

Рисунки

Рис. 1.1. Базовые эмоции, копинговые стили и самовыражение.....	26
Рис. 1.2. Упражнение с двойной фокусировкой	30
Рис. 1.3. Второе упражнение по двойной фокусировке	32
Рис. 1.4. Аттракторы и энергетический ландшафт.....	32
Рис. 1.5. Окно эмоциональной толерантности	35
Рис. 1.6. Социализация и формирование личности	38
Рис. 3.1. Представление модели режимов.....	62
Рис. 3.2. Взаимосвязь схем, копинговых стилей проявления схем и копинговых режимов с точки зрения процессов обучения	75
Рис. 3.3. Деадаптивные способы совладания и клинические симптомы	76
Рис. 4.1. Генограмма для Джоанн.....	83
Рис. 4.2. Мониторинг режимов для Джоанн	90
Рис. 4.3. Описательная диаграмма режимов Джоанн	92
Рис. 4.4. Карта режимов для Джоанн	97
Рис. 4.5. Схемы, копинговые схемы, копинг-режимы и процессы АСТ, интегрированные в систему поведенческого анализа	104
Рис. 5.1. Взаимосвязь биографических данных, текущих жизненных событий и терапевтического взаимодействия	107
Рис. 5.2. Аспекты терапевтических отношений	109
Рис. 5.3. Варианты расположения терапевта для поддержки эмоциональной активации	111

Рис. 5.4. Позиции терапевта и клиента во время рефлексии процесса в рабочем альянсе	114
Рис. 6.1. Положения стульев согласно карте режимов	137
Рис. 6.2. Положения стульев для эмпатической конфронтации.....	142
Рис. 6.3. Как расположить стулья при работе с гиперкомпенсаторными режимами.....	144
Рис. 7.1. Внимание на шкале времени.....	159
Рис. 7.2. Два пути к согласованности.....	164
Рис. 7.3. «Дорожная карта» ценностей	173
Рис. 8.1. Эмоциональная обработка – метафора «два разума»	176
Рис. 8.2. Шаги для достижения стойких изменений	180
Рис. 9.1. Работа с двумя системами обработки информации в воображении (Schacter, 1992).....	183
Рис. 9.2. Процесс исцеления в экспериенциальной работе	210
Рис. 10.1. Положение стульев в исторической ролевой игре	219
Рис. 10.2. Диалог на стульях, основанный на карте режимов.....	224
Рис. 10.3. Замкнутый круг тревожной реакции, и как из него выбраться .	235
Рис. 11.1. Форма для самонаблюдения за копинговыми режимами Джоанн.....	244
Рис. 11.2. Карта-памятка о схемах-режимах Джоанн.....	247
Рис. 11.3. Дневниковая карточка Джоанн	249
Рис. 11.4. Дневниковая карточка Джоан	251
Рис. 11.5. Заполненный бланк поведенческой активации Джоанн.....	254
Рис. 13.1. Схемы и режимы нарциссического клиента	273
Рис. 14.1. Деадаптивный цикл режимов Джоанн и Брэндона	303

Таблицы

Таблица 1.1. Два полюса организации индивида	23
Таблица 2.1. Схемы, домены, состояния потребности и итоговые режимы	46
Таблица 3.1. Взаимоотношения между схемами, копинговыми стилями и демонстрируемыми копинговыми режимами ..	73
Таблица 5.1. Показатели выхода клиентов из терапии пограничных расстройств личности	122
Таблица 15.1. Возможные циклы режимов в терапевтических отношениях	312

Оглавление

Предисловие к русскому изданию	13
Предисловие	15
Предисловие к русскому изданию научного редактора.....	18
Глава 1. Концептуальные основы	21
Глава 2. Модель ранних дезадаптивных схем – разметка трудноразличимого пространства	43
Глава 3. Режимы – в настоящем времени.....	59
Глава 4. От прошлого к настоящему – концептуализация случая ..	78
Глава 5. Использование терапевтических отношений.....	106
Глава 6. Работа с детскими режимами, Внутренним критиком и копинговыми режимами	134
Глава 7. Формирование режима Здорового взрослого	153
Глава 8. Как вызвать изменения.....	175
Глава 9. Использование техник работы с воображением для стимулирования изменений.....	182
Глава 10. Диалоги режимов на стульях	217
Глава 11. Техники Изменения Поведения	238

Глава 12. Планирование терапии.....	257
Глава 13. Работа с трудными клиентами.....	271
Глава 14. Для танго нужны двое – включение партнера клиента в процесс терапии	300
Глава 15. Схемы психотерапевта и самотерапия	310
Эпилог. Возможности и ресурсы для обучения	325
Послесловие	326
Литература	328
Предметный указатель	339