

615. 851
И 34

современная медицина

ПРАКТИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

А. И. Нахимовский
В. В. Шишков



 **ПИТЕР®**

Содержание

Об авторах	12
Вместо предисловия	14
Диалог 1	
<i>Зачем авторам нужны диалоги? Должны ли психотерапевты по личностным особенностям отличаться от врачей других специальностей? Что такое базисные и надстроечные качества психотерапевта? Чем отличается психотерапевтическое общение от обычного?</i>	19
Диалог 2	
<i>Должны ли врачи разных специальностей изучать технику общения? Надо ли врачу изучать самого себя и заниматься саморегуляцией? Что происходит при общении врача и пациента?</i>	29
Диалог 3	
<i>Что такое рациональная психотерапия и как она сочетается с другими психотерапевтическими методами?</i>	41
Диалог 4	
<i>Каким образом различные взгляды на формирование неврозов и психосоматических расстройств отражаются на практическом применении рациональной психотерапии?</i>	50
Диалог 5	
<i>На чем основана поведенческая психотерапия? Что легче для психотерапевта — индивидуальное общение или в группе? Что общего между законом сохранения энергии и групповой динамикой?</i>	61

Диалог 6

Почему служители культа отрицательно относятся к гипнозу? Возможно ли взаимопонимание между священником и врачом гипнотерапевтом? Какой гипноз лучше — психологический или биологический? 71

Диалог 7

Когда гипноз показан, а когда противопоказан или даже опасен? Всегда ли противопоказания к гипнотерапии обоснованы? Применим ли гипноз при поведенческих нарушениях у детей и подростков? 81

Диалог 8

Что такое гипнокоррекция и гипнопедия? Можно ли считать гипноз допингом? Способствует ли применение гипноза формирование зависимости от психотерапевта? 91

Диалог 9

Как психотерапевту обезопасить себя от ложных обвинений сексуального характера? Существуют ли границы реализации гипнотического и постгипнотического внушений? Может ли гипноз приводить к осложнениям? 104

Диалог 10

Зачем нужна подготовка к гипнотерапии? Каковы особенности подготовительного периода? Устранимы ли скепсис, боязливость, мистическая настроенность? Кому необходимы пробы на внушаемость — психотерапевту или пациенту? 117

Диалог 11

Всегда ли внушаемость и гипнабельность совпадают? Когда заканчивается подготовительный период и начинается первый сеанс гипноза? Почему психотерапевт выбирает ту или иную методику гипнотизации? Должен ли психотерапевт изучать новые методы психотерапии, если он в совершенстве владеет одним из них? Как обеспечить безопасность пациента? Кто защитит психотерапевта от невроза? 129

Диалог 12

Как психотерапевт должен реагировать на поведение пациента во время гипнотизации? Всегда ли содержание внушения и субъективные ощущения пациента должны совпадать? На какие сигнальные системы воздействует психотерапевт? Существуют ли «чистые» невербальные методики гипнотизации? 141

Диалог 13

Каким образом передается биоэнергия? Есть ли зависимость между взглядами психотерапевта на проблемы биоэнергетики и вы-

бором методик гипнотизации? Существуют ли абсолютные критерии для определения гипнотического состояния? 152

Диалог 14

Можно ли по данным ЭЭГ диагностировать гипнотическое состояние? Могут ли «выпадать» отдельные гипнотические фазы? Как гипнотизировать двигательно расторможенных субъектов, детей с синдромом гиперактивности? Зачем надо наблюдать за реакциями загипнотизированных пациентов? 164

Диалог 15

Какие методы психотерапии применяются после предварительной гипнотизации? Что такое гипноанализ и кто имеет право использовать этот метод? Почему З. Фрейд разочаровался в гипнозе? Можно ли заставить пациента забыть о болезни? Почему не следует отрицать реальность невротического симптома? 176

Диалог 16

Если пациентка без сознания, надо ли ее показывать психотерапевту? Какой период важнее: индукция в гипноз или дегипнотизация? Могут ли неприятные ощущения после выхода из гипноза оказаться полезными для дальнейшего лечения? Можно ли проводить дегипнотизацию без личного участия психотерапевта? 187

Диалог 17

Всегда ли раппорт избирателен? Надо ли период дегипнотизации «разбавлять» формулами внушения, не относящимися к пробуждению? Может ли мизантроп заниматься самоусовершенствованием? Что мешает психической саморегуляции? 198

Диалог 18

Перспективны ли методы психической саморегуляции? Что лучше, самовнушение или аутогенная тренировка? Можно ли овладеть этими методами самостоятельно? Следует ли материально поощрять детей за «отказ» от функционального расстройства? Зачем мы применяем аутогенную тренировку? 210

Диалог 19

Чем отличается медитация как самостоятельный метод от аутогенной медитации в рамках аутогенной тренировки? Может ли чрезмерная увлеченность различными учениями Востока принести вред психическому и физическому здоровью? Может ли психотерапевт использовать нестандартные лечебные методы? 222

Диалог 20

Нужна ли психотерапевту сверхувлеченность? Есть ли в организме собственная аптека? Применима ли психотерапия при орга-

Диалог 33

Зачем нужны ритуалы? Что такое **реальная магия**? Что такое **иррациональная магия**? Нужен ли психотерапии магический компонент? Что общего между неврозом навязчивости и магией? Может ли психотерапевт выйти за пределы реальной магии? 395

Диалог 34

Кому психотерапевт должен уделять больше **внимания** на первичном приеме — детям или родителям? Всегда ли сведения о ребенке, полученные от родителей и других родственников, соответствуют **истине**? Имеет ли право психотерапевт пользоваться скрытой видеокамерой? Можно ли избежать злоупотребления **психотропными препаратами**? 406

Диалог 35

Почему **многообразие подходов** к выбору лечебных методов сохранится вопреки любым инструкциям? Может ли «успешная» хирургическая операция быть неоправданной? Как следует бороться с **неадекватным отношением** к психотерапии? Надо ли увеличивать число психотерапевтов? 417

Диалог 36

Каковы **особенности рациональной психотерапии** детей? Что общего между школьным обучением и рациональной психотерапией? Надо ли учитывать **личный темп** ребенка? Может ли психотерапевт лечить своих родственников и знакомых? Есть ли разница между **директивностью** и **императивностью**? 428

Диалог 37

Можно ли использовать **естественный сон** для проведения сеансов внушения? Все ли мамы могут применять «**материнский гипноз**»? В каких вариантах существует «**магнитофонная психотерапия**»? Всегда ли надо «лечить» детей и подростков по просьбе родителей? Можно ли вводить **информацию** через **зрительный анализатор** вне сознательного восприятия? Применим ли **принцип 25-го кадра** в медицинских целях? Почему нельзя применять **суггестивные методики** вне рамок общего психотерапевтического процесса? Всегда ли при **астеническом синдроме** надо уменьшать школьные и внешкольные **нагрузки**? 437

Диалог 38

Каковы **особенности поведенческой психотерапии** детей? Должны ли родители постоянно анализировать эмоции, мысли и поведение ребенка? В чем опасность **депривации**? Допустимы ли **физические наказания** детей? 457

Диалог 39

В чем опасность узкой специализации врачей? Мешают ли успешному лечению врачебные амбиции? Влияет ли успешное лечение психических больных на самочувствие их близких? Всегда ли родители радуются, когда психотерапевт исключает органическую патологию у ребенка? Может ли психодиагностика принести вред? Возможна ли качественная психотерапия без интуиции? 467

Диалог 40

К каким выводам пришли авторы, подводя итоги бесед о проблемах общей психотерапии? Каждый ли врач может стать психотерапевтом? Кто устает больше — психотерапевт или анестезиолог? Можно ли совместить уверенность, интуицию и самоконтроль? Почему рационально мыслящие врачи должны иметь представление о нестандартных подходах к профилактике и лечению болезней? 478

Терминологический словарь 487

Список основной литературы 506