

ОГЛАВЛЕНИЕ

От автора	7
Глава 1. Общие стратегии психотерапевтического консультирования	10
Этапы психотерапевтического процесса	16
Принципы проведения первичной консультации	31
Техники терапевтического вмешательства	38
Вербальные и невербальные средства психотерапевтической работы	42
Метафоры в процессе психотерапевтического консультирования ..	57
Личность консультанта	64
Этические принципы психотерапевта	70
Список цитированной и рекомендуемой литературы	73
Глава 2. Психодиагностика	77
Психотелесные соответствия: темперамент, характер и анатомическая конституция	78
Основные теории темперамента:	
Гиппократ/Гален, И. П. Павлов, Я. Стреляу	78
Типологическая модель Э. Кречмера	86
Типологическая модель У. Шелдона	88
Типология индивидуально-личностных свойств	93
Типология стилей жизни	96
Соционическая типология	98
Психологические функции	101
Модель «Ю» Аугустиновичюте	105
Акцентуации характера	127
Типы организации характеров	132
Основные психологические защиты и фазы инфантильного развития	133
Этапы психологической организации	140
Паттерны дыхания	145
Теория базовых конфликтов К. Хорни	145
Восемь типов характера: системное описание и базовые проблемы	151

Оглавление

Шизоидный тип характера	151
Нарциссический тип характера	154
Параноидальный тип характера	157
Обсессивно-компульсивный тип характера	158
Психопатический (антисоциальный) тип характера	162
Истерический тип характера	165
Депрессивный и маниакальный тип характера	168
Мазохистический тип характера	170
Психотерапевтическое консультирование и тестирование	173
Список цитированной и рекомендуемой литературы	181
Глава 3. Классический психоанализ	186
Теория	186
Техники	212
Техника 1. Свободные ассоциации	216
Техника 2. Анализ сопротивления	219
Техника 3. Анализ переноса	228
Техника 4. Работа со сновидениями	239
Техника 5. Анализ ошибочных действий	245
Техника 6. Самоанализ	246
Тренинг психоаналитических навыков (по Кроль, Пуратова, 2000)	247
Список цитированной и рекомендуемой литературы	260
Глава 4. Индивидуальная психология Адлера	263
Теория	263
Техники	287
Техника 1. Первичное интервью	287
Техника 2. Получение раннего воспоминания	294
Техника 3. Качественный контент-анализ ранних воспоминаний	296
Техника 4. История жизни	299
Техника 5. Анализ сновидений	299
Техника 6. Терапевт как модель	301
Техника 7. Действия «как будто»	301
Техника 8. Негативная практика	301
Техника 9. Ловля самого себя	302
Техника 10. Метод пусковой кнопки	302
Техника 11. «Ага-переживание»	302
Реориентационный тренинг	303
Техника 1. Встреча с самим собой	303
Техника 2. Развитие стереоскопического психологического видения	306
Техника 3. Преодоление кристаллизованных паттернов поведения	312

Техника 4. Метафорическое взаимодействие	315
Техника 5. Гештальт-терапевтическая техника отождествления с объектом	317
Техника 6. Исследование и преобразование метафор в адлерианской терапии	320
Техника 7. Метафорические упражнения для взрослых	322
Список цитированной и рекомендуемой литературы	326
Глава 5. Гештальт-терапия	329
Теория	329
Техники	360
Техника 1. Развитие осознания	360
Техника 2. Концентрация внимания на чувствах	370
Техника 3. Интеграция полярностей	379
Техника 4. Работа со сновидениями	382
Техника 5. Преодоление сопротивления	383
Техника 6. Принятие ответственности	400
Список цитированной и рекомендуемой литературы	417
Глава 6. Когнитивная психотерапия	419
Теория	419
Техники	446
Метод 1. Формула ABC	447
Метод 2. Определение убеждений	449
Метод 3. Группы убеждений	457
Метод 4. Жесткие техники опровержения	460
Метод 5. Мягкие техники опровержения	470
Метод 6. Объективные техники опровержения	478
Метод 7. Перцептивный сдвиг: основные процедуры	485
Метод 8. Перцептивный сдвиг: наведение мостов	493
Метод 9. Ресинтез прошлого	498
Метод 10. Практические техники	502
Список цитированной и рекомендуемой литературы	507
Глава 7. Транзактный анализ	509
Теория	509
Техники	543
Техника 1. Определение Эго-состояний	543
Техника 2. Определение транзакций	549
Техника 3. Поглаживания	551
Техника 4. Структурирование времени	555
Техника 5. Определение жизненного сценария	556
Техника 6. Работа с игнорированием	573
Техника 7. Работа с мировосприятием и искажением	574

Оглавление

Техника 8. Работа с симбиозом	575
Техника 9. Работа с Системой Рэкета	576
Техника 10. Игры и анализ игр	583
Техника 11. Контракты на изменение	586
Список цитированной и рекомендуемой литературы	589
Глава 8. Психосинтез	591
Теория	591
Техники	608
Техника 1. Работа с субличностями	608
Техника 2. Постигание своего истинного «Я»	630
Техника 3. Перестройка личности вокруг нового центра (психосинтез)	640
Техника 4. Работа с постановкой целей	648
Список цитированной и рекомендуемой литературы	661
Глава 9. Нейро-лингвистическое программирование	664
Теория	664
Техники	714
Техника 1. Работа с якорями	714
Техника 2. Работа с Метапрограммами	718
Техника 3. Работа с убеждениями	723
Техника 4. Работа с линией времени	729
Техника 5. Универсальные техники	736
Словарь терминологии НЛП	761
Список цитированной и рекомендуемой литературы	767
Глава 10. Позитивная психотерапия	769
Теория	769
Техники	797
Техника лечения, основанная на теории возникновения заболеваний	797
Схема психотерапевтического взаимодействия в краткосрочной позитивной психотерапии	816
Метод 1. Работа с проблемой	817
Метод 2. Работа с целью	826
Метод 3. Работа с ресурсами	830
Метод 4. Работа с социальной сетью (усиление сотрудничества в социальной системе пациента)	839
Метод 5. Работа с объяснениями	841
Список цитированной и рекомендуемой литературы	846