
Предисловие

Эта книга, являясь данью профессиональному наследию д-ра Майкла Э. Меца, представляет собой руководство по практике секстерапии в контексте отношений. Данная работа основана на достоверных данных, подтвержденных опытным путем, и обширном клиническом опыте авторов. В ее основе лежит всеобъемлющий биопсихосоциальный подход к паре, который д-р Мец считал важнейшим для оценки, лечения сексуальных дисфункций и предотвращения рецидивов. Он применял такой подход в своей обширной клинической практике, подробно описывал в научных трудах и семинарах по профессиональному обучению. Первоначально д-р Мец и Норман Б. Эпштейн разработали структуру и содержание книги. Затем Майк написал первые наброски глав при участии Нормана, включая фрагменты, касающиеся когнитивно-поведенческих и парных динамических аспектов. После того как Майк скончался в 2012 г., проект застопорился. В конце концов Барри Маккарти, давний соавтор д-ра Меца, написавший с ним несколько книг по самопомощи для мужчин и пар в лечении сексуальных проблем, присоединился к проекту, чтобы поделиться собственными богатыми знаниями и опытом, при этом поддерживая биопсихосоциальный подход Майкла. Мы, Норман и Барри, в дальнейшей работе ориентировались на фундаментальной работе Майка, а также дополнили материал результатами новых исследований в этой области. Остаться верными мышлению и клиническим методам д-ра Меца временами было непросто, так как случались моменты, когда нам снова хотелось сесть с Майком за стол и обсудить с ним вопросы, возникающие во время написания книги, оказаться в его компании, поговорить по-дружески, еще больше обогатиться его опытом.

Уникальный взгляд Майка на роль и значение сексуальности в жизни людей объединил когнитивно-поведенческие факторы (мысли людей о себе и своих отношениях, эмоциональные реакции в отношении секса, а также модели поведения и навыки) с основными человеческими потребностями

в близости, игривости и духовности. Его подход учитывал важность пары как близких людей и эротических партнеров, а также решающую способность пар конструктивно справляться с разногласиями и конфликтами. Майк подчеркивал сексуальность как процесс развития отношений в паре, в котором на субъективное влечение и удовлетворение партнеров влияют биологические, психологические и межличностные факторы. Интегративная биопсихосоциальная модель, описанная в этой книге, представляет собой развитие области секстерапии, историю которой мы кратко также излагаем. Хотя здесь особое внимание уделяется когнитивно-поведенческим концепциям и клиническим методам, другие стратегии и техники актуальны для терапевтов, использующих различные теоретические модели. Мы фокусируемся на психологических процессах и динамике пары, но биомедицинские факторы тоже являются критически важными для понимания сексуальной функции и дисфункции. Социальные и реляционные факторы, а также когнитивные и эмоциональные реакции партнеров, безусловно, рассматривались в литературе по секстерапии, но их значение часто преуменьшается. Майк же считал, что они имеют решающее значение для понимания сексуальной реакции человека. Сексуальность касается не только физической функции, поскольку на физические реакции и субъективное удовлетворение сильно влияют значения, которые партнеры придают своим сексуальным отношениям и отношениям вообще, а также эмоциональные реакции и поведенческие модели пары. Следовательно, методы оценки, описанные в этой книге, уделяют большое внимание когнитивным способностям, эмоциональным реакциям и поведенческим навыкам индивидуума (для общения, решения проблем и вопросов эротики/сексуального удовольствия). Мы также придаем особое значение систематической оценке парных взаимодействий, таких как паттерны требования и отстраненности, которые могут развиваться в ответ на сексуальную проблему или вызывать и поддерживать дисфункцию. Аналогичным образом подходы к лечению, описанные в этой книге, подчеркивают важность совместных интервенций, направленных на уменьшение паттернов взаимодействия в паре, способствующих сексуальной дисфункции, и на усиление эротики и сексуального удовольствия. Таким образом, когнитивно-поведенческая секстерапия для пар представляет собой последовательную интеграцию подходов к индивидуальному функционированию и парной динамике. Для реализации требуются знания и навыки как для индивидуальной, так и для парной терапии, чтобы снизить как личные, так и связанные с отношениями барьеры на пути к радостным сексуальным отношениям.

Доктор Мец был опытным практиком, исследователем и педагогом, который заботился о том, чтобы помочь парам развить удовлетворяющие сексуальные отношения и отношения в целом. Он считал, что концепции и методы когнитивно-поведенческой секстерапии для пар обладают большим потенциалом для расширения возможностей различных пар с точки зрения сексуальной ориентации, расы, этнической принадлежности и статуса партнера, развития здоровых и полноценных интимных сексуальных отношений. Это подход, основанный на сильных сторонах, поощряет и направляет пары к сотрудничеству в команде для улучшения отношений. Хотя пары обычно обращаются к терапии из-за проблем и эмоционального дистресса, связанного с сексуальной дисфункцией, оптимистичный и прямой подход клинициста помогает вселить надежду и создать позитивную мотивацию. Терапевт играет активную роль как педагог, но также постоянно сотрудничает с парой для достижения их личных целей в отношениях. Терапевтический стиль Майка был эмпатическим и уважительным к личным, парным, культурным и ценностным различиям. Мы попытались сплести те качества, которые разделяем, в этой законченной версии любимого детища Майка. Данная книга дополняет значительный вклад д-ра Меца в качестве полезной для профессионалов схемы изучения человеческой сексуальности и деликатного лечения сексуальной дисфункции. Сексуальные проблемы открывают уникальные возможности для психологического, реляционного и сексуального роста, поскольку первоначальное внимание пар к физическим функциям расширяется, а удовлетворение эмоциональной, внутренней сексуальности становится краеугольным камнем их личной связи. Диадическая направленность когнитивно-поведенческой парной секстерапии одновременно приносит пользу психическому здоровью каждого партнера и качеству отношений в целом.

Мы надеемся, что эта книга побудит опытных практиков и исследователей, а также начинающих специалистов внедрить секстерапию в основное русло своей работы. Сложности сексуальной функции являются одними из наиболее распространенных и тревожных проблем, с которыми сталкиваются люди в целом, независимо от того, является ли состояние основным заболеванием или всплывают при проведении оценки других трудностей. Эта книга является детищем д-ра Меца, представляя теоретический подход и клинические методы, в разработке и внедрении которых он сыграл центральную роль.

Норман Б. Эпштейн и Барри В. Маккарти

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>