

Содержание

Об авторах	12
Благодарности	13
Предисловие. Роль селф в практике. Важность научного подхода	14
Введение. Важность селф	17
Ждем ваших отзывов	22
Глава 1. Функциональный контекстуализм и контекстуально-поведенческая психология	23
Мировоззрение функционального контекстуализма	25
Что такое контекстуально-поведенческая психология	31
Радикальный бихевиоризм и функциональный контекстуализм	31
Поведенческий анализ. Оперантное научение	35
Глава 2. Теория реляционных фреймов	45
Важность человеческого языка	46
RFT: основные понятия	46
Реляционный фрейминг	47
Истоки реляционного фрейминга	51
Свойства реляционного фрейминга	54
Реляционная структура и главные особенности языка	58
Референция	59
Генеративность	61
Согласованность	63
Следование правилам	66
Промежуточные параметры реляционного фрейминга	71
Глава 3. Теория реляционных фреймов и селф	77
Селф как реагирование на собственную реакцию	77
Обучение саморазличению	79
Необычный подход	80
Модель селф у животных	81
RFT-подход. Вербальное реагирование на реакцию	82
Вербальное селф	82

Предварительная RFT-модель селф	84
Вербальное и невербальное саморазличение	88
Глава 4. Приобретение репертуаров селфинга	93
Оптимальная среда для приобретения репертуара селфинга	94
Тактирование личных событий	96
Дейктический реляционный фрейминг	98
Неточное тактирование внутреннего опыта	101
Преобладание податливости	101
Отсутствие обсуждения эмоций	104
Намеренное искажение	106
Избегание	107
Как обучить тактированию внутреннего опыта	108
Обучение владеющих речью людей тактированию своих эмоций	110
Дискриминация сенсорного опыта	110
Дискриминация и маркировка эмоций	111
Приобретение дейктического реляционного реагирования	114
Обучение дейктическому реляционному реагированию	115
Руководство по обучению дейктическим реляционным репертуарам	117
Обучение дейктической беглости при наличии базовых репертуаров	118
Глава 5. Репертуары селфинга	121
Три репертуара селфинга	121
Селф–как–контент, или Концептуализированное селф	122
Селф–как–процесс, или Познающее селф	127
Селф–как–контекст, или Наблюдающее селф	131
Три репертуара селфинга и другие перспективы	134
Глава 6. Проблемы содержания селф	139
Свойства языка	139
Согласованность	139
Буквальность	143
Следование правилам	145
Проблемы социально-вербального сообщества	147
Общество придерживается неуместных идеалов	148

Общество может научить нас некорректным правилам	148
Общество присваивает и поощряет упрощенные ярлыки	149
Общество распределяет нас по ролям	150
Глава 7. На пути к формированию здорового селфинга	153
Здоровый селфинг	155
Развитие здорового селфинга у клиентов	160
Я как вариативность	162
Я как перспектива	166
Я как контейнер	171
Я как гибкость	179
Глава 8. Оценка проблемного развития селфинга	183
Функциональная оценка поведения человека	183
Оценка селфинга	186
Диагностические аспекты	187
Инструменты оценки селфинга	188
Наблюдения и самоотчеты клиентов	191
На что обратить внимание	191
Вербальная дискриминация текущего опыта: селф–как–процесс	191
Дейктический реляционный репертуар реагирования	193
Проблемы селф–как–контента	195
Контекстуальное чувство селф	198
Проблемы развития селфинга. Примеры из практики	200
Пример 1. Несса: негибкий реляционный фрейминг относительно негативного восприятия своего селф	200
Пример 2. Джефф: негибкий реляционный фрейминг относительно позитивного восприятия своего селф	204
Пример 3. Оуэн: задержка в развитии при принятии перспективы	209
Признаки необходимости работы с селф	211
Послесловие	213
Список литературы	215