия человека. Среди его книг «*Acceptance and Commitment Therapy, Second Edition: The Process and Practice of Mindful Change*» («Терапия принятия и ответственности, второе издание: процесс и практика осознанного изменения») и «*Mindfulness and Acceptance: Expanding the Cognitive-Behavioral Tradition*» («Внимательность и принятие: расширение когнитивно-поведенческой традиции»).

## Предисловие

Величайшее преимущество человеческого вида – его уникальный дар владения самым мощным орудием этого мира: языком. С обретением языка и связанных с ним ментальных процессов наши способности к обучению, развитию и процветанию выросли экспоненциально. Однако эта сила не дается просто так. Говорение, мышление и рассуждение лежат в основе многих, если не большинства психологических проблем. Это одна из причин, почему мы называем поведенческие проблемы, с которыми имеем дело в терапии, «проблемами психического здоровья».

Эта двойственная природа языка создает уникальную проблему для психотерапевтов, поскольку язык также лежит в основе большинства психологических методов терапии. Многие терапевтические техники, направленные на изменение наших слов и мыслей, приводят к непредвиденным и даже парадоксальным результатам. Убеждения и воспоминания, как правило, сохраняют силу даже перед лицом противоречащих им фактов и несмотря на искреннее желание их изменить. Даже если мы можем отразить атаку неприятных мыслей, сам факт помещения ментального содержания на передовую сражения часто подкрепляет его важность и влияние на нашу жизнь. Эти битвы изматывают и обескураживают как клиентов, так и терапевтов. Как может психотерапевт облегчить страдания, вызванные языком и мышлением, *с помощью* языка и мышления? Эта книга предлагает альтернативный подход, в котором терапевты, отказываясь от борьбы, помогают клиентам перенаправить силу языка на повышение психологической устойчивости и процветание.

Многие руководства по психотерапии похожи на сборники кулинарных рецептов: они предлагают пошаговые действия, следуя которым кулинары любого уровня подготовки могут получить определенный результат. Быстрые и простые в использовании, они дают в целом предсказуемые результаты и снижают риск

ошибки пользователя, требуя от него относительно небольшой вовлеченности и ответственности в принятии решений. Такого рода поваренные книги имеют свой спрос, однако возможен и другой подход. Умелый шеф-повар может импровизировать на месте с уверенностью, что достигнет желаемых результатов, поскольку его действия основаны на хорошо проверенных принципах. Он может менять рецепты и ингредиенты в зависимости от ресурсов, доступных в его актуальной кулинарной среде, и личных предпочтений людей, которых он обслуживает. Он также может адаптировать рецепт к собственному стилю, опираясь на свои уникальные сильные качества и создавая более личный опыт для клиента.

Чего до сих пор не хватало в обучении и подготовке психотерапевтов, – так это набора надежных поведенческих принципов, которые учат специалиста мастерски владеть своим самым необходимым инструментом – языком и превращать терапевтическую беседу в прибежище исцеления. Мы верим, что пришло время исследовать потенциал теории реляционных фреймов (*relational frame theory – RFT*), чтобы найти выход из этой, казалось бы, безвыигрышной битвы. Вместо того, чтобы вести войну с языком или просто игнорировать то, что наше основное оружие может нанести непреднамеренный ущерб, RFT предоставляет руководство по терапевтическому использованию языка. Не нужно отказываться от преимуществ языка. Нет необходимости в «побочном» жертвовании процветанием и жизненной энергией наших клиентов.

Нелестная репутация теории реляционных фреймов как трудной для изучения в первую очередь связана с тем, что ранние исследования RFT характеризовались технической точностью и кропотливыми исследовательскими парадигмами, необходимыми для исследования новых концептуальных заявлений и установления их соответствия фундаментальной науке. Значение полученных данных для прикладной науки богато и разнообразно, но для их понимания требуется глубокое знакомство как с технической терминологией, так и со сложной методологией. Возможно, более серьезный вызов RFT в том, что она влечет за собой совершенно новый подход к пониманию языка и мышления. Этот подход противоречит господствующим культурным нормам и требует пере-

смотра философских взглядов и мировоззрения, а этот процесс может быть столь же тревожащим, сколь и освобождающим.

Мы очень постарались, чтобы в этой книге все было просто и практично. Мы сосредоточимся на смыслах RFT, а не на ее технических аспектах. И даже при этом, когда вы начнете применять полученные здесь знания к концептуализации вашего случая и планам терапии, будут моменты, когда вы можете почувствовать замешательство или неопределенность. Хотя, участники наших тренингов говорят, что даже эта неопределенность сопровождается ощущением открытия новых горизонтов. Вы начинаете видеть языковые процессы на лету. Мы надеемся, что благодаря относительно небольшому набору языковых принципов вы сможете усвоить, адаптировать и интегрировать научно обоснованные практики так, чтобы они соответствовали вашим собственным теоретическим идеям, учитывали потребности и предпочтения ваших клиентов, а главное, помогали в достижении ваших терапевтических целей.

### **Что вы найдете в этой книге**

Руководство состоит из двух основных разделов. Первые три главы дают теоретическую и научную основу клинического подхода, подробно описанного в этой книге. Глава 1 посвящена рассмотрению языка как приобретенного поведения, центрального во всех аспектах психологии человека, и исследованию взаимодействия языка с другими поведенческими процессами обучения. Эта глава объясняет, как взаимосвязаны RFT и контекстуальная поведенческая наука и в чем важные преимущества этого подхода для психотерапевтов.

В Главе 2 мы рассмотрим, как нормальные языковые процессы приводят к многим видам проблемного поведения при клинических расстройствах. Мы обсудим, как языковые процессы участвуют в развитии и поддержании психологических проблем и как распознать их в клинической практике.

Глава 3 предоставит структуру использования принципов RFT в психотерапии. Мы определим общие цели, направляющие тера-

певтическую беседу, а также набор языковых инструментов для достижения этих целей.

Эти три главы – самые теоретические в книге. Мы старались, чтобы дискурс был практичным, с конкретными примерами, соотносимыми с вашей жизнью и клинической практикой. Каждый принцип, изученный в этих главах, пригодится вам в последующих, посвященных оценке и интервенции.

В Главе 4 мы покажем, как использовать RFT для психологической оценки. Стратегии, представленные здесь, предназначены для широкого применения в разных терапевтических традициях, а также для помощи в интеграции языковых целей и интервенций при формулировании клинического случая и планировании терапии. Этот подход к оценке разработан как априори совместный и валидирующий. Он закладывает основу прочных терапевтических отношений и гарантирует, что и клиент, и терапевт будут работать над достижением взаимно согласованных целей и маркеров прогресса.

В следующих шести главах книги подробно рассказывается о терапевтических интервенциях, основанных на эмпирическом использовании языка, предложенном RFT. Представляя каждый принцип, мы отмечаем, чего мы пытаемся достичь, почему это важно, как он соотносится с клиническими традициями в целом и как применять его в терапии с точки зрения RFT.

В Главе 5 мы покажем, как использовать язык для активации и формирования изменения поведения. В Главе 6 исследуем, как применять определенные символические отношения для установления гибкого самоосознания. В Главе 7 исследуем, как можно использовать язык для интеграции поведения клиентов в символические отношения, повышающие мотивацию и обеспечивающие поддержку значимых действий.

В Главе 8 показано, как создавать и предлагать мощные эмпирические метафоры, резонирующие с опытом ваших клиентов и максимизирующие вероятность клинических изменений. В Главе 9 мы объясняем, как можно использовать RFT в формальном эмпирическом тренинге. И наконец, в Главе 10 мы применяем принципы RFT к терапевтическим отношениям, демонстрируя способы повышения эмпатии, сострадания и смелости оставаться при-

существующим в настоящем и приверженным действию, в лучших интересах ваших клиентов. В конце этой книги вы также найдете Краткое руководство по использованию RFT в психотерапии, в котором вы сможете повторить все навыки, представленные в главах 4–7, с конкретными примерами и список Практических определений и терминов, использованных в книге.

Изложенный здесь подход призван служить руководством для расширения возможностей клинической практики независимо от того, какой вид психотерапии вы используете. Мы считаем, что эти принципы могут улучшить интервенции в рамках множества различных научно обоснованных методов терапии. Эта книга как таковая не является собранием терапевтических рецептов. Это не поваренная книга. Это набор принципов, с помощью которых вы можете достичь мастерства во владении языком, который вы и ваши клиенты используете в психотерапии. Мы не предлагаем вам принять новый набор методов, мы не станем призывать вас отказываться от стратегий, которые вы считаете эффективными. Наша цель – показать, что принципы RFT могут дать вам как терапевту возможность присутствовать, слушать и вмешиваться согласно вашим навыкам и научным убеждениям, но делать это в рамках хорошо осмысленных языковых процессов. Мы надеемся, что, овладев искусством терапевтической беседы, вы еще больше повлияете на улучшение жизни тех, кому вы служите.

## Предметный указатель

- Автономия, 77, 91, 113, 147, 197, 418, 468  
Адаптивные пики, 86, 87, 96, 171, 176, 178, 187  
Альтруизм, 337  
Аналитические подходы, 271  
Аналогии, 134, 144, 151, 189, 199 См. также Метафоры; Реляционный фрейминг  
Аналогический фрейминг. См. также Метафоры; Реляционный фрейминг;  
гибкость реагирования и, 231, 232  
изменение поведения и, 536, 541,  
мотивация и, 560  
обзор, 134  
определение, 565  
оценка и, 536,  
пример из практики, 183, 308, 332, 352, 365,  
прослеживание и, 203  
самооценка и, 554  
смысл и, 556  
Антецеденты,  
изменение поведения и, 549  
оценка и, 153, 154, 189, 536  
пример из практики, 180-184, 205, 221, 234, 251  
формальные практики и, 445  
чувствительность к, 154  
я-концепция и, 298  
Ассоциативное научение. См. Оперантное научение; Респондентное научение  
Беглость, 57, 94. 159, 160. 161, 164, 165, 190, 537. См. также реляционная беглость  
Бегство, 127, 129, 133, 180, 181, 185, 259, 449, 544 . См. также Избегание  
Беспокойство, 182  
Бихевиоризм, 19  
Близость, 42, 96, 103, 267, 343, 496, 548  
Блокировка, 247, 446, 475  
Боль, 60, 61, 62, 69, 86, 101  
Боль, вызванная словом, 61

- Вариативность, 270, 271, 273, 350, 353, 515, 559
- Вербальное ориентирование, 541
- Вероятные последствия; оценка и, 203
- Взаимное следствие, 50, 571
- Взаимодействия, 280, 313, 327, 343, 344
- Взаимопонимание, 220
- Включение, 132, 177
- Внешние последствия, 340, 341, 358, 369, 382, 557. См. также Последствия
- Временной дейктический фрейминг. См. также Дейктический фрейминг; 536
- Временной фрейминг, 129, 153, 181, 216, 221, 222, 303, 304, 536, 537, 540, 544, 548, 550
- Временные ключи, 197
- Всеобъемлющие цели. См. также Цели 314, 318, 324, 327, 335, 337, 342, 458, 461, 493, 511, 515, 526, 555;
- иерархический фрейминг и, 317, 318, 326, 330, 331
  - мотивация и, 319, 324, 328, 555
  - обзор, 91, 147, 197, 314
  - пример из практики, 330, 331, 335, 337, 342, 343, 345, 346, 352, 373, 484
  - смысл и, 314, 318, 324, 327, 344, 381, 458, 555
  - терапевтические отношения и, 325, 493, 511, 514, 515
- Выбор слов, 166. См. также Язык.
- Выбор, 382, 386, 433
- Гашение, 247, 475
- Генеративность языка, 27, 52
- Генерация гипотез, 150, 247, 450
- Гештальт-подход, 19, 133, 149, 316
- Гибкая чувствительность к контексту, 100, 102, 569
- Гибкость реагирования. См. также Гибкость 225, 256, 363, 500, 526, 561, 562, 564;
- изменение поведения и, 256, 546, 547
  - пример из практики, 274, 363, 500
- Гибкость. См. также Гибкость реагирования;
- оценка и, 147, 159, 190, 537
  - пример из практики, 181, 274, 363, 500
  - когерентность и, 179
  - контекстная чувствительность и, 100
  - эмпирический подход и, 146
  - формальные практики и, 435,
  - мотивация и, 559
  - обзор, 143, 144, 309, 310



- реляционная беглость и, 190  
реляционный фрейминг и, 160  
я-концепция и, 269, 525  
чувство другого и, 502–510  
терапевтические отношения и, 495
- Гипнотерапия, 394
- Гуманистические подходы 19, 195, 225, 271, 316, 323, 437, 490, 501
- Дейктический фрейминг. См. также Смена перспективы; Реляционный фрейминг. 60, 123, 131, 144, 147, 159, 181, 198, 200, 202, 203, 215, 219, 332, 344, 345, 346, 447, 521, 536, 538, 539, 540, 542, 543, 545, 548, 549, 551
- Депрессия, 150, 157, 169, 170, 187, 192, 209, 242, 250, 260–262
- Деривация, 568
- Дидактические техники, 425
- Динамические подходы, 225, 437, 490
- Доверие к терапевту, 495
- Доверие, 495
- Доказательная практика, 9, 16, 529, 531, 532, 533
- Естественные последствия, 78, 110. См. также Последствия
- Жесткость/ригидность, 102, 268, 309
- Жесты, 25, 39 сноска, 193, 197, 199, 203, 506, 545
- Забывание, 91
- Защитное поведение, 220
- Иерархический фрейминг. См. также Реляционный фрейминг. 132, 144, 217, 218, 229, 293, 326, 504, 538, 542, 546, 554, 556, 561, 563, 570
- Иерархия «я», 464
- Избегание. См. также Эмпирическое избегание 60, 569
- Изменение поведения. См. также Формальные практики в психотерапии 191, 238
- Изменение, 114, 118
- Имманентная мотивация, 323. См. также Мотивация
- Имманентное / сущностное подкрепление, 337, 557. См. также Подкрепление
- Имманентные antecedенты, 153, 154, 155, 169, 174. См. также Antecedенты
- Индивидуальные различия, 401
- Инструкции, 137, 144, 232, 287, 459, 435, 436, 442
- Интервенции, 102, 108
- Ирония, 128, 228

- Качество действия, 317, 325, 327, 328, 329, 330, 331, 336, 337, 345, 346.  
См. также Действие
- Классическое обусловливание, 24. См. также Респондентное научение
- Когнитивная переоценка, 119
- Когнитивная терапия, 225, 494
- Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ), 444
- Когнитивные искажения, 58
- Когнитивные терапевты, 19, 179
- Комбинаторное следствие, 64, 566
- Конструктивистские виды терапии, 394
- Контекстная чувствительность, 100, 567. См. также Чувствительность
- Контекстные ключи, 38, 40, 41, 44, 45, 48, 130, 193, 567
- Контекстуальная поведенческая наука (CBS), 13, 20, 21, 567. См. также  
Теория реляционных фреймов (RFT)
- Контрперенос, 488
- Конфликт ценностей, 328, 355
- Координационный фрейминг, 181, 184, 215, 349, 568. См. также Реляци-  
онный фрейминг;
- Краткие Мгновенные реляционные реакции (КМрр), 167
- Культурная эволюция, 31, 53. См. также Эволюционные процессы
- Культурные различия, 401
- Логика, 93, 96, 98
- Медитация, 45, 112, 132, 273, 438, 440, 450, 451, 454, 456, 462, 470, 477,  
479, 480, 494. См. также Терапия, основанная на осознанности  
(mindfulness)
- Межличностный дейктический фрейминг. См. также Дейктический  
фрейминг;
- Метафоры, 384–433. См. также Аналогический фрейминг; Реляционный  
фрейминг;
- Мотивация, 312–381
- Мысли, 67, 86, 92, 112, 125, 129, 130, 193, 196, 211, 272, 368, 444
- Мышление, 11, 18, 21, 52, 566, 571, 572
- Наблюдение 193, 197
- Навыки валидации, 128, 500, 501
- Навыки осмысления, 96, 162, 190
- Навыки решения проблем, 58, 129
- Называние, 30, 125, 126
- Нарративные подходы, 394. См. также Реляционный фрейминг
- Настойчивость, 70
- Научение, 32–38. Процессы научения

- Невербальное ориентирование, 541.  
Некогерентность, 80, 273. См. также Согласованность/когерентность.  
Неприменимое прослеживание, 171, 172, 173, 220, 539. См. также  
    Прослеживание  
Неприменимые правила, 184, 219, 251. См. также Правила.  
Нестабильность, 268  
Неточное прослеживание. 171, 174 См. также Прослеживание;  
Нечувствительность, 71, 78, 96, 103, 194, 525  
Нормализация, 211, 214, 215  
Нравственное развитие, 74
- Обобщение/генерализация стимула, 63. См. также Респондентное  
    научение  
Обучение социальным навыкам, 437  
Общность, 328, 495, 522  
Объяснения, 388, 418, 468  
Ожидания, 331, 339, 362, 503, 549, 551, 572  
Оперантное научение, 24, 34, 35, 36, 37, 43, 55, 529, 571. См. также  
    Случайное научение; Процессы научения  
Оппозиционный фрейминг, 126. См. также Реляционный фрейминг;  
Осмысление, 79, 154, 211, 213, 487, 561  
Осознанность, 487. См. также Самоосознание  
Ответственность, 512, 525, 529, 554  
Открытость, 188, 230, 501, 510, 514  
Отношения, символические, 14, 23, 24  
Оценка эффективности, 159, 326. См. также Оценка; Эффективность  
    реагирования  
Оценка, 145–188, 534
- Перенос функции, 573  
Переформулировка, 121, 221, 535  
Планирование, чрезмерное, 173  
Поведенческая эволюция, 53. См. также Эволюционные процессы  
Поведенческие подходы, 443  
Поведенческие эксперименты, 443  
Подавление, 194, 342, 441, 444  
Подведение итогов действия, 358, 371, 383. См. также Действия  
Подготовка к сессиям, 520  
Подкрепление, 239  
Подходы, ориентированные на настоящий момент, 19.  
Поиск смысла в действиях других, упражнение. 457–460. См. также  
    Формальные практики в психотерапии

- Положительное подкрепление, 88, 338, 359, 514, 558. См. также Подкрепление
- Положительное последствие, 35, 66, 406, 411, 427, 442, 452. См. также Последствия
- Последствия 34, 35
- Послушание, 74–78, 109, 137, 171
- Правила, 70. См. также Соблюдение правил;
- Практики, формальные, 434. См. Формальные практики в психотерапии
- Преобразование функции, 60, 62, 84, 120, 123, 160, 233, 247, 426, 443, 523, 573
- Привыкание, 32. См. также Процессы научения
- Принятие временной перспективы, 203. См. также Перспектива
- Принятие, 59, 213, 216, 272, 504, 526
- Прослеживание, 75–77, 79, 137, 539, 543, 561, 570, 573
- Пространственная перспектива, 59, 132, 231, 568
- Пространственные ключи, 186, 197, 202
- Пространственный дейктический фрейминг, 536, 539, 542, 543, 545, 549, 550, 552, 553, 555. См. также Дейктический фрейминг;
- Процедура скрытой реляционной оценки (IRAP), 167
- Процессы обучения, 32. См. также Случайное научение;
- Психоаналитические традиции, 19, 271
- Психодинамические подходы, 225
- Психологическая оценка, 145. См. Оценка
- Психологические переживания, 214, 216, 451, 461, 464, 489, 499, 517, 545
- Психообразование, 137, 569
- Психопатология, 57;
- Психотерапевты, 88
- Различительный фрейминг, 124. См. также Реляционный фрейминг
- Рассказывание историй, 135. См. также Реляционный фрейминг
- Расширение, 445
- Расширенные и Проработанные реляционные реакции (РПРр), 167
- Реакция, 27, 36, 95, 237, 306, 423, 442, 543
- Реляционная беглость, 160. См. также беглость
- Реляционная гибкость, 159
- Реляционное обучение, 36, 37. См. также Процессы научения
- Реляционные ключи, 41, 47
- Реляционные навыки, 59
- Реляционный фрейминг, 27. См. также Теория реляционных фреймов (RFT);
- Респондентное научение, 32. См. также Классическое обусловливание;
- Рефрейминг, 255

- Ритуалы, 102, 112, 193, 314  
Ролевая игра, 132, 411
- Самокритика, 262, 268, 299, 309, 311, 410  
Самоопределение, 263, 280. См. также Я-концепция  
Самооценка, 95, 157, 382, 554  
Самоощущение, 258. См. Я-концепция  
Самораскрытие, 258  
Сдвиг временной перспективы, 231. См. также Перспектива  
Сдвиг межличностной перспективы, 231. См. также Перспектива  
Сенсорные метафоры, 151, 362. См. также Метафоры  
Символические antecedенты, 155, 181. См. также Antecedенты
- Символические ключи, 180  
Символические обобщения, 63, 67  
Символические отношения, 14, 193  
Символические последствия, 157. См. также Последствия  
Символические функции, 122, 138, 144. См. также Символические отношения  
Символический контроль, 65  
Символическое поведение, 89, 93, 94,  
Случайное научение. См. также Процессы обучения; Оперантное научение; Респондентное научение  
Смена перспективы, 132, 151, 263. См. также Перспектива  
Смысл жизни 324. См. Смысл  
Смысл 312;  
Соблюдение правил, 74, 79, 171, 209, 242. См. также Правила  
Согласованность/когерентность, 79, 94, 100  
Созерцательная практика, 112  
Сократовский диалог, 19  
Сотрудничество, 31, 181, 184, 186  
Социальная когерентность, 110. См. также Согласованность/когерентность  
Социальная уступчивость, 412  
Социальное влияние, 538, 539  
Социальное обучение, 36. См. также Процессы научения  
Социальное развитие, 74  
Социальные последствия, 76, 79, 163. См. также Последствия  
Сравнительный фрейминг, 129. См. также Реляционный фрейминг;  
Стабилизация перспективы, 273. См. также Смена перспективы  
Стигматизация, 503  
Стимул, 32–36  
Стресс, 233–236

Сущностная согласованность, 108, 111, 112, 113, 487, 568. См. также  
Согласованность/когерентность.  
Сущностные отношения, 571

Текстовый анализ, 166

Теория разума (ТоМ), 59

Теория реляционных фреймов (RFT), 572

Терапевтические отношения, 495

Терапия принятия и ответственности (АСТ), 10, 23, 494

Терапия принятия, 10, 23, 494

Терапия фиксированных ролей, 394

Терапия, основанная на осознанности (mindfulness), 19, 438, 484

Тест скрытых ассоциаций (IAT), 168

Точность, 174, 208

Травма, 61, 82

Тренинг сострадания, 446

Тренировка внимания, 112, 438, 450, 456, 484, 485,

Тренировка навыков, 437, 438, 439, 484

Угасание, 35, 92

Упражнения на экспозицию, 231, 437, 438, 446

Упражнения, формальные. См. Формальные практики в психотерапии

Условность, 108

Условный фрейминг, 128. См. также Реляционный фрейминг

Устойчивая мотивация, 357. См. Мотивация

Устоявшиеся метафоры, 423, 424, 433. См. также Метафоры

Формальные практики в психотерапии, 434. См. также Эмпирические  
техники;

Формирование, 191

Фрейминг координации, 144

Фрейминг эквивалентности, 266, 388

Фрейминг, реляционный. См. Реляционный фрейминг

Функциональная аналитическая психотерапия (ФАП), 149

Функциональная оценка, 396. См. также Оценка

Функциональная согласованность. См. также Согласованность/  
когерентность;

Функциональные ключи, 226

Функциональные отношения, 112, 202, 203, 205, 208

Функциональный контекстуализм, 21, 109, 569

Цели, 100

- Частота слов, 166
- Черные и красные отметки на линиях жизни; упражнение, 461.  
См. также Формальные практики в психотерапии
- Чрезмерное планирование, 173
- Чувствительность, 71, 74, 87, 90, 91, 94, 100, 101, 102, 140, 154, 156, 216, 441. См. также Контекстная чувствительность
- Эволюционная наука, 37
- Эволюционные процессы, 29, 34
- Экзистенциальные подходы, 271
- Эмпатия, 60
- Эмпирическая психотерапия, 569
- Эмпирические ключи, 433, 569
- Эмпирические техники. См. также Формальные практики в психотерапии
- Эмпирический язык, 146
- Эмпирическое избегание, 95, 569
- Эффективность реагирования. См. также Реакция
- Юмор, 128, 228, 283, 318
- Юнгианская психотерапия, 213
- Язык и мышление, 388, 571, 572
- Язык, контекстуально-поведенческий подход, 20
- Языковые инструменты, 100
- Я-концепция, 258
- Ярлыки, 126, 127, 259, 260, 261, 263, 266, 267, 268, 271, 273, 274, 280

Книги издательства «Научный мир»,  
а также другую научную, профессиональную  
и образовательную литературу можно приобрести в

**интернет-магазине научной и учебной книги**  
**www.totbook.ru**



Доставка книг осуществляется по всей России.  
Приглашаем к сотрудничеству издательства и авторов.  
По всем вопросам обращайтесь по e-mail: [totbook@totbook.ru](mailto:totbook@totbook.ru)  
Тел.: 8(499)973-25-13

Новости серии в социальных сетях



[facebook.com/groups/totbook.psych](https://facebook.com/groups/totbook.psych)



[vk.com/psy\\_totbook](https://vk.com/psy_totbook)



[t.me/sciencepsy](https://t.me/sciencepsy)