

# Оглавление

|  |    |
|--|----|
| Предисловие .....  | 9  |
| Вступление .....   | 11 |
| Глава 1. Они принимают решение начать практику психотерапии .....  | 16 |
| Психотерапевтический кабинет .....                                 | 16 |
| Ну вот мы и взглянули на три примера .....                         | 19 |
| В качестве резюме: кабинет, располагающий к общению .....          | 20 |
| Глава 2. Первый клиент .....                                       | 24 |
| Первое впечатление .....   | 24 |
| Первое собеседование .....   | 25 |
| Оплачивается ли первый сеанс? .....                                | 29 |
| Нужен ли испытательный период? .....                               | 30 |
| Обучение «профессии клиент» .....                                  | 31 |
| В качестве резюме: несколько возможных тем для первой беседы ..... | 32 |
| Глава 3. Диагностика и решение работать с клиентом .....           | 34 |
| Предохранить личность вопреки шаблонам .....                       | 34 |
| Какова роль диагностики? .....                                     | 36 |
| Страдающие хронической депрессией и склонные к суициду. ....       | 36 |
| Borderlines (пограничные состояния) .....                          | 37 |
| Параноики .....  | 38 |
| Мотивация-предлог .....  | 40 |
| Две параллельные психотерапии? .....                               | 41 |
| Медикаментозное лечение .....                                      | 42 |
| Глава 4. Легализация, создание рекламы .....                       | 44 |
| 1, 2, 3... Старт! .....  | 44 |
| Легализировать свое положение .....                                | 47 |
| «Заявить о себе» .....   | 48 |
| Четыре параллельных канала информации .....                        | 49 |
| Глава 5. Первые трудности .....                                    | 51 |
| Клиент не пришел на назначенную встречу .....                      | 51 |

|   |    |
|---|----|
| Надо ли реагировать в случае неявки? . . . . .                              | 53 |
| Обращение на «ты» . . . . .   | 53 |
| Он мне постоянно звонит . . . . .   | 54 |
| Как и почему отказывают клиенту? . . . . .                                  | 55 |
| Оплата, кредит . . . . .  | 56 |
| Глава 6. Изгоняем общепринятые истины . . . . .                             | 58 |
| Вырываем сорняки... . . . . .   | 58 |
| Struggle for life . . . . .   | 60 |
| А действительно ли «красота требует жертв»? . . . . .                       | 61 |
| Деньги... это золото! . . . . .   | 61 |
| Корни происходят от дерева! . . . . .                                       | 62 |
| Необходимо ли все понимать? . . . . .                                       | 63 |
| Миф о прозрачности. . . . .   | 64 |
| Правило исключения . . . . .  | 65 |
| Гипертелия . . . . .  | 66 |
| Подсознание «не знает» грамматики . . . . .                                 | 67 |
| Глава 7. Психотерапия и общество . . . . .                                  | 69 |
| Взлет психотерапии в наши дни . . . . .                                     | 69 |
| Терапия или совет (counseling)? . . . . .                                   | 71 |
| Глава 8. В процессе психотерапии . . . . .                                  | 77 |
| Краткосрочные психотерапии,<br>психотерапии поддержки. . . . .              | 77 |
| Частота сеансов . . . . .   | 79 |
| Регулярность . . . . .  | 80 |
| Завершение курса психотерапии . . . . .                                     | 82 |
| Инциденты в течение курса психотерапии. . . . .                             | 83 |
| Импульс и осуществление . . . . .   | 84 |
| Суицид . . . . .  | 86 |
| Декомпенсация . . . . .   | 88 |
| Мутизм . . . . .  | 89 |
| Бредовое состояние. . . . .   | 91 |
| Дебрифинг (debriefing) . . . . .  | 92 |
| Эффект Зейгарник . . . . .  | 93 |
| Жалобы и обвинения . . . . .  | 94 |
| Досье клиента. . . . .  | 95 |
| Глава 9. Деонтология . . . . .  | 97 |
| Этика и деонтология: уважительные<br>отношения и соблюдение тайны . . . . . | 97 |

|   |     |
|---|-----|
| Уважение к коллегам .....                               | 98  |
| Уважение к клиенту .....                                | 99  |
| «Контролируемая вовлеченность» .....                    | 100 |
| «Самораскрытие» .....                                   | 101 |
| Поощрить и ограничить .....                             | 102 |
| Конфиденциальность .....                                | 103 |
| Дистанция в отношениях .....                            | 107 |
| Влюбленность .....                                      | 109 |
| Глава 10. «Инструментарий» и технические приемы .....   | 111 |
| Широкое разнообразие технических приемов .....          | 111 |
| Пустой стул .....                                       | 112 |
| Символические предметы и «спряжение<br>наоборот» .....  | 112 |
| Переходные предметы .....                               | 114 |
| Рисунок .....   | 115 |
| Зеркало .....   | 116 |
| Тело .....  | 117 |
| Сексуальность .....                                     | 118 |
| Работа над сновидением .....                            | 119 |
| Фрейд, Юнг.. и другие .....                             | 120 |
| Современные исследования .....                          | 121 |
| Конкретно: десять подходов к сновидению .....           | 123 |
| EMDR (ДПДГ) .....                                       | 124 |
| Пентаграмма Гингера .....                               | 128 |
| Драматический треугольник Карпмана .....                | 133 |
| Диагностические шаблоны (схемы) .....                   | 134 |
| Глава 11. Широкий круг клиентов .....                   | 135 |
| Дети и подростки .....                                  | 135 |
| Беременные женщины и молодые мамы .....                 | 137 |
| Женщины, страдающие бесплодием .....                    | 139 |
| Близнецы .....  | 140 |
| Пожилые люди .....                                      | 140 |
| Гомосексуалисты .....                                   | 141 |
| Культурные различия .....                               | 142 |
| Различные «патологии» .....                             | 143 |
| «Базовая личность» .....                                | 145 |
| «Колесо личности»<br>(или персональный «профиль») ..... | 146 |

|   |     |
|---|-----|
| Уважение к коллегам .....                               | 98  |
| Уважение к клиенту .....                                | 99  |
| «Контролируемая вовлеченность» .....                    | 100 |
| «Самораскрытие» .....                                   | 101 |
| Поощрить и ограничить .....                             | 102 |
| Конфиденциальность .....                                | 103 |
| Дистанция в отношениях .....                            | 107 |
| Влюбленность .....                                      | 109 |
| Глава 10. «Инструментарий» и технические приемы .....   | 111 |
| Широкое разнообразие технических приемов .....          | 111 |
| Пустой стул .....                                       | 112 |
| Символические предметы и «спряжение<br>наоборот» .....  | 112 |
| Переходные предметы .....                               | 114 |
| Рисунок .....   | 115 |
| Зеркало .....   | 116 |
| Тело .....  | 117 |
| Сексуальность .....                                     | 118 |
| Работа над сновидением .....                            | 119 |
| Фрейд, Юнг.. и другие .....                             | 120 |
| Современные исследования .....                          | 121 |
| Конкретно: десять подходов к сновидению .....           | 123 |
| EMDR (ДПДГ) .....                                       | 124 |
| Пентаграмма Гингера .....                               | 128 |
| Драматический треугольник Карпмана .....                | 133 |
| Диагностические шаблоны (схемы) .....                   | 134 |
| Глава 11. Широкий круг клиентов .....                   | 135 |
| Дети и подростки .....                                  | 135 |
| Беременные женщины и молодые мамы .....                 | 137 |
| Женщины, страдающие бесплодием .....                    | 139 |
| Близнецы .....  | 140 |
| Пожилые люди .....                                      | 140 |
| Гомосексуалисты .....                                   | 141 |
| Культурные различия .....                               | 142 |
| Различные «патологии» .....                             | 143 |
| «Базовая личность» .....                                | 145 |
| «Колесо личности»<br>(или персональный «профиль») ..... | 146 |

|           |  |
|-----------|--|
|           | Краткие комментарии . . . . .  |
|           | Советы по применению графика<br>(для определения собственного профиля) . . . . . |
|           | Размышления на темы, наиболее часто<br>вызывающие интерес . . . . .              |
| Глава 12. | Работа в группе . . . . .  |
|           | Регулярно действующие<br>психотерапевтические группы . . . . .                   |
|           | Рамки и условия работы . . . . .   |
|           | «Двойной замок» (С. и А. Гингер) . . . . .                                       |
|           | Появление новичка в группе:  |
|           | «хрустальный шар» (С. и А. Гингер) . . . . .                                     |
|           | «Floating hot seat» (Э. и М. Польстер) . . . . .                                 |
|           | «Подключить» лимбический мозг . . . . .  |
|           | Межличностный подход . . . . .   |
|           | Котерапия без слияния,<br>но при полном доверии . . . . .                        |
|           | Ну а зачем же тогда индивидуальная терапия? . . . . .                            |
|           | Потенциально усиливающий коктейль . . . . .                                      |
|           | Богатство возможностей работы в группе . . . . .                                 |
| Глава 13. | Работа с парами . . . . .  |
|           | Запросы пар . . . . .  |
|           | Основные мотивы, побуждающие пару<br>к консультации . . . . .                    |
|           | Различные виды помощи парам . . . . .  |
|           | Индивидуальная терапия . . . . .   |
|           | Терапия пары . . . . .   |
|           | Групповая психотерапия . . . . .   |
|           | Специфика терапии пар . . . . .  |
|           | Во всем ли надо признаваться? . . . . .  |
|           | Как жить с представителем другого «вида»? . . . . .                              |
|           | Игры и упражнения . . . . .  |
|           | «Воплощенный» психотерапевт . . . . .  |
|           | Переменная психотерапия . . . . .  |
|           | Гештальтистский подход . . . . .   |
|           | Я / Ты / Мы . . . . .  |
| Глава 14. | Профессия психотерапевта . . . . .   |
|           | Непрерывное профессиональное обучение . . . . .                                  |

|   |     |
|---|-----|
| Супервизия.....   | 196 |
| Карьера психотерапевта.....   | 198 |
| Приложение 1. Психотерапия в Европе.....  | 200 |
| Европа.....   | 201 |
| Психоанализ.....  | 202 |
| «Новые терапии».....  | 205 |
| Клиент-центрированный подход<br>(КЦП).....  | 206 |
| Гештальттерапия (ГТ).....   | 206 |
| Трансактный анализ (ТА).....  | 207 |
| Системные семейные терапии.....   | 208 |
| Психодрама.....   | 209 |
| Терапевтическое нейролингвистическое<br>программирование (NLPt).....                          | 210 |
| Психоорганический анализ (ПОА).....   | 210 |
| Психотелесные подходы.....  | 211 |
| Эриксоновский гипноз.....   | 211 |
| Когнитивно-бихевиористские терапии<br>(КБТ).....  | 211 |
| EMDR (метод нейроэмоциональной<br>реструктуризации посредством быстрых<br>движений глаз)..... | 212 |
| Сексотерапия.....   | 213 |
| Другие методы.....  | 213 |
| Заключение.....   | 214 |
| Социально-политический аспект.....  | 214 |
| Приложение 2. Мировая хартия личности, проходящей курс<br>психотерапии.....                   | 216 |
| 1. Право на уважение<br>достоинства личности.....   | 216 |
| 2. Право свободного выбора.....   | 216 |
| 3. Право на доступ к информации.....  | 216 |
| 4. Условия психотерапии.....  | 216 |
| 5. Право на конфиденциальность.....   | 216 |
| 6. Деонтологические обязательства<br>психотерапевта.....                                      | 217 |
| 7. Процедура подачи жалоб.....  | 217 |

|   |     |
|---|-----|
| Приложение 3. Деонтологический кодекс Европейской ассоциации психотерапии (ЕАП) . . . . .                                       | 218 |
| Преамбула . . . . .   | 218 |
| Поле применения . . . . .   | 218 |
| Профессия психотерапевта . . . . .  | 218 |
| Профессиональная компетентность и усовершенствование знаний . . . . .   | 219 |
| Профессиональная тайна . . . . .  | 219 |
| Условия и контекст проведения курса психотерапии . . . . .  | 220 |
| Обязанность предоставить точную и исчерпывающую информацию . . . . .  | 220 |
| Отношения с коллегами . . . . .   | 221 |
| Соблюдение деонтологических принципов в процессе обучения . . . . .   | 221 |
| Внесение вклада в общественное здравоохранение . . . . .  | 221 |
| Исследования в области психотерапии . . . . .   | 221 |
| Нарушение деонтологических правил . . . . .   | 221 |
| Обязанности психотерапевтических организаций, входящих в состав ЕАП . . . . .   | 222 |
| Приложение 4. Страсбургская декларация . . . . .  | 223 |
| Страсбургская декларация о психотерапии (1990) . . . . .  | 223 |
| Приложение 5. Европейский сертификат психотерапии (ЕСП) . . . . .   | 225 |
| Приложение 6. Training Accreditation Committee (ТАС). . . . .   | 227 |
| Досье и процедура аккредитования . . . . .  | 227 |
| Преамбула . . . . .   | 227 |
| Вспомогательное соглашение . . . . .  | 227 |
| Независимость . . . . .   | 228 |
| Основные английские сокращения и термины . . . . .  | 236 |
| Приложение 7. Список литературы (the selection of the main Russian books about this topic will be done by Pr Makarov) . . . . . | 238 |