Введение

Ни любовь без знания, ни знание
без любви не могут привести к хорошей жизни.

— Бертран Расселл

Functional Analytic Psychotherapy.indd 27 04.06.2021 14:29:02

Вы приходите в свой офис и приводите с собой себя. А что еще вы приносите?

Возможно, вы приносите плохой ночной сон или стресс в понедельник утром. Вы можете принести хороший кофе и обязательство делать добро. Вы находитесь на высоком или низком уровне в своей карьере? Вы изучаете новый метод или консультируетесь с фантастическими коллегами? Или вы задаетесь вопросом, что вы будете делать дальше, потому что слишком много последних недель чувствовали себя "мутно"? Вы изо всех сил попытаетесь понравиться некоторым людям, которых увидите на этой неделе?

Какую радость вы принесли с собой? Какие страхи? Какие надежды? Какие слабости? Какой стыд вы принесли с собой? Вы все еще немного огрызаетесь после болезненного сеанса в пятницу? Вы чувствуете себя оторванными от друга из-за чего-то, что произошло в выходные? Вы чего-то боитесь?

Когда вы начинаете свой день, насколько вы уверены в том, что вы — тот терапевт, которым себя считаете? Как вы сдерживаетесь? Вы действительно смотрите на свои слабости как терапевт? Как вы с ними справляетесь?

С чем вы избегаете сталкиваться в своей жизни прямо сейчас? Где вы уязвимы? И как все вышеперечисленные переменные повлияют на то, каким вы будете терапевтом сегодня? Как они повлияют на ваших клиентов?

Ваш клиент — возможно, он новый клиент, скажем, его зовут Том — также приносит на сессию себя и свою историю. Том просыпается, чувствуя беспокойство из-за встречи с вами. Его руки дрожат, когда он наливает себе кофе.

Он воображает, что вы будете сидеть напротив него, спокойно профессиональный, но полный оценки. Он воображает, как корчится от боли. Он репетирует то, что он скажет, чтобы звучать по крайней мере наполовину связно. Он чувствует, как в груди поднимается паника.

Он вспоминает вереницу безымянных врачей, допрашивавших его. Несмотря на благие намерения, все они заставляли его нервничать.

И вот вы с Томом встречаетесь. Что происходит, когда ваши истории, уязвимости и перспективы взаимодействуют? Что он заберет в результате вашего взаимодействия? Как вы будете его поощрять? Как вы будете тонко препятствовать ему? Вызывать у него стыд? Как вы пригласите его открыться? В свою очередь, как он вызовет стыд у вас? Разочарует вас? Как вы будете служить ему? Или, если вы действуете, чтобы сохранить свое чувство компетентности и экспертное мнение, будете ли вы тонко или не так уж и тонко пропускать мимо Тома и игнорировать ключевые вопросы, требующие внимания?

Каждый клиент — это не просто случай, а вы — не просто терапевт. Вы и ваш клиент — два человека, вовлеченных в танец взаимодействия (и, надеюсь, исцеления) с фундаментом, который включает в себя сотни тысяч лет человеческой эволюции. Это слишком много для утра понедельника!

Функциональная аналитическая психотерапия (ФАП), предмет этой книги, — это осознанность, решимость и любовь в момент взаимодействия с каждым клиентом. Речь идет о том, чтобы стоять во главе собственной истории, взаимодействуя с клиентом, который стоит во главе своей истории. По мере того как взаимодействие разворачивается, ФАП состоит в том, что вы оба видите (с решимостью и состраданием), что этот настоящий момент терапии может содержать ту самую проблему, решение которой ищет ваш клиент, а затем использует возможность расти и меняться прямо здесь и сейчас таким образом, чтобы это было непосредственным, эмпирическим и относительным. Когда это происходит, взаимодействие не только является сострадательным и роднит вас, но и приносит перемены.

В этой книге мы преследуем две основные цели.

- Во-первых, через призму контекстуальной поведенческой науки мы хотим помочь вам осознать, что то, что происходит в каждый момент терапевтической сессии, является поведением, которое имеет смысл в контексте истории обучения каждого человека, и что поведение разворачивается сейчас в ответ на настоящее. Функциональный анализ (ФА) — это процесс оценки, лежащий в основе этого способа видения каждого момента сессии. Это способ отношения к поведению, который является эмпатическим и сострадательным, а также принципиальным и точным. В ФАП мы применяем ФА, чтобы понять проблемы клиента — в частности, как этот момент в терапии может вызвать эти проблемы. ФА — это то, как мы "нацеливаем" процессы изменения ФАП. Это также то, как мы понимаем, что этот момент означает для этого уникального человека.
- Во-вторых, мы покажем вам, как совместить ФА с честным, решительным, сострадательным и личным участием в терапевтическом процессе. Настоящие, подлинные терапевтические отношения служат ФА, потому что это естественная среда, в которой люди могут стать "известными" друг другу — через уязвимый танец раскрытия и ответа, находя общий язык и перспективу.

Пересечение ФА и отношений определяет ФАП. Почему вас это должно волновать?

Во-первых, широко признано, что качество терапевтических отношений имеет большое значение для результатов терапии [*Horvath*, *Del Re*, *Flückiger*, & *Symonds*, 2011]. ФАП основана на исследованиях и анализе, который рассматривает то, что создает сильные, связанные отношения, и предлагает конкретные рекомендации для построения хороших терапевтических отношений.

Во-вторых, ФАП обеспечивает основу для мышления о процессе терапии в очень индивидуализированном, но точном виде. ФАП прочно стоит внутри растущего движения контекстуальной поведенческой науки [*Hayes*, *Barnes-Holmes*, & *Wilson*, 2012; *Hayes*, *Levin*, *Plumb-Vilardaga*, *Villatte*, & *Pistorello*, 2013] и поведенческой терапии в целом и основана на центральной практике поведенческой терапии, которая определяет конкретные формы поведения и затем выбирает в качестве мишеней эти формы поведения через конкретные процессы изменения в терапии. В свою очередь, терапевт реагирует на поведение, основанное не на том, как оно выглядит, а на том, что оно на самом деле означает для клиента (то есть как оно функционирует) в контексте его разворачивающейся жизни.

Сказать сегодня, что ФАП — это поведенческая терапия, означает нечто совершенно иное, чем это было несколько десятилетий назад. Новейшая волна поведенческой терапии (и терапии других типов) закрыла разрыв между поведенческим терапевтом и чувствительной настройкой гуманистического психолога. Как терапевты мы больше не должны выбирать между структурированной, основанной на фактических данных системой оценки и тем, чтобы быть полностью человечными и чувствительными в наших взаимодействиях с клиентами. ФАП и ее попутчицы — терапия принятия и приверженности (ACT) [*Hayes*, *Strosahl*, & *Wilson*, 1999], а также терапия, ориентированная на сострадание (CFT) [*Gilbert*, 2010], — и диалектическая поведенческая терапия (DBT) [*Linehan*, 1993], в частности, интегрируют эти точки зрения. Если у вас есть опыт в более эмпирической терапии, ФАП может помочь вам улучшить точность своих оценок. Если у вас есть опыт в поведенческой терапии, ФАП может помочь вам улучшить эмпирический поток и непосредственность вашей работы.

Во многих отношениях терапия — это процесс: серия событий, разворачивающихся между двумя людьми, которые влияют друг на друга изысканно тонкими способами. Дыхание, вздох или отвод глаз могут

сообщить больше, чем длинный поток слов, особенно когда терапевты или клиенты наиболее уязвимы или эмоциональны. И поскольку этот процесс взаимного влияния часто бывает тонким, быстрым, автоматическим и эфемерным — или настолько растянутым во времени, что трудно соединить точки, — легко упустить то, что действительно происходит в данный момент. Легко пропустить, что терапия проводится здесь и сейчас и разворачивается в непрерывной последовательности настоящих моментов. Легко не заметить, что борьба, происходящая здесь и сейчас, во время сессии, часто является тем, что происходит в других ситуациях в жизни клиента. Также легко упустить из виду крошечные, робкие моменты новой возможности, в которых могут укорениться более глубокие изменения.

ФАП — это настройка на процесс и понимание того, что взаимодействие касается вас и вашего клиента. ФАП — это исследование личного и межличностного через общие принципы обучения, признающее при этом, что ни один набор принципов полностью не выдерживает контакта с реальной жизнью. Позиция ФАП заключается в том, что должная осмотрительность в терапевтическом процессе также требует знания наших слепых зон, прохождения через уязвимость, принятия рисков и выражения того, что мы чувствуем, не опрометчиво, а стратегически.

В ходе сеанса ФАП-терапевт может построить функциональный анализ на чистой доске, а затем вызвать честное выражение гнева клиента, связанное с комментарием, который он сделал во время функционального анализа. С другим клиентом ФАП-терапевт может потратить сорок минут на то, чтобы выразить уязвимые мысли и чувства в данный момент, а затем потратить последние десять минут сеанса на определение конкретного поведенческого домашнего задания. В ФАП инструменты поведенческой терапии и межличностного процесса намеренно смешиваются.

С его акцентом на интенсивные, вовлеченные и индивидуализированные терапевтические отношения ФАП отражает продолжающийся и развивающийся научный консенсус в отношении того, что социальные отношения являются ключом к формированию человеческого благополучия и достижений. Психотерапия — это просто одно из проявлений силы социальной связи. Это не волшебство, не совпадение и не трюк научной психологии, утверждающий, что отношения

(а именно это и есть терапия) могут быть невероятно терапевтическими. Человеческая эволюция развивалась таким образом, что близкие отношения могут оказывать на нас огромное влияние. В результате мы, люди, становимся исключительно чувствительными инструментами перемен друг для друга.

Из-за того, что ФАП фокусируется на подлинном участии в терапевтических отношениях и что проведение терапии с межличностной дистанции является нарушением этого принципа, можно справедливо сказать, что ФАП от терапевтов требует многого.

Это требует выполнения собственной работы, чтобы вы могли признавать свои ошибки с клиентами, быть уязвимыми, рисковать, чувствовать эмоции и т.д. Мы находимся в той же ситуации, что и наши клиенты: мы боремся как люди.

Эта позиция в пользу подлинного участия не является случайной или произвольной; это не вопрос личных предпочтений. Это часть растущего мирового признания — ядра контекстуальной поведенческой науки (КПН), — что человеческое благополучие подпитывается или подрывается контекстами, в которых мы живем, и эти контексты в своем подавляющем большинстве касаются других людей. Как показывает ученый-профилактик и поведенческий аналитик Тони Биглан, обобщая более пяти десятилетий поведенческой науки в области воспитания, образования, общественного здравоохранения и клинической науки, "среда воспитания" глубоко поддерживает здоровье и благополучие человека (2015).

Существует несколько способов фокусировки ФАП [*Bonow*, *Maragakis*, & *Follette*, 2012]. Однако из-за важного места ФАП в сообществе КПН и растущей доказательной базы, поддерживающей интервенции КПН [*Hooper* & *Larsson*, 2015], эта книга в значительной степени опирается на основополагающие принципы КПН, касающиеся контекстов, в которых процветают люди. Как и КПН, ФАП — это создание сострадательного контекста для изменения, такого, который поддерживает гибкое, совершенное действие в терапевтических отношениях.

Functional Analytic Psychotherapy.indd 32 04.06.2021 14:29:02

ДОКАЗАТЕЛЬНАЯ БАЗА ДЛЯ ФАП

Эта книга представляет собой клиническое руководство, основанное на поведенческих принципах, а не руководство по лечению с прямыми эмпирическими утверждениями. Причина этого проста: доказательную базу для конкретных применений принципов ФАП — то, что необходимо, чтобы сделать эмпирически подтвержденные утверждения — еще долго нужно будет собирать.

Тем не менее одним из приоритетов ФАП с момента ее создания было построение подхода к лечению, который является очень гибким и эмпирическим, но основан на строгих принципах поведенческой науки. ФАП основана на контекстуальной поведенческой науке [*Hayes* et al., 2012] и стремится применить принципы КПН к психотерапии, уделяя особое внимание природе и задачам создания, поддержания и улучшения терапевтических отношений.

В то время как исследования ФАП все еще развиваются, в этом разделе мы предоставляем краткий обзор исследований, которые были сделаны до сих пор. В диагностических терминах ФАП — это *трансдиагностический* подход: ФАП подчеркивает терапевтические процессы взаимоотношений, которые важны для лечения различных диагнозов. Ранние исследования по ФАП занимали эту широкую позицию с серией тематических исследований, описаний ФАП и небольших экспериментальных исследований с клиентами, испытывающими широкий спектр проблем, включая депрессию, гистрионное расстройство личности, пограничное расстройство личности, обсессивно-компульсивное расстройство, расстройство поведения, злоупотребление психоактивными веществами, проблемы в межличностных отношениях, сексуальное насилие, хроническую боль, академическую тревогу, агорафобию, эксгибиционизм, аноргазмию, неспецифическое расстройство личности и неспецифическое тревожное расстройство (обзор в [*Mangabeira*, *Kanter*, & *Del Prette*, 2012]).

Также была опубликована серия более контролируемых единичных исследований по ФАП [*Esparza Lizarazo*, *Munoz-Martinez, Santos*, & *Kanter*, 2015; *Landes*, *Kanter*, *Weeks*, & *Busch*, 2013; *Kanter* et al., 2006]. В общей сложности девять пациентов были вовлечены в эти исследования с целым рядом депрессивных, тревожных и личностных расстройств.

Эти исследования уникальны и особенно актуальны для этой книги, потому что они демонстрируют индивидуальный подход к функциональному анализу, который лежит в основе ФАП, а также демонстрируют большие клинически значимые изменения на уровне отдельного клиента, а не в среднем по группе.

Другое существенное исследование ФАП было проведено с депрессией. В 1996 году Роберт Коленберг получил грант от Национального института психического здоровья для изучения, улучшит ли обучение ФАП результаты когнитивной терапии депрессии, проводимой экспертами [*Kohlenberg*, *Kanter*, *Bolling*, *Parker*, & *Tsai*, 2002]. Его команда пришла к выводу, что когнитивная терапия, признанная тогда золотым стандартом эмпирически подтвержденного лечения депрессии, является отличным подходом, но все же может извлечь выгоду из ключевых особенностей ФАП: функционального анализа, внимания к терапевтическим отношениям и внимания к улучшению социального функционирования. Опытные терапевты сначала завершили свою типичную терапию с шестнадцатью клиентами. Затем они участвовали в протоколе обучения ФАП, после чего завершили терапию с двадцатью четырьмя клиентами. Исследование показало, что клиенты в первой группе преуспевали, и около 48% из них испытывали клинически значимое улучшение. Прогресс у клиентов с ФАП, однако, был еще лучше, и около 70% испытали улучшения. И что интересно, клиенты в первой группе не продемонстрировали никаких улучшений по хорошо обоснованному показателю социального функционирования: удовлетворенности отношениями. А клиенты с ФАП продемонстрировали значительные улучшения в удовлетворенности отношениями.

Недавние исследования позволили лучше понять механизмы, ответственные за преимущества ФАП, обнаруженные в предыдущих исследованиях. Например, теперь у нас есть доказательства того, что стратегия ФАП по подкреплению улучшений в течение сессии (которую мы обсудим в этой книге) является ключевым механизмом, ответственным за улучшения клиентов в отдельных тематических исследованиях, рассмотренных выше [*Busch* et al., 2009; *Oshiro*, *Kanter*, & *Meyer*, 2012], и что процессы ФАП были однозначно ответственны за улучшения в только что описанном исследовании когнитивной терапии [*Kanter*, *Schildcrout*, & *Kohlenberg*, 2005].

Совсем недавно, и в первую очередь, Дэниел Мейтленд и его коллеги (в печати) провели первое рандомизированное контролируемое исследование терапии ФАП для межличностных трудностей. В выборке тревожных клиентов, сталкивающихся с межличностными проблемами, ФАП давала более высокие результаты в отношении социальной связи, тревоги и избегания по сравнению с минимальным состоянием активного контроля (бдительное ожидание). В дизайне чередующихся процедур [*Maitland & Gaynor*, 2016] ранее продемонстрировали превосходство ФАП по сравнению с поддерживающим выслушиванием для улучшения межличностного функционирования. В обоих этих исследованиях оценки терапевтического альянса были главными и для ФАП.

Необходимы дополнительные исследования. Мы надеемся, что эта книга еще больше вдохновит исследователей.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТОЙ КНИГОЙ

Эта книга основана на опыте и практике. В то время как мы используем технический язык и в целом полагаемся на ваше знание психотерапии, наши слова — это только указатели, предназначенные для того, чтобы вести вас к определенным переживаниям и к определенному поведению. Мы надеемся, что вы будете полностью участвовать в этом опыте и овладевать им, чтобы найти собственный способ работы с ФАП. Поэтому, пожалуйста, делайте паузы и практикуйте то, что мы просим вас практиковать. Как вы, вероятно, хорошо знаете, обучение с преимущественно интеллектуальным содержанием мало что меняет в реальных навыках см. [*Beidas & Kendall*, 2010].

Музыка возникает, когда вы полностью практикуете ФАП, и вы ее не услышите, если вы только читаете слова.

Мы предлагаем упражнения, которые являются как практическими, так и интересными и затрагивают весь спектр принципов ФАП, чтобы облегчить вашу практику. Вы можете практиковать эти упражнения в своей повседневной личной жизни, в своей психотерапевтической практике или в обоих случаях. Как видите, мы будем обращаться к вам не просто как к терапевту, а как к целостному человеку. У нас есть несколько причин просить вас заняться личной практикой принципов ФАП.

Вы не можете находиться вне процесса психотерапии. На самом деле вы находитесь в центре процесса. Это включает в себя слова, которые вы говорите, выражения лица, которые вы показываете, где вы наклоняетесь вперед и где вы отступаете в танце терапии, и все остальное, что способствует вашему проявлению себя в терапии. Все это формируется вашей историей. Не только вашей профессиональной подготовкой, но и вашей личной историей любви и связей, сопричастности и одиночества, страданий и стремлений, а также вашими текущими жизненными обстоятельствами. Возможно, вам не всегда придется раскрывать себя, и могут быть части себя, которые вы никогда не откроете в терапии. Но учитывая, что процесс терапии — это тончайший танец влияния между двумя людьми, даже ваши самые тонкие склонности и уязвимости могут иногда иметь значение.

Как ФАП-терапевты мы не просим клиентов практиковать или делать то, что мы не делаем сами. Чтобы быть чувствительным инструментом и хорошо направлять клиентов, терапевты должны быть знакомы с этим путем. Эмпатия обычно основывается на личном опыте. Тем не менее вы также должны быть достаточно осведомлены о том, что вы прошли на собственном пути, чтобы отличить его от путей клиентов.

Терапия нуждается в самосознании и требует его. Терапевты должны постоянно практиковать заботу о себе и сострадательную саморефлексию. Вы будете реагировать на своих клиентов, и иногда на эти реакции будет больше влиять ваша личная история, чем сами клиенты, поэтому вы должны быть в состоянии определить, какие из ваших реакций в основном касаются вас и вашей истории и поэтому не дают полной и полезной информации о клиенте.

Вышеприведенные пункты описывают позицию, которую мы просим вас занять в качестве терапевта ФАП. Несколько иной набор пунктов определяет позицию, которую мы предлагаем вам занять, изучая ФАП в этой книге. Вот несколько конкретных советов о том, как извлечь максимальную пользу из этой книги.

Найдите партнеров по практике. Учитывая, что ФАП сосредоточена на межличностных взаимодействиях, вероятно, не будет сюрпризом, что некоторые упражнения в этой книге связаны с взаимодействием

Functional Analytic Psychotherapy.indd 36 04.06.2021 14:29:02

с людьми. Многое можно сделать с клиентами, но будет полезно выполнять определенные упражнения с людьми, которые не являются клиентами. Здесь и сейчас, в самом начале, попытайтесь определить несколько человек, которые могли бы участвовать в некоторых глубоко сердечных беседах с вами или играть в некоторые забавные, эмпирические психологические игры. Это могут быть коллеги, друзья или члены семьи.

Отбросьте перфекционизм и примите дискомфорт. Настройтесь, что вы почувствуете дискомфорт, выполняя многие упражнения из этой книги, а также изучая функциональный анализ (если он для вас новый) и практикуя ФАП в целом. Это нормально — чувствовать себя неуклюжим и обеспокоенным.

Вы практикуете что-то новое. Даже несмотря на весь свой опыт, авторы этой книги продолжают испытывать беспокойство время от времени, практикуя ФАП или обучая терапевтов в ФАП. Возможно, вам будет полезно подумать о своем дискомфорте так: он на самом деле представляет вашу способность общаться с клиентами на основе общей человечности, а не отдельного опыта. Мы подробно обсудим эту идею позже в книге, а пока просто сосредоточьтесь на принятии дискомфорта и напомните себе, что это признак того, что вы на правильном пути.

Доверьтесь собственному опыту. Имейте в виду, что психотерапия — сильная медицина, которая может принести столько же вреда, сколько и пользы, если ею не управлять. Это означает, что необходимо микроуправление в текущем моменте, используя для этого годы, которые вы посвятили обучению, чтобы развить способность практиковать компетентно. Поскольку мы не можем знать подробностей ситуаций, с которыми сталкиваетесь вы и ваши клиенты, пожалуйста, не принимайте ничего из этой книги за абсолютную рекомендацию. Если что-то кажется вам неправильным, доверьтесь своей интуиции и следуйте своему опыту или обратитесь за консультацией к эксперту. Мы будем просить вас идти на обдуманный риск на протяжении всей этой книги, но, пожалуйста, не будьте безрассудны и не доверяйте нам слепо.

Протяните руку, если вам нужна помощь. Если у вас есть вопросы или опасения по поводу ФАП, не думайте, что это потому, что вы неадекватны как терапевт. Переложите часть ответственности на нас, чтобы мы могли эффективно обучать вас ФАП, сообщив нам, что вам

нужно. Обратитесь к сообществу ФАП, чтобы получить ответы. Вы можете получить доступ к сообществу ФАП, отправив письмо по электронной почте одному из нас (контактная информация находится здесь: http://www.functionalanalyticpsychotherapy.com/find-a-fap-supervisor). В Facebook вы можете попросить добавить вас в закрытую группу; если вы знаете кого-то, кто уже является ее участником, попросите этого человека добавить вас.

Участвуйте в формальном обучении или консультациях. Если вы хотите больше практиковать принципы ФАП, если вы обнаружили, что некоторые разделы ФАП остаются трудными для реализации на практике, или если вы просто хотите получить мощный опыт ФАП в действии, присоединитесь к личному или онлайн-обучению или запишитесь на консультацию с одним из тренеров ФАП по всему миру. Просмотрите на http://www.faptherapy.com список предстоящих тренингов и доступных консультантов и тренеров. Хотя в этой книге предлагаются важные идеи, которые вы можете неторопливо обдумывать, а также упражнения и процессы, которые вы можете выполнять в удобном для вас темпе, семинары, онлайн-тренинги и индивидуальные консультации обеспечат глубокое, эмпирическое изучение ФАП способами, выходящими за пределы того, что возможно в рамках книги.

СТРУКТУРА КНИГИ

Эта книга состоит из двух частей: часть 1 (главы 1–5) посвящена основным принципам ФАП, а часть 2 (главы 6–13) — клинической практике. Глава 1 представляет контекстуальный поведенческий взгляд на социальные связи и описывает с этой точки зрения, как социальное функционирование влияет на психологические проблемы и как работают терапевтические отношения.

Глава 2 углубляется в контекстуальную поведенческую перспективу, лежащую в основе ФАП. В главе 3 представлены основные принципы функционального анализа, применяемые в ФАП. В главе 4 описана модель осознанности, решимости и любви — основа функционального анализа социальных связей, которая может быть применена к терапевтическим отношениям, а также к другим социальным контекстам. Глава 5 связывает все предыдущие темы вместе, чтобы описать

терапевтический процесс, находящийся в центре внимания ФАП, заключенный в пяти правилах ФАП. У части 2 несколько иное направление, чем у части 1 по простой причине: хотя теория является костяком ФАП, одного лишь понимания теории недостаточно, чтобы быть эффективным клиницистом ФАП. Чтобы применить теорию на практике, требуется определенный набор навыков — личностных, межличностных и клинических. В главе 6 мы начнем с презентации некоторых упражнений, которые терапевты могут выполнять для развития самосознания и межличностной гибкости, поддерживающей навыки ФАП. В главе 7 представлены элементы ФАП в игровой форме в начале терапии и способы закрепления основ для работы ФАП на этой ранней стадии. Глава 8 углубляется в процесс распознавания и изучения того, что происходит во время сеанса между вами и клиентом. В главе 9 обсуждается следующая важная часть сессионного процесса: как реагировать на улучшения клиента в подкрепляющей манере. В главе 10 снова рассматриваются все пять правил ФАП и структура для их использования в одном взаимодействии: логическое взаимодействие. Здесь также обсуждается, как фактическая практика ФАП может отклоняться от логической и линейной. Глава11 охватывает концептуализацию случая в ФАП. Глава 12 посвящена домашним заданиям и эмпирическим упражнениям, а также их использованию в ФАП. В главе 13 обсуждается окончание терапии — особая тема в ФАП.

ОТ ИЗДАТЕЛЬСТВА

Вы, читатель этой книги, и есть главный ее критик. 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 интересны любые ваши замечания в наш адрес.

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

Отправляя письмо или сообщение, не забудьте указать название книги и ее авторов, а также свой обратный адрес. Мы внимательно ознакомимся с вашим мнением и обязательно учтем его при отборе и подготовке к изданию новых книг.

Наши электронные адреса:

E-mail: `info.dialektika@gmail.com`
WWW: `http://www.dialektika.com`