

Вступление. Запрос на изменение члена семьи. Что с этим делать?.....	7
Немного благодарностей.....	11

### **Часть 1.**

## **СОЗАВИСИМОСТЬ И СЕМЬЯ**

<b>Глава 1.</b>	
Эмоциональная созависимость .....	14
<b>Глава 2.</b>	
Взаимодействие психологических территорий.....	16
<b>Глава 3.</b>	
О глубинной сущности созависимости.....	21
<b>Глава 4.</b>	
Формы созависимых отношений .....	24
<b>Глава 5.</b>	
Психологические портреты людей, создающих созависимые отношения.....	28
Портрет человека с комплексом самоуничужения .....	28
Портрет человека с комплексом мученичества .....	33
Портрет человека с садистскими наклонностями.....	40
Портрет человека с комплексом нарциссизма.....	50
Портрет человека с ненасытной жадой любви.....	55
Дети, выросшие в семье с созависимыми отношениями .....	58
<b>Глава 6.</b>	
Злокачественная созависимость.....	61
Наркотическая созависимость .....	61
Треугольник «спасательства» .....	62
Созависимость с сектой .....	63
<b>Глава 7.</b>	
Зрелые отношения любви и зрелая забота.....	69

### **Часть 2.**

## **ИНДИВИДУАЛЬНАЯ КОНСУЛЬТАТИВНАЯ РАБОТА С СОЗАВИСИМЫМИ КЛИЕНТАМИ**

<b>Глава 1.</b>	
Определение границ консультирования.....	76
<b>Глава 2.</b>	
Условия успешности консультативного сопровождения созависимых клиентов .....	79

Степень разделения ответственности за решение проблемы.....	79
Степень готовности решать свою часть проблемы.....	90
Степень глубины и жесткость причин, создавших условия для развития зависимости.....	99
Степень развития злокачественной созависимости и особенности работы психолога на различных стадиях .....	102
1. Социальная стадия.....	104
2. Психическая зависимость .....	106
3. Физическая зависимость .....	107
4. Необратимая степень зависимости.....	108
<i>Глава 3.</i>	
Информационный уровень консультирования.....	109
Общие направления профилактики возникновения наркозависимости.....	112
<i>Глава 4.</i>	
Уровень оказания помощи при переживании острого кризиса.....	114
Кризис и кризисная интервенция.....	114
Сущность кризиса.....	115
Стадии кризиса .....	116
Кризисная интервенция.....	118
Этап 1. Установление контакта .....	118
Этап 2. Сбор информации.....	118
Этап 3. Формулирование проблемы .....	119
Этап 4. Исследование возможностей .....	119
Этап 5. Поиск альтернатив.....	120
Этап 6. Контракт.....	121
Этап 7. Заключительный.....	122
Методы снижения кризисного напряжения .....	122
Релаксационная визуализация .....	123
Трансформация образа (метод В. Стюарт) в сочетании с фокусированием (метод Ю. Джендлина).....	123
Метод двойной диссоциации (НЛП).....	124
Сопровождение клиентов при переживании утраты.....	125
Клиническое описание острого горя .....	125
Процесс скорби (модель Э. Кюблер-Росс).....	127
Осложненное горе .....	130
Если работа горя не идет.....	132
<i>Глава 5.</i>	
Уровень выработки решения в ситуации трудного выбора .....	135
Вездесущность выбора и решения .....	135
Этапы развития проблемы .....	136
Общая схема консультативного сопровождения при принятии решения.	
Этапы решения проблемы.....	139
Знакомство, установление контакта.....	139
Сбор информации, исследование проблемы .....	140

Основные условия исследования проблемы.....	146
Целеполагание .....	146
Выработка решений .....	159
Проверка решений.....	163
Обобщение .....	165
Решение и выбор в ситуации фрустрации.....	169
Методы активации решения .....	174
Техники краткосрочной позитивной психотерапии .....	174
Изменение ошибочных установок (когнитивный подход) .....	178
Нерациональный путь решения проблемы.....	195
Метафора.....	196
Фокусирование.....	200
Визуализация проблемы .....	202
Образы и решение .....	205
<i>Глава 6.</i>	
Уровень получения коммуникативных навыков и умений .....	210
Вопрос о возможности влияния на члена семьи.....	210
Алгоритм ситуационного анализа .....	215
Фаза выявления .....	215
Фаза исправления.....	216
Модели оптимального поведения с наркозависимым.....	217
Обсуждение вопроса о возможности насилия над наркоманом .....	220
<i>Глава 7.</i>	
Психотерапия созависимости.....	222
Психологическое консультирование и немедицинская психотерапия: понятие и границы .....	222
Опустошенное Я и сущность психотерапии.....	226
Специфические реакции контрпереноса при работе с созависимыми.....	231
Перенос как частный случай защитного реагирования.....	232
Тестирование консультанта клиентом .....	239
Расшифровка переноса .....	247
Почему так важно не только знать о явлении переноса, но и использовать его в работе с клиентом?.....	247
Контрпереносные реакции консультанта .....	248
Психотерапевтический контейнер как условие безопасности клиента.....	253
Спротивление изменениям.....	254
Сущность сопротивления .....	254
Проявления сопротивления .....	258
Что делать с сопротивлением клиента?.....	259
Пентаграмма психотерапии созависимости.....	263
Краткий обзор содержания и возможных методов работы в полюсах пентаграммы.....	269
Когнитивная обработка информации и опыта .....	269
Тело .....	274

Экзистенциальные позиции .....	276
Аффективный полюс.....	280
Межличностные отношения.....	282
Субличности в структуре Я — Сверх-Я .....	283

## *Глава 8.*

Использование психологических упражнений в индивидуальном консультативном сопровождении созависимых клиентов .....	289
Терапия — упражнения — тренинг .....	289
Методические основы разработки ИПТ.....	292
Разработка ИПТ.....	292
Методы проведения ИПТ.....	298
Апробирование ИПТ .....	300

## *Приложение.*

Жесткая любовь. Методика сопровождения созависимых, разработанная английской организацией «Родители наркоманов» .....	302
Чувство вины.....	302
Гнев.....	302
Вредящая защита своего ребенка .....	303
Награды за плохое поведение .....	303
Уходит любовь .....	303
Нужна жесткая любовь.....	303
12 шагов жесткой любви .....	304

<i>Литература</i> .....	314
-------------------------	-----