

## СОДЕРЖАНИЕ

Из предисловия автора к первому изданию .....	3
<b>ПРОСТРАНСТВО ПСИХОТЕРАПИИ</b> (предисловие ко второму изданию) .....	6
<b>ТЕРАПИЯ ПОВЕДЕНИЕМ – МЕТОДИКА ДЛЯ АКТИВНОГО ПСИХОТЕРАПЕВТА И ДЛЯ ВСЕХ, ИЩУЩИХ ВЫХОДА</b> .....	9
<b>ТЕРАПИЯ ПОВЕДЕНИЕМ (практика лечения фобий)</b> ....	10
Введение .....	10
История методики .....	11
Страдание – симптом несостоятельности .....	11
Мои учителя .....	13
Поведение, без которого фобий... нет .....	17
Верхом на страхе (Задачи. Последовательность и условия решения) .....	19
Этапы терапии .....	21
0. Подготовительный этап (врачебный) .....	21
I. Первый этап терапии. Этап мотивирования – формирования саногенной установки .....	24
II. Второй этап. Освоение нового поведения .....	29
III. Третий этап. Актуализация и разрешение внешнего конфликта .....	33
IV. Четвертый этап терапии. Актуализация и разрешение внутреннего конфликта. Новая личностная интеграция .....	35
Спонтанная актуализация конфликта .....	38
О работе в группе. «Обострение» конфликта .....	39
Первые стратегии пациента или эгоцентрическое поведение .....	49

Стратегии психотерапевта .....	50
Исходные стратегии группы .....	50
Индивидуалистическое поведение .....	50
Перспективы развития – личностный этап группы .....	52
О саногенной установке (из письма В. Лаутербаху в ответ на его вопросы) .....	53
Пример осуществления терапии поведением .....	54
Освобождение от навязчивого переживания .....	56
Схема для объяснения .....	57
Перестройка поведения. Подготовка. Две тактики .....	73
Условия, оптимальные для приспособления .....	75
Принципы нового поведения .....	75
Актуализация и разрешение внешнего конфликта .....	85
После второго этапа (6 вариантов ведения) .....	88
Актуализация и разрешение внутреннего конфликта .....	92
<b>НЕВРОТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ. СУТЬ КАЖДОГО ИЗ ЭТАПОВ ТЕРАПИИ</b> .....	94
Невроз-реакция .....	94
Невроз-развитие .....	94
Четыре группы оформляющих факторов .....	101
О сходстве и различии с патогенетической терапией по В.Н. Мясищеву .....	107
Литература к разделу .....	111
<b>ТЕРАПИЯ ПОВЕДЕНИЕМ И ПСИХОГЕНЕЗ НЕВРОЗОВ</b> .....	115

ТЕРАПИЯ ПОВЕДЕНИЕМ НА ПРИМЕРЕ ПСИХОДИАГНОСТИКИ И ЛЕЧЕНИЯ НЕЙРОЦИРКУЛЯТОРНОЙ ДИСТОНИИ . . . . . 116

Введение . . . . . 116

Задачи . . . . . 117

Характеристика изучаемой группы . . . . . 118

Критериями диагностики невроза были: . . . . . 120

Психогенез . . . . . 122

Провоцирующие факторы . . . . . 122

Оформляющие факторы . . . . . 122

«Беспричинное» состояние . . . . . 125

Внешние конфликты . . . . . 125

Внутренний конфликт и жизненный стиль, обрекающий на несчастье и болезнь . . . . . 128

Последствия самооберегания (из письма р. А. Зачепискому) . . . . . 134

Отношения в семьях родителей моих пациентов . . . . . 139

Выводы . . . . . 141

Этапы психотерапии . . . . . 142

Суть терапии поведением . . . . . 142

Подготовительный этап терапии (доврачебный) . . . . . 143

I. Этап. Этап мотивирования – формирования саногенной установки . . . . . 144

II. Этап. Освоение нового поведения . . . . . 146

III. Этап. Актуализация и разрешение внешнего конфликта . . . . . 146

IV. Этап. Актуализация и разрешение внутреннего конфликта . . . . . 147

Некоторые психосоматические корреляции . . . . . 149

Динамика состояния пациентов . . . . . 150

Выводы . . . . . 152

Литература к разделу . . . . . 153

<b>ТЕРАПИЯ ПОВЕДЕНИЕМ – СПОСОБ ИЗУЧЕНИЯ ОТДЕЛЬНОГО ЧЕЛОВЕКА И ЕГО ЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ СРЕДЫ</b> .....	155
<b>БЕСЧЕЛОВЕЧНЫЕ ИДЕАЛЫ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА ТЕРАПИЯ ПОВЕДЕНИЕМ – СРЕДСТВО ВЫЯВЛЕНИЯ И РАЗРЕШЕНИЯ ЗАБЫТОГО НРАВСТВЕННОГО КОНФЛИКТА</b> .....	156
Удивительное открытие .....	156
Три аспекта темы .....	157
<b>I. Терапия поведением – способ комплексного изучения человека</b> .....	158
Место врача в системе: «пациент – обстоятельства пациента – врач» .....	158
Терапия поведением .....	158
Вопросы, ответы, выводы, вопросы... .....	159
Мотивация болезни, здоровья, творчества... .....	160
Человек – «Номо moralis» .....	161
Нравственное чувство .....	162
О социокультуральных нравственных стереотипах .....	163
<b>II. Бесчеловечные идеалы человечества: нравственные стереотипы, запрещающие инициативу, свободу, творчество</b> .....	164
От бабки к внучке... .....	164
1. Вековечное проклятие женской инициативы ....	165
2. Так называемая «мужская мораль» .....	167
3. Страх и отвергание человеческого эгоизма .....	169
4. Оценочный подход к факту своего и чужого существования .....	170
5. Культ несчастья .....	171
6. Противопоставление «духа» – «телу» .....	172
7. Противопоставление общественного – личному .....	173

8. Противопоставление быта – производству .....	173
9. Отсутствие культа инициативы, индивидуальности .....	174
В программе «развитие творческих способностей подростков» .....	174
Терапевтический пессимизм – скрытые от сознания нравственные причины .....	177
Традиционный подход .....	178
Подход терапии поведением .....	180
В работе с подростками .....	182
Литература к разделу .....	187

**ИМИТАЦИЯ ВОСПИТЫВАНИЯ.  
О ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ,  
НРАВСТВЕННОМ ЧУВСТВЕ, ВРЕМЕНИ  
И ТРЕВОГЕ .....**

Удивительная ситуация .....	189
Ворона не я! .....	191
Два вопроса .....	192
Четвертая категория психологии .....	195
Две жестокости .....	199
Если хорошо женщине .....	202
Как вы относитесь к эгоизму? .....	202
Нравственное чувство .....	203
О психологическом возрасте .....	207
Две обезьянки .....	208
Имитатор .....	210
Два отношения к человеку .....	210
Комплекс различия .....	213
О психологическом возрасте и возрастах задержки нравственно- психологического развития .....	215

Как происходит остановка в развитии? Как человек предпочитает развитию остановку – имитацию? .....	240
Общая болезнь .....	246
<b>«ГАДКИЙ УТЕНОК». ПРИНЦИПЫ ТЕРАПИИ ПОВЕДЕНИЕМ В РАБОТЕ С ОДАРЕННЫМИ ПОДРОСТКАМИ .....</b>	<b>249</b>
Эксперимент .....	250
Понимание и задачи .....	251
Критерии измерения психологического возраста в группах подростков, родителей и преподавателей .....	262
Психологический возраст и основные периоды детско-подросткового развития .....	262
Факторы, благоприятствующие динамике нравственного чувства .....	269
Преимущества диагностики и самодиагностики психологического возраста .....	270
Принципы психотерапевтической работы с одаренными подростками .....	271
В качестве иллюстрации .....	291
О НЕЭФФЕКТИВНОСТИ «НАДЕЖНЫХ» ТЕХНИК .....	294
О БЕРЕЖНОСТИ В ПСИХОТЕРАПИИ .....	296
Наши пациенты опасны сами себе! .....	296
Проблема пациента и задача психотерапии .....	304
Два детства .....	305
Условия, обеспечивающие человеку безопасность от самого себя .....	309
Диалог с пациенткой .....	310
Памятка .....	316
Заключение. Задача психотерапии .....	319

<b>МИР ДЕМОНСТРАНТА И ЗАДАЧИ ПСИХОТЕРАПИИ</b> .....	321
Мир демонстранта .....	321
Демонстрант. Демонстративное поведение. Демонстративность .....	321
Она обратилась по поводу бесплодия... .....	323
Два способа существования .....	328
Человек заслуживающий .....	331
Условия, формирующие демонстранта .....	333
Парадоксы мира заслуживающего .....	334
Отступление в сексологию .....	341
Для демонстранта нет человеческой среды, ставящей под сомнение его мироощущение! .....	352
Человек человеку – среда обитания! .....	363
Гиперболоид инженера Гарина .....	363
Задачи психотерапии .....	365
О перспективах .....	370
Выдержки из доклада .....	371
Вопросы к докладчику .....	372
Семь мыслей из обсуждения... .....	382
Вопросы после выступления в университете .....	385
Post scriptum .....	411
<b>ТЕРАПИЯ НОМО MORALIS</b> или <b>ИЗ ЯЙЦЕКЛЕТКИ – В ЧЕЛОВЕКА</b> .....	417
Три вопроса .....	419
I. Условия, в которых самарская психотерапия формировалась .....	420
II. Что мы застали в психотерапии, когда пришли, что успели сделать? .....	424
III. О перспективах развития психотерапии в Самаре .....	440

182	Необходимость включения зарубежного	
187	опыта в контекст отечественной культурной	
	и терапевтической традиции .....	441
	Cum grano salis .....	441
191	Об организационной этапности	
199	и преемственности терапии .....	442
202	О наших взаимоотношениях	
187	с так называемыми «восточными»	
182	и «западными» подходами в психотерапии .....	442
182	Закключение .....	445
182	Залог возможности существования	
187	(вместо послесловия) .....	446
	Рисунки .....	450
182	Таблицы .....	451