

*Посвящается моим учителям, Джеральду Дэвисону, д-ру философии,
и Виллигису Ягеру.*



Каждый из них учил меня “эффективным средствам”.

Предисловие

Я работала над этим руководством двадцать лет. Оно представляет собой последнюю из дюжины версий (и, по всей видимости, первую из многих последующих версий, которые будут составлены с учетом опыта практического применения данного пособия). Навыки и раздаточный материал прошли “обкатку” при работе с более чем сотней клиентов в различных условиях и форматах. Однако каждая новая группа клиентов находит по меньшей мере один аспект тренинговой программы, который подлежит усовершенствованию. Поэтому постоянно вносятся исправления и улучшения. Те, кто будут использовать это пособие, также могут модифицировать, сжимать, расширять и/или реорганизовывать описанные здесь модули.

Моей целью было составление краткой интенсивной тренинговой программы (например, десять занятий) для кризисной терапии. Каждое занятие строится на определенном раздаточном материале и домашнем задании. Некоторые психиатрические отделения уже сделали это, адаптируя мою программу для своих потребностей. Рассматривая различные сокращенные версии, я поразились разнообразию их форм и структур. Некоторые психиатрические отделения оставили только модули перенесения дистресса и основных навыков психической вовлеченности, проходя их за восемь—десять сеансов. Другие выборочно используют раздаточный материал из всех четырех модулей. Третьи выбрали некоторые навыки из модулей эмоциональной регуляции и перенесения дистресса и добавили некоторые элементы из других модулей. Я не думаю, что существует одна-единственная лучшая структура тренинга; наоборот, я рекомендую заинтересованному читателю экспериментировать с различными вариантами сокращенных программ.

Ждем ваших отзывов!

Вы, читатель этой книги, и есть главный ее критик и комментатор. Мы ценим ваше мнение и хотим знать, что было сделано нами правильно, что можно было сделать лучше и что еще вы хотели бы увидеть изданным нами. Нам интересно услышать и любые другие замечания, которые вам хотелось бы высказать в наш адрес.

Мы ждем ваших комментариев и надеемся на них. Вы можете прислать нам бумажное или электронное письмо либо просто посетить наш веб-сайт и оставить свои замечания там. Одним словом, любым удобным для вас способом дайте нам знать, нравится или нет вам эта книга, а также выскажите свое мнение о том, как сделать наши книги более интересными для вас.

Посылая письмо или сообщение, не забудьте указать название книги и ее авторов, а также ваш обратный адрес. Мы внимательно ознакомимся с вашим мнением и обязательно учтем его при отборе и подготовке к изданию последующих книг. Наши координаты:

E-mail: info@williamspublishing.com

WWW: <http://www.williamspublishing.com>

Информация для писем:

из России: 127055, Москва, ул. Лесная, д. 43, стр 1

из Украины: 03150, Киев, а/я 152