

Содержание

Предисловие Джеффри Э. Янг	21
Предисловие Дэвида Эдвардса	23
Предисловие	26
Ждем ваших отзывов!	30
Глава 1. Психология и психотерапия детей и подростков	31
Введение	31
Исследование человеческой психики	32
Классическое обусловливание	33
Бихевиоризм и теория социального обучения	34
Теория привязанности	35
Теория психосоциального развития	36
Когнитивно-поведенческая терапия	38
Темперамент и личность	39
“Большая пятерка”	40
Факторы экологического риска и транзакционный стресс	42
Глава 2. Ключевые теории и концепции в схема-терапии детей и подростков	45
Введение	45
Базовые потребности	46
Схемы	48
Копинг-стили	50
Схема-режимы	60
Применение модели режимов к молодым людям	62
Группы режимов, типичные выражения и характеристики	64
Детские режимы	65
Дисфункциональные родительские режимы	67

“Здоровый взрослый”	70
Дисфункциональные копинг-режимы	72
Режимы гиперкомпенсации	73
Режимы избегания	75
Режимы подчинения	77
Глава 3. Концептуализация случая и лечение	79
Введение	79
Основные интервенции	79
Связь между схемами, потребностями и режимами	82
Первичные и вторичные эмоции с позиции схема-терапии	84
Концептуализация случая и психообразование	85
В каких случаях в работе с детьми и подростками стоит применять схема-терапию	87
Схема-коучинг для родителей и опекунов	88
Родительские и возрастные цели и стратегии	89
Младенчество и раннее детство от рождения до 3 лет	90
Дошкольный возраст от 4 до 6 лет	91
Школьный и препубертатный возраст от 6 до 10 лет	91
Пубертатный возраст от 10 до 16 лет	92
Поздний пубертатный и ранний юношеский возраст от 17 до 23 лет	93
Обзор лечения	94
Фазы лечения	95
Заключение	97
Глава 4. Схема-терапия от младенчества до раннего детства	99
Предварительное замечание	99
Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы молодых семей с позиции схема-терапии	100
Задачи развития детей и родителей	101
Совладание и взаимодействие	101

8 Содержание

Чем обусловлен отказ от общения? Подходы схема-терапии к объяснению нарушения общения	102
Родительские режимы	104
Детские режимы	106
Копинг-режимы	107
Подход схема-терапии к роли отца	110
Наблюдение в схема-терапии, психообразование и терапия регуляторных нарушений	112
Первичная оценка	112
Предварительная проработка вопросов родительства	113
Оценка взаимодействия родителей и детей	113
Ход наблюдения и инструменты для оценки	115
Основные положения процесса наблюдения	116
Цели и терапия	118
Руководство по развитию	118
Руководство по коммуникации	118
Руководство по схема-терапии	119
Практика схема-терапии: психотерапевтические стратегии и техники для разных возрастных групп	120
Рекомендации схема-терапии для конкретных нарушений	123
Нарушения сна	123
Чрезмерный плач	125
Нарушения питания	126
Техники интервенции классической поведенческой терапии в рамках схема-терапии	127
Поведенческая терапия при регуляторных расстройствах	128
Терапия супружеских пар и системные нарушения в схема-терапии	130
Медицинский прогноз	133

Глава 5. Схема-терапия для детей дошкольного возраста

137

Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы с позиции схема-терапии	137
--	-----

Специфичные задачи развития и потребности	138
Задачи развития	138
Отклонения в развитии в сравнении с психическими расстройствами	138
Потребности, которые скрываются за симптомами	139
Психологический дистресс, конфликт и травма в процессе развития схемы	140
Какие факторы мешают удовлетворению потребностей ребенка и приводят к развитию дезадаптивной схемы?	141
Схема-психотерапевтическое наблюдение, психообразование и терапия	143
Интервьюирование дошкольников 1.5	143
Техники интервьюирования	144
Важные диагностические рекомендации	144
Рекомендации в области потребностей	144
Рекомендации в области привязанности	145
Оценка взаимодействия родителей и детей	145
Модели привязанности родителей	146
Темперамент	146
Оценка в ходе игровой терапии	146
Психообразование	147
Схема-терапия в действии: психотерапевтические интервенции, соответствующие возрасту	148
Создание с дошкольником карты режимов	149
Задействование пальчиковых кукол и кукол-марионеток	150
Терапия “игра режимов”, ориентированная на потребности	150
Последовательная запись хода “игры режимов и потребностей”	151
Формулировка случая с Кьярой и психотерапевтический процесс	153
Основные положения схема-терапии в работе с дошкольниками	156

Глава 6. Схема-терапия для детей младшего школьного возраста	159
Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы с позиции схема-терапии	159
Задачи развития и потенциальные кризисы	160
Новые вызовы	160
Принадлежность к группе	161
Страхи	162
Психологический дистресс, конфликт и травма в процессе развития схемы	162
Самовосприятие	162
Восприятие других/оценка других	164
Воздействие ограниченных возможностей и групповой динамики на формирование схем	165
Группы сверстников	167
Воздействие дефицита внешних ресурсов	169
Схема-психотерапевтическое наблюдение, психообразование и терапия	170
Контекстуальная оценка	172
Важные диагностические рекомендации	172
Схема-терапия в действии: психотерапевтические интервенции, соответствующие возрасту	177
Элемент 1: удовлетворение основных потребностей	177
Ограниченное замещающее родительство во время терапии как способ удовлетворения потребностей	177
Поощрение связи с людьми, которые готовы и способны удовлетворить потребности	177
Изменение взаимодействия с людьми, которые до сих пор не поддерживали удовлетворение потребностей	178
Обращение к окружению ребенка	178
Элемент 2: корректировка схем	178
Распознавание схем (и режимов)	178
Проверка действительности схем	179
Воображение или переписывание сценария	182

Элемент 3: развитие здоровых реакций	183
Элемент 4: работа с режимами	185
Заключение	187
Глава 7. Схема-терапия в работе с подростками	191
Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы с позиции схема-терапии	192
Определяющие этапы и особенности процесса развития личности	193
Общие проблемы	194
Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы с позиции схема-терапии	194
Родительно-детские отношения	194
Успешная адаптация родительно-детского взаимодействия	195
Способность к эмоциональной регуляции	196
Цели в развитии самоидентификации	196
Когнитивное развитие и эмоциональное восприятие	198
Когнитивное развитие	198
Метапознание	199
Эмоциональное восприятие	199
Глубинные потребности, лежащие в основе поведения подростков	200
Схема-психотерапевтическое наблюдение, психообразование и терапия	202
Важные диагностические рекомендации	202
Оценка неудовлетворенных потребностей	202
Оценка стиля привязанности	203
Темперамент	206
Умение регулировать эмоции	206
Оценка копинг-режимов	207
Психообразование	207
Схема-терапия в действии: терапевтические отношения и интервенции, соответствующие возрасту	208

12 Содержание

Представление проблем	210
Исходная информация	211
Терапия	213
Модель режимов	213
Воображение	217
Сессии с родителями	218
Заключение	218

Глава 8. Схема-терапия в работе с ранним юношеским возрастом (17–23 года) 225

Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы с позиции схема-терапии	227
Специфичные особенности и задачи развития в юношестве	227
Специфичные задачи развития, взаимодействия, конфликты и режимы с позиции схема-терапии	230
Формирование ценностей и норм	233
Схема-психотерапевтическое наблюдение, психообразование и терапия	234
Показания, противопоказания и диагностика	235
Психообразование	242
Схема-терапия в действии: психотерапевтические отношения и интервенции, соответствующие возрасту	242
Концептуализация случая и план лечения	243
Диалоги режимов	245
Проведение обсуждения плана лечения	248
Терапевтические отношения	250
Установление границ и эмпатическая конфронтация	251
Схема-психотерапевтические техники, рассчитанные на возрастные особенности юношества	254
Цели под управлением режима	255
Когнитивные техники	256
Экспериментальные интервенции	258

Поведенческие интервенции	260
Конец лечения	263
Заключение	263
Глава 9. Базовые принципы схема-терапии	267
Психотерапевтические отношения как неотъемлемая функция схема-терапии	267
Построение отношений с клиентом	267
Ограниченное замещающее родительство	269
Требования к психотерапевту	270
Работа на основе сильных сторон	270
Построение отношений с родителями и опекунами	271
Эмпатическая конфронтация	272
Основное правило: подлинность	277
Психообразование	278
Материалы	278
Психообразование на разных возрастных уровнях	278
Дети дошкольного возраста	278
Дети начальной школы	279
Дети средней школы	280
Основные этапы психообразования с детьми	280
Использование метафор в работе со схемами и режимами	285
Важное отношение терапевта к дезадаптивным режимам	286
Психообразование о режиме “Отстраненный защитник”	286
Глава 10. Начало работы со схема-терапией	293
Предварительные замечания по увеличению мотивации к лечению детей и подростков	293
Работа с режимами: основные элементы и материалы	295
Основные элементы работы с режимами	295
Режим “Заботливый родитель”	296
Дополнительные вопросы	300

Глава 11. Игровая схема-терапия и работа с историями	305
Игровая схема-терапия	305
Основные элементы игровой терапии ориентированной на работу с режимами	308
1. Определите режимы презентации	308
2. Доступ к уязвимым/одиноким/оскорбленным детям	309
3. Определите функциональность каждого режима (в диалоге)	309
4. Усилить адаптивные режимы и ослабить дисфункциональные режимы	310
5. Обобщение терапевтических достижений к повседневной жизни	310
Схема-терапия с использованием историй	311
1 и 2. Определите режимы презентации и войдите в режим “Уязвимый/одинокий/оскорбленный ребенок”	312
3. Определите функциональные возможности каждого режима (в диалоге)	313
4. Усиливайте адаптивные режимы и ослабляйте дисфункциональные режимы	313
5. Обобщите терапевтические достижения к повседневной жизни	314
Возможные вариации	315
Использование знакомых историй и литературы	316
Глава 12. Схема-терапия с использованием рисунков, кукол и стульев	317
Схема-терапия с использованием рисунков и других творческих материалов	317
Психотерапевтические традиции в работе с изображениями	317
Гештальт-терапия	317
Картинки для развития сильных сторон	319

Схема-терапия с рисунками	319
Представляем работу с режимами при помощи рисунков	320
Основные шаги для режима работы с рисунками	322
1. Определите присутствующие режимы	323
2. Войдите в режим “Уязвимый/одинокый/ оскорбленный ребенок”	324
3. Определите функциональность каждого режима (в диалоге)	324
4. Усиливайте адаптивные режимы и ослабляйте дисфункциональные режимы	325
5. Обобщите терапевтические достижения к повседневной жизни	325
Варианты работы с режимами при помощи изображений	329
Схема-терапия с куклами (пальчиковыми или куклами-марионетками) и другими фигурками	333
Элементы работы с режимами с помощью пальчиковых кукол	335
1. Определите присутствующие режимы	336
2. Войдите в режим “Уязвимый/одинокый/ оскорбленный ребенок”	338
3. Определите функциональные возможности каждого режима (в диалоге)	338
4. Усилить адаптивные режимы и ослабить дисфункциональные режимы	339
5. Обобщите терапевтические достижения к повседневной жизни	340
Вовлечение родителей	342
Варианты работы с режимами при помощи кукол	344
Комплексные или сложные терапевтические ситуации	347
Схема-терапия со стульями	349
1. Определите присутствующие режимы	351
2. Войдите в режим “Уязвимый/одинокый/ оскорбленный ребенок”	352

3. Определите функциональность каждого режима (в диалоге)	353
4. Усилить адаптивные режимы и ослабить дисфункциональные режимы	353
5. Обобщите терапевтические достижения к повседневной жизни	356
Варианты работы со стульями	357
Советы по работе со стульями	357

Глава 13. Схема-терапия с использованием “внутреннего дома” и воображения

Работа над “внутренним домом”	361
Уровень режимов	362
Близость	363
Сила	363
Контакт	364
Уровень опыта	365
Уровень схем	368
Использование “внутреннего дома” в схема-терапии	369
Воображение в схема-терапии	371
Противопоказания и негативные переживания с воображением	374
Требования к упражнениям по воображению	374
Тест “Подсолнух”	375
Безопасное место	376
Упражнение “Построить сейф”	377
“Пульт управления”	377
“Переписывание” воображения	377
Процесс “переписывания” воображения	380
Работа с образами, основанными на сильных сторонах	381
Заключение	382

Глава 14. Домашние задания, карточки и дневники

Домашние задания	385
Поведение во время исполнения домашних заданий	388

Карточки и дневники	391
Основные положения и процесс объединения отдельных техник	394

Глава 15. Родители и структура семьи с точки зрения схема-терапии

Схема-психотерапевтическая работа с родителями	397
Схема-терапия и КПТ, семейные структуры и нарративная терапия	397
Схема-коучинг для воспитателей и родителей	399
Элементы коучинга для родителей в схема-терапии	399
Обучение родителей с позиции схема-терапии	402
Системные взгляды на схема-терапию	404
Предварительные наблюдения за системными подходами	404
Границы систем и подсистем	405
Назначение ролей и вступление их в силу	406
Назначение патогенных ролей	406
Межличностное делегирование как вариант распределения ролей	407
Подходы схема-терапии	409
Терапевтические вмешательства для усиления режима “Здоровый взрослый/Забота и руководство” и уменьшения дисфункциональных ролей в семье	413
Правила семейной структуры	415
Функциональность	417
Значение для терапевтической работы: симптомы как попытка решить проблему	419
Анализ мотивации к изменениям	420
Разъяснение миссии и заявление	421
Связь между замкнутыми кругами и обострением режимов в рамках системы	424
Ресурсы и сильные стороны	428
Столкновение режимов и активация режимов в рамках системы	429

Развитие дисфункциональных родительских режимов	432
Избегание схемы у родителей: дисфункциональная защита от режимов “Критикующего родителя”	434
Позиция психотерапевта в работе с родителями	437
Составляющие аспекты роли психотерапевта	438
Глава 16. Анализ родительских схем и режимов	443
Оценка родительских схем и режимов	443
Прямой опрос	443
Семейная доска	443
Карта семьи в кругах	445
Инструкция	445
Домашние визиты	445
Опрос других людей, тесно связанных с семьей	446
Видеоисследование	446
Семейные скульптуры	447
Наблюдение за поведением	448
Постановочная провокация	448
Чудо-вопросы	449
Круговой опрос	449
Видение будущего	449
Генограмма	450
Анкетирование	450
Обучение с помощью вспомогательных средств и рисунков	451
Описание “схем” обычным языком	451
Описание “режимов” обычным языком	452
Глава 17. Интервенции в работе с родителями	455
Интервенции в работе с родительскими схемами и режимами	455
Работа с чувством вины у родителей	456
Решение проблемы родительской вины	460
Когнитивные техники	463
Рефрейминг	463
Составление списков за и против	464

Когнитивная реструктуризация иррациональных убеждений	464
Психообразование	464
Письменные пособия для общих триггеров	464
Карточка для родителей	465
Эмоциональные подходы и техники	465
Воображение	465
Как использовать воображение с родителями	466
Работа со стульями	467
Работа с пальчиковыми куклами	471
Физические процессы тела	472
Работа над активацией режима, спровоцированного стрессом	475
Бихевиористические техники	476
Деконструкция избегания родительской схемы	476
Моделирование терапевта для развития родительских навыков	476
Инструкция по работе с конкретными режимами у ребенка	477
Домашнее задание	485
Инструкции по родительскому присутствию	486
Видеоотзыв	487
Повседневные ритуалы	488
Ритуалы извинений	489
Самообслуживание	490
Пример из практики “Рон” для иллюстрации разных интервенций	491
Заключение	495
Ограничения и противопоказания в работе с родителями при схема-терапии	496

Глава 18. Групповая схема-терапия в работе с детьми и подростками

Польза групповой терапии для детей	499
Польза групповой терапии для подростков	500

Показания/противопоказания для групповой схема-терапии	501
Совместная работа с семьей	503
Первая встреча с родителями перед группой	503
Предварительная социализация	504
Подготовка к началу групповой схема-терапии	505
Размер группы	505
Возрастной диапазон и длительность групповых занятий	506
Наш опыт работы с комбинациями групп	506
Ограниченное замещающее родительство	508
Как психотерапевту передавать свой личный опыт участникам группы	509
Последовательность действий во время сеанса	509
Когнитивные интервенции	514
Экспериментальные интервенции	514
Поведенческие интервенции	515
Этапы групповой схема-терапии	515
Этап 1: связь и эмоциональная регуляция	515
Этап 2: изменение схема-режима	517
1. Осведомленность о режиме	517
2. Работа с изменением режима	520
Этап 3: самоуправление	538