

615.851
К 73

ЗОЛОТОЙ ФОНД ПСИХОТЕРАПИИ

Джеффри Коттлер

Совершенный
ПСИХОТЕРАПЕВТ

*Работа с трудными
клиентами*



 ПИТЕР®

Оглавление

<i>Предисловие научного редактора</i>	10
СОВЕРШЕННЫЙ ПСИХОТЕРАПЕВТ	
<i>Предисловие</i>	12
Содержание книги	14
Благодарности	15
<i>Глава первая. Почему психотерапевты работают по-разному, достигая при этом сходных результатов</i>	16
Три психотерапевта глазами клиента	16
Проблема общей терминологии	20
Определение эффективности	21
Статистически не значимо, но клинически важно	22
Все одинаково?	23
В чем состоят различия?	24
Сходства и различия	25
Общие темы в личных историях клиентов	28
В направлении консенсуса	32
<i>Глава вторая. В поисках точек соприкосновения между психотерапевтами</i>	34
Когда меньше значит больше	35
Преимущества интеграции	37
Эклектизм, прагматизм, плюрализм	39
Исторические аспекты интеграции в психотерапии	41
Современные усилия в направлении интеграции	44
<i>Глава третья. Общие черты большинства психотерапевтических подходов</i>	48
Консенсус по ключевым моментам	48
Терапевтические взаимоотношения	52
Процессы исследования своего «я»	55
Паттерны влияния	57
<i>Глава четвертая. Лучшие психотерапевты — что они за люди?</i>	68
Личность психотерапевта как образец для подражания	69
Полноценно функционирующий психотерапевт	71
Влияние сильной личности	72
Сила убеждения и влияние в терапевтических отношениях	74
Заразительность энтузиазма	76
Ценность игры и чувства юмора	76

Забота и сердечность	79
Надежность и доверие	80
Терпение	81
Способность признавать свои ошибки	83
Высокая чувствительность	86
<i>Глава пятая. Как психотерапевт ощущает, воспринимает, обдумывает и перерабатывает свои впечатления</i>	<i>89</i>
Мультидисциплинарное и многомерное мышление	90
В поисках стереотипов	92
Клинические выводы и их практическое применение	95
Формирование диагностического впечатления	99
Эвристическое мышление	102
Метафорическое мышление	105
Интуиция	108
Гибкость	110
Творческий подход	112
Умение прислушиваться к внутреннему голосу	113
<i>Глава шестая. Отличительные особенности работы разных психотерапевтов с клиентами</i>	<i>115</i>
Отбор подходящих клиентов	117
Ролевая индукция	119
Налаживание взаимодействия	123
Проведение интервью	125
Лингвистический тренинг	126
Интерпретация	128
Конфронтация	131
Преодоление сопротивления	131
Фокусирование	133
Расспрос	134
Решение проблем	135
Установление границ допустимого при взаимодействии поведения	137
Самораскрытие	140
Завершение психотерапии	142
Заключение	145
<i>Глава седьмая. Как радости и трудности терапевтической работы перерастают в эффективную психотерапию</i>	<i>146</i>
Свобода быть психотерапевтом	148
Личностный рост психотерапевта	149
Взаимное влияние	150
Проблемы практической психотерапии	151
Быть полезным	152
Сущность эффективной психотерапии	154
Работа по повышению эффективности	156
Заключение	159

ПСИХОТЕРАПИЯ СОПЕРЕЖИВАНИЯ. РАБОТА С ТРУДНЫМИ КЛИЕНТАМИ

<i>Предисловие</i>	162
О содержании книги	162
Структура книги	163
Благодарности	164
Часть первая. Что делает клиентов трудными	
<i>Глава первая.</i> О природе сопротивления	166
Почему некоторые психотерапевты чаще других сталкиваются с трудными клиентами	167
Сопротивление и перспективы достижения изменений	168
Некоторые типы сопротивления и их значение	170
Гомеостаз и смысл сопротивления	173
<i>Глава вторая.</i> Психологические портреты трудных клиентов	175
Оценка проблем клиента	177
Что делает клиента трудным	179
Идеальный клиент	186
<i>Глава третья.</i> Прозвища, даваемые клиентам	189
Иногда незнание может оказаться полезным	191
Наши клиенты не враги, а психотерапия не война	192
<i>Глава четвертая.</i> Свидетельства очевидца	194
Ожидания психотерапевта и клиента	195
Куда бы вы ни шли... вы уже у цели!	197
Когда психотерапевты ненавидят своих клиентов	198
Часть вторая. Когда причина трудностей в психотерапевте	
<i>Глава пятая.</i> Когда психотерапевты подрывают собственные усилия	200
Заглянем внутрь себя	201
Субъективное восприятие клиентов	201
Поощрение «трудного» поведения клиентов	202
Ощущение угрозы	204
Поиск оправданий	205
<i>Глава шестая.</i> Переливание из пустого в порожнее	208
Когда клиенты задевают нас за живое	209
Когда принимаешь проблему близко к сердцу	210
Сходство между трудными клиентами и их психотерапевтами	211
Кто попадает к вам на прием и почему	212
<i>Глава седьмая.</i> Игры, в которые играют психотерапевты	214
Излюбленные игры	215
Борьба за власть	219
Часть третья. Некоторые особенно трудные клиенты	
<i>Глава восьмая.</i> Если я решу покончить с собой	222
Стили манипулятивного поведения	224

Один случай из многих	225
Дополнительный риск и неизбежные проблемы	227
<i>Глава девятая. Я буду ходить к вам, пока вы не разрешите мои проблемы</i>	<i>229</i>
Потребность некоторых клиентов контролировать ситуацию	230
Вариант с соблазнением	231
Потребность проявить силу	234
Профилактические действия	235
<i>Глава десятая. Вы не можете заставить меня вести разговор</i>	<i>237</i>
Несносный клиент	238
Агрессивный подросток	240
Отстранение агрессивно настроенных клиентов от терапии	242
Нейтрализация враждебности	244
Конфронтация с враждебно настроенным клиентом	247
<i>Глава одиннадцатая. У меня нет проблем — все дело в нем/в ней</i>	<i>249</i>
Почему бывает трудно работать с супружескими парами	250
Вмешательства при супружеских конфликтах	252
<i>Глава двенадцатая. Я уже рассказывал вам об этом?</i>	<i>256</i>
Скучный клиент и скучающий психотерапевт	257
Клиент-зануда	260
Когда трудно концентрировать внимание	262
<i>Глава тринадцатая. Да, нет, возможно, не знаю</i>	<i>264</i>
Клиенты, которые симулируют изменения	264
Работа с пассивным сопротивлением	266
Клиенты, не склонные разговаривать	270
Работа с молчаливым клиентом	271
Как достичь большего ценой минимальных усилий	273
Часть четвертая. Ведение трудных случаев	
<i>Глава четырнадцатая. Противодействие нерешенным проблемам</i>	<i>276</i>
Спасение мира или самих себя?	276
Не воспринимайте сопротивление клиента как личную обиду	281
Стремление добиться слишком многого	281
Заручитесь поддержкой коллег	282
Одна голова хорошо, а две лучше	284
Прекратите жаловаться	285
<i>Глава пятнадцатая. Размышляем конструктивно, проявляем сочувствие</i>	<i>287</i>
О птицах-пересмешниках и пользе маневренности	287
Прагматический подход	288
Опасность ригидности	291
Мысленный контрольный список	292
Поведенческий профиль	294
Рефрейминг сопротивления	297
Коррекция наших ожиданий	298

<i>Глава шестнадцатая. Устоявшиеся терапевтические альянсы</i>	299
Терапевтические альянсы	300
Ощущение того, что тебя понимают	301
Взаимоотношения в семье	302
Взаимоотношения в группе	304
Достижение инсайта в рамках терапевтического взаимодействия	305
<i>Глава семнадцатая. Практические стратегии выхода</i>	
из тупиковых положений	308
Вмешательства на когнитивном уровне	308
Создание структуры	309
Акцент на позитивных моментах	311
Управление терапевтическим окружением	313
Парадоксальные вмешательства	316
Использование подручных средств	321
Разработка многомерного плана	322
<i>Глава восемнадцатая. Правила привлечения клиента к терапии</i>	323
Сводные рекомендации по вовлечению клиентов в психотерапию	327
Когда ничто не помогает	330
<i>Литература</i>	331