

СОДЕРЖАНИЕ



Предисловие	4
Введение	5
Основные психотерапевтические направления и методы	8
Психодинамическое направление	19
Когнитивно-поведенческое направление	44
Экзистенциально-гуманистическое направление	63
Суггестивное направление	82
Групповая психотерапия	102
Семейная психотерапия	116
Литература	129
Приложения	133
Ответы к тестовым заданиям для самоконтроля	174

Основные психотерапевтические направления и методы*

Психотерапия (от др.-греч. ψυχή — душа, дух, и θεραπεία — лечение, оздоровление, лекарство) — система лечебного воздействия на психику, а через психику — на весь организм и поведение пациента.

Метод психотерапии — общий принцип лечения, вытекающий из понятия патогенеза заболевания.

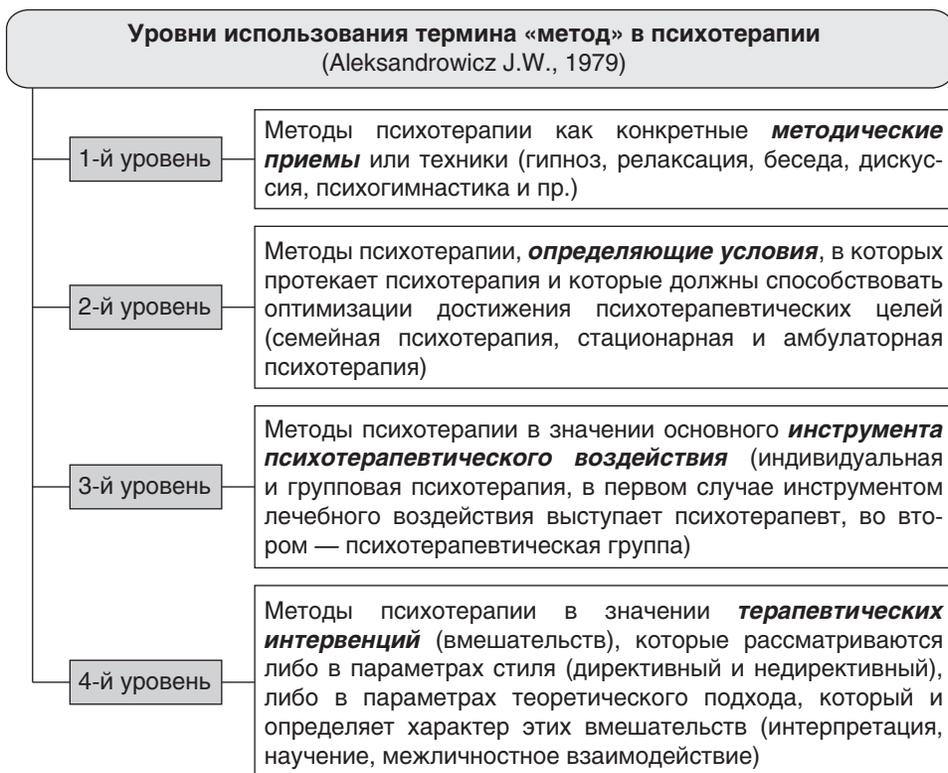


Рис. 1. Значение термина «метод» в психотерапии

* В настоящее время не существует общепринятой классификации методов психотерапии.

Форма психотерапевтического лечения — способ применения того или иного метода лечения.

Психотерапевтическое направление — комплекс различных методов, объединенных общим подходом к лечению.

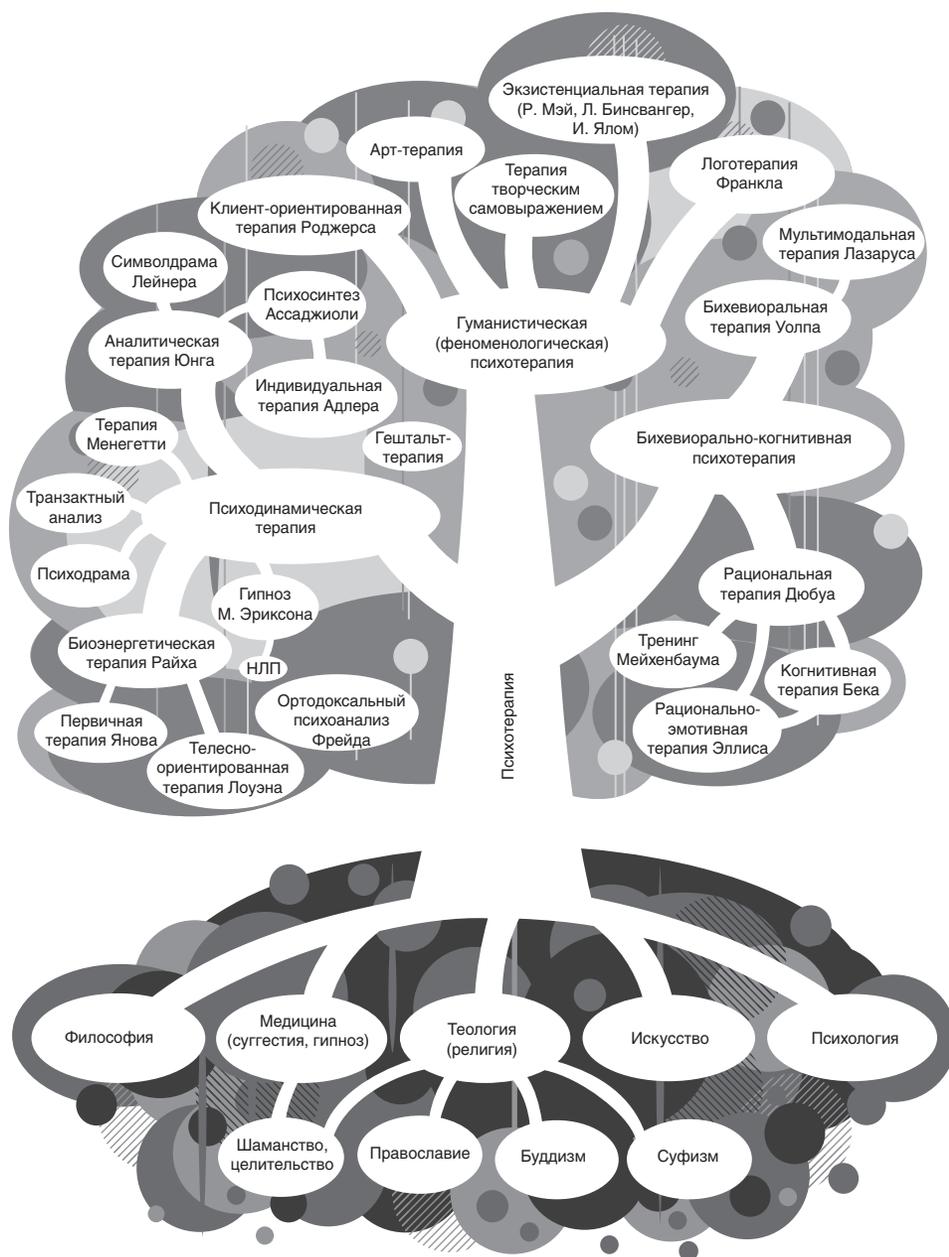


Рис. 2. Древо психотерапии (<https://pp.userapi.com/c836328/v836328115/efe0/zj8gTfY1ek.jpg>)



Рис. 3. Основные направления психотерапии

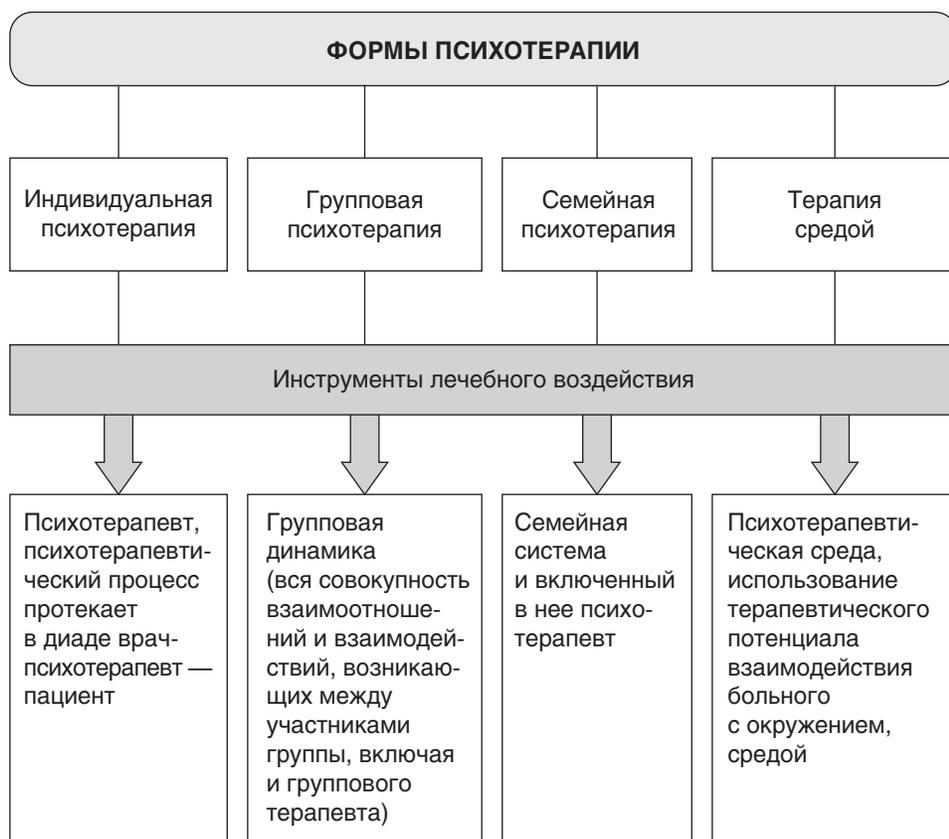


Рис. 4. Формы психотерапии

Таблица 1. Принципы воздействия психотерапевтических направлений

Динамическая (психодинамическая, аналитическая) психотерапия	<i>Для психодинамического направления является основополагающим, что мысли, чувства и поведение обусловлены бессознательными психическими процессами. Психодинамическая терапия направлена на осознание причинно-следственной связи между заболеванием и системой отношений пациента посредством выявления этиопатогенетических механизмов и внутренних конфликтов, по разрешении которых происходит воссоединение бессознательной части психики с сознательными процессами</i>
Когнитивно-поведенческая психотерапия	<i>С точки зрения когнитивной терапии основным при неврологических расстройствах является неадаптивное мышление, поэтому терапия направлена на формирование желаемых, адаптивных форм поведения посредством когнитивного реструктурирования психики пациента с использованием разъяснения механизмов развития болезни и использования когнитивно-поведенческих тренингов с положительным подкреплением</i>

Окончание табл. 1

Экзистенциально-гуманистическая психотерапия	<i>Экзистенциально-гуманистический подход сосредоточивается на специфических психических качествах, характерных именно для человека: сознание, самосознание, потребность в самоактуализации, осознание собственной целостности и уникальности, личностных ценностей и жизненного смысла, способность принимать решения и ответственность за них. Центральное понятие терапии — экзистенция (existentia — существование) как нерасчлененная целостность объекта и субъекта; основные проявления человеческой экзистенции — забота, страх, решимость, совесть, вина, любовь</i>
Гипносуггестивная психотерапия	<i>Гипносуггестивная психотерапия применяется с целью достижения седативного и вегетонормализующего эффекта, для повышения эффективности целенаправленного медицинского внушения (суггестии), для обучения пациентов самовнушению, аутотренингу, аутогипнозу, а также в рамках отдельных техник — для проведения возрастной регрессии и гипнокатарсиса, гипноанализа, гипнотической десенсибилизации и других условно-рефлекторных (поведенческих) методик</i>

Таблица 2. Основные психотерапевтические методы (по Колчеву А.И., 1998)

Интрапсихическая психотерапия Направлена на улучшение процессов социальной адаптации, купирование болезненных проявлений путем осознания механизмов неадекватных поведенческих реакций	
Психоанализ (Freud S., 1895)	Интеграция ранее подавленных болезненных проявлений в общую структуру личности, анализ психологических причин, их обуславливающих, с последующей коррекцией
Аналитическая (Jung C., 1904)	Оптимизация соотношения сознательного и бессознательного в поведенческих реакциях пациента, установление динамического равновесия между ними
Индивидуальная (Adler A., 1911)	Интеграция личности пациента, осознание им механизмов собственных поведенческих реакций, формирование повышенного социального интереса
Рациональная (Бехтерев В.М., 1911)	Разъяснение пациенту психопатологических механизмов его болезненных симптомов и неадекватных поведенческих реакций
Патогенетическая (Мясищев В.Н., 1960)	Изучение этиопатогенетических механизмов психопатологических процессов, установление причинно-следственных связей болезненных проявлений и особенностей личности пациента, с последующей коррекцией его поведенческих реакций
Экспрессивная (Alexander F., 1956)	Разрешение конкретных конфликтных ситуаций, связанных с особенностями психосексуального развития личности, купирование негативного влияния психологической защиты