

Оглавление

Введение.....	7
Глава 1. Теоретические предпосылки и история развития когнитивно-поведенческого подхода в психологическом консультировании	11
1.1. Основные философские идеи, оказавшие влияние на становление когнитивно-поведенческого подхода	11
1.2. Зарождение идей когнитивной терапии в психоанализе	13
1.3. Развитие бихевиорального и когнитивного подходов.....	15
1.4. Основные идеи бихевиоризма. Виды научения	15
1.5. Развитие когнитивной терапии и формирование когнитивно-поведенческого подхода	19
1.6. Концептуальный аппарат когнитивной терапии	21
<i>Вопросы для повторения материала</i>	<i>25</i>
<i>Практические задания.....</i>	<i>25</i>
<i>Литература</i>	<i>25</i>
Глава 2. Бихевиоральная парадигма в психологическом консультировании	27
2.1. Теория социального научения Альберта Бандуры	32
2.2. Практика моделирования поведения	36
<i>Вопросы для повторения материала</i>	<i>38</i>
<i>Практические задания</i>	<i>39</i>
<i>Литература</i>	<i>40</i>
Глава 3. Когнитивно-аналитический подход: теория личностных конструктов Джорджа Келли	42
3.1. Джордж Келли: жизненный путь (1905—1967)	43
3.2. Теория личностных конструктов Джорджа Келли	43
3.3. Основные положения теории личностных конструктов Дж. Келли.....	44
3.4. Свойства конструктов (Дж. Келли, 2000).....	45
3.5. Типы конструктов	46
3.6. Происхождение психологических проблем	47
3.7. Практика. Терапия фиксированных ролей.....	49
<i>Вопросы для повторения материала</i>	<i>52</i>
<i>Практические задания.....</i>	<i>53</i>
<i>Литература</i>	<i>55</i>
Глава 4. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия Альберта Эллиса	56
4.1. Альберт Эллис: жизненный путь (1913 —2007).....	57

4.2. Общая теория РЭПТ	58
4.2.1. Рациональность и гуманизм.....	58
4.2.2. Эмоции, когниции и поведение	59
4.2.3. Биологические тенденции.....	60
4.2.4. Социальное научение и выбор иррациональных когниций	60
4.2.5. ABC-теория личности.....	61
4.2.6. Природа психологических расстройств и здоровья.....	62
4.2.7. Возникновение и закрепление психологических нарушений.....	66
4.2.8. Теория терапевтических изменений.....	67
4.3. Практика РЭПТ.....	68
4.3.1. Цели РЭПТ-терапии.....	68
4.3.2. Длительность и формы консультирования в РЭПТ.....	69
4.3.3. Терапевтические отношения.....	69
4.3.4. Введение клиента в РЭПТ	70
4.3.5. Оценка проблем клиента.....	70
4.4. Основные терапевтические техники РЭПТ	72
<i>Вопросы для повторения материала</i>	<i>76</i>
<i>Практические задания.....</i>	<i>77</i>
<i>Литература</i>	<i>77</i>
Глава 5. Когнитивная терапия Аарона Бека	79
5.1. Аарон Бек: жизненный путь (по: Нельсон-Джоунс Р., 2002).....	79
5.2. Основные теоретические положения.....	80
5.2.1. Когнитивная модель	80
5.2.2. Когнитивные искажения	82
5.2.3. Теория личности и расстройств личности	85
5.2.4. Взаимодействие генетических факторов и социального опыта.....	87
5.2.5. Обработка информации	88
5.3. Практика когнитивной терапии А. Бека	89
5.3.1. Цели терапии	89
5.3.2. Длительность терапии	90
5.3.3. Терапевтические отношения.....	90
5.3.4. Когнитивная концептуализация	90
5.4. Этапы когнитивной психотерапии.....	91
5.4.1. Первая терапевтическая сессия.....	91
5.4.2. Структура последующих сессий	93
5.4.3. Работа с автоматическими мыслями	94
5.4.4. Работа с промежуточными убеждениями.....	100
5.4.5. Работа с глубинными убеждениями	105
<i>Вопросы для повторения материала</i>	<i>109</i>
<i>Практические задания.....</i>	<i>110</i>
<i>Литература</i>	<i>111</i>
Глава 6. Мультимодальное консультирование Арнольда Лазаруса	113
6.1. Основные теоретические положения мультимодальной терапии.....	114
6.2 Происхождение психологических проблем	116

6.3. Практика мультимодального консультирования.....	116
6.4. Этапы мультимодальной терапии	117
6.5. Техники мультимодальной терапии	119
Вопросы для повторения материала	125
Практические задания	126
Литература	127
Глава 7. Многообразие подходов в современной зарубежной когнитивно-поведенческой парадигме	129
7.1. Реальностная терапия Уильяма Глассера.....	129
Вопросы для повторения материала	135
Практические задания.....	136
Литература	136
7.2. Когнитивное профессиональное консультирование Джона Крамбольца.....	136
Вопросы для повторения материала	138
Практические задания.....	139
Литература	139
7.3. Теория оптимизма Мартина Селигмана.....	139
Вопросы для повторения материала	144
Практические задания.....	145
Литература	145
7.4. Метод «прививки стресса» и скилл-терапия Дональда Мейхенбаума	145
7.4.1. Скилл-терапия Д. Мейхенбаума	148
Вопросы для повторения материала	150
Практические задания.....	150
Литература	150
Глава 8. Когнитивно-поведенческий подход в российской консультативной и психотерапевтической практике	152
8.1. Теория саногенного мышления Ю. М. Орлова	153
8.1.1. Теория саногенного мышления	153
8.1.2 Характеристики патогенного мышления.....	154
8.1.3. Характеристики саногенного мышления.....	156
8.1.4. Саногенное мышление и здоровье	156
8.1.5. Практика консультирования	157
8.1.6. Целительное рисование.....	159
Вопросы для повторения материала	159
Практические задания.....	159
Литература	159
8.2 Интегративная психотерапия расстройств эмоционального спектра А. Б. Холмогоровой и Н. Г. Гаранян	160
8.2.1 Этапы интегративной психотерапии (Гаранян Н. Г., Холмогорова А. Б., 1996).....	163
Вопросы для повторения материала	166
Практические задания.....	166
Литература	166

8.3. Поведенческая терапия Владимира Ромека.....	167
Вопросы для повторения материала	169
Практические задания.....	170
Литература	170
8.4. Онтогенетически ориентированная психотерапия детей и подростков Ю. С. Шевченко	170
Вопросы для повторения материала	176
Практические задания.....	176
Литература	176
8.5. Когнитивно-поведенческая психотерапия С. В. Харитонова	177
Вопросы для повторения материала	183
Практические задания.....	184
Литература	184
8.6. Когнитивно-дифференцированная психотерапия А. М. Бурно	184
Вопросы для повторения материала	186
Практические задания.....	186
Литература	186
Приложение 1. Когнитивно-эмотивный тест (КЭТ)	
Ю. М. Орлова	187
Показатели	193
Приложение 2. Пример рационально-эмоциональной терапии.....	196
Приложение 3. Проблемные сказки в когнитивной психотерапии дошкольников Ю. С. Шевченко.....	203
Приложение 4. Неоконченные рассказы в детско-родительской психотерапии Ю. С. Шевченко	207
Новые издания по дисциплине «Психологическое консультирование» и смежным дисциплинам.....	210