

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	5
ОТ АВТОРА	7
БЛАГОДАРНОСТИ	11
1. ВВЕДЕНИЕ	13
Обзор современной когнитивно-бихевиоральной терапии с парами и семьями	13
Принципы теории обучения	14
Принципы когнитивной терапии	17
Интегративный потенциал когнитивно-бихевиоральной терапии	19
2. МЕХАНИЗМЫ ИЗМЕНЕНИЙ ПРИ РАБОТЕ С ПАРАМИ И СЕМЬЯМИ	23
Когнитивные процессы	23
Привязанность и аффект	40
Роль изменения поведения	65
3. КОМПОНЕНТ СХЕМЫ В КОГНИТИВНО-БИХЕВИОРАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ	72
Концепция схемы	72
Автоматические мысли и схемы	76
Базовые схемы и когнитивные искажения	80
Выявление схем семьи происхождения и их влияние на отношения в семье и паре	81
Когниции и родительские схемы	87
4. РОЛЬ НЕЙРОБИОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЦЕССОВ	97
Роль миндалины	101
Когниции против эмоций	105

5. Методы клинической оценки	109
Первые совместные интервью	110
Консультации с предыдущим терапевтом и другими специалистами в области психического здоровья	112
Тесты и опросники	114
Дополнительное психологическое тестирование и оценка	119
Генограммы	120
Текущие оценки и осмысление случаев на протяжении всего курса терапии	122
Специфические сложности в процессе диагностики	122
Поведенческие наблюдения и изменения	124
Структурированные семейные взаимодействия	125
Оценка когниций	127
Индивидуальные интервью	129
Идентификация макроуровневых паттернов и центральные проблемы отношений	131
Оценка мотивации к изменениям	131
Обратная связь на этапе диагностики	132
Идентификация автоматических мыслей и центральных убеждений	133
Разграничение основных убеждений и схем	136
Негативный фрейминг и способы его выявления	136
Идентификация и маркировка когнитивных искажений	138
Перевод мыслей, эмоций и поведения в процессе концептуализации	138
Атрибуция, критерии и их роль для оценки	139
Бихевиоральные паттерны, не поддающиеся адаптации	140
Проверка и новая интерпретация автоматических мыслей	140
Разработка плана терапии	141
6. Когнитивно-бихевиоральные техники	143
Ознакомление пар и членов семьи с когнитивно-бихевиоральной моделью	143
Выявление автоматических мыслей и связанных с ними поведения и эмоций	144
Использование схем, их реструктурирование	145
Фиксация необходимых действий на основе повтора, проигрывания ранее произошедшей ситуации	147
Бихевиоральные техники	148
Пути разрешения возможного рецидива	185
Преодоление препятствий и сопротивления изменениям	186
Негативное отношение партнеров к изменениям, неверие в успех ...	187

Различные подходы к построению терапии	188
Страх перед изменением существующих паттернов в семейных отношениях.....	189
Опасение потерять контроль и доминантное место в семье.....	190
Вопросы ответственности за изменения	191
Препятствия.....	193
7. СПЕЦИАЛЬНЫЕ ТЕМЫ	203
Развод.....	203
Культурная восприимчивость	208
Депрессия, личностное расстройство и другие психические заболевания.....	216
Внебрачные связи.....	218
Алкогольная и наркотическая зависимость	220
Домашнее насилие	222
Противопоказания и ограничения когнитивно-бихевиорального подхода.....	228
Семейные пары и семьи в кризисном состоянии	230
Однополые пары и их дети.....	232
Атипичные пары и семейные консультации	233
Семейная терапия, осуществляемая двумя психологами.....	236
Многоуровневая терапия	237
8. РАСШИРЕНИЕ ВОЗМОЖНОСТЕЙ КОГНИТИВНО-БИХЕВИОРАЛЬНОЙ ТЕРАПИИ.....	242
Техники, основанные на приятии.....	242
Осознанность.....	243
9. ОТДЕЛЬНЫЕ СЛУЧАИ ИЗ ПРАКТИКИ	246
Ловушка пенсионного возраста	246
Семья троглодитов.....	260
10. ЭПИЛОГ	281
Приложение А	283
Опросы и анкеты для пар и семей.....	283
Приложение В	284
Запись дисфункциональных мыслей	284
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	285