

Предисловие ко второму изданию

Темпы перемен

Темпы публикаций о EMDR-терапии в рецензируемых журнальных статьях и профессиональных книгах за последние шесть лет заметно ускорились. С тех пор как в 2009 году вышло первое издание данной книги, только на английском языке были изданы 22 научные книги о EMDR-терапии, не считая книг на более общие темы, содержащих главы о EMDR-терапии. За тот же период на английском языке появилось более 600 рецензируемых журнальных статей, посвященных EMDR-терапии.

Несмотря на быстрый темп публикаций, основы теории, принципов и процедур EMDR-терапии остаются неизменными. В результате основная структура книги остается такой же, как в первом издании. Тем не менее многое изменилось, и эти изменения сделали второе издание необходимым и своевременным.

Сфера применения EMDR-терапии продолжает расширяться. Научные исследования показывают, что EMDR-терапия в настоящее время оказывается столь же эффективной при длительном лечении людей с психозами, паническими атаками (с агорафобией и без нее), а также раковых пациентов как после, так и во время онкологического лечения. Хотя уже много лет известно, что EMDR-терапия оказывает существенное влияние на уменьшение или устранение симптомов депрессии у пациентов с посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР) или частичным посттравматическим стрессовым расстройством, два контролируемых исследования, опубликованные за последние два года, показывают, что EMDR-терапия может быть эффективным лечением большого депрессивного расстройства. В обоих этих контролируемых исследованиях пациенты проходили EMDR-терапию для лечения униполярной депрессии в дополнение к обычному лечению (психодинамическая терапия в одном исследовании и когнитивно-поведенческая терапия в другом). У тех, кто проходил EMDR-терапию, наблюдалось значительное уменьшение депрессивных симптомов как в конце лечения, так и впоследствии [Hase et al., 2015; Hofmann et al., 2014]. Благодаря многоцентровым рандомизированным контролируемым исследованиям EMDR-терапии депрессии, проводимым в настоящее время в Европе, такие результаты предвещают

потенциальные кардинальные изменения в лечении депрессии и масштабах признания EMDR-терапии. Эти и другие достижения в применении EMDR-терапии описаны в главе 1. Исследования в области нейрофизиологии и нейропсихологии EMDR-терапии резко расширились после появления серии статей, исследующих теорию механизмов, лежащих в основе EMDR-терапии. Это привело к значительному изменению разделов главы 2, посвященной гипотетическим механизмам действия терапии. На самом деле каждая глава этой книги была существенно отредактирована, чтобы обновить библиографию и описание текущего состояния в этой области.

Все ссылки на диагнозы и их описания были обновлены, чтобы привести текст в соответствие с *DSM-5* (Диагностическое и статистическое руководство по психическим расстройствам, 5-е издание), которое было опубликовано в 2013 году. Глоссарий был расширен с 28 статей до 60. Список литературы был обновлен более чем 250 новыми или пересмотренными публикациями. Все четыре приложения были дополнены процедурными сценариями, формами, ресурсами и текущими ссылками на веб-сайты. Однако, несмотря на все усилия, из-за быстрых изменений структуры веб-сайтов некоторые веб-ссылки могут быть неточными. Был исправлен ряд технических ошибок из первого издания, связанных с терминологией, описаниями альтернативных процедур и авторскими правами. Спасибо тем членам комитета EMDRIA по обучению и стандартам, которые в 2009 году выявили несколько таких ошибок и предоставили полезные отзывы.

Английское издание этой книги больше не является единственным. Я искренне благодарю Олафа Холма, который неустанно трудился над улучшением испанского перевода первого издания *Guía de protocolos estándar de EMDR para terapeutas, supervisores y consultores*, опубликованного издательством Desclee De Brouwer в 2013 году. Я также благодарен моим коллегам в Японии и Франции, которые готовы начать работу над переводами второго издания.

Я выражаю глубокую признательность Луизе Максфилд, чьи замечательные навыки редактора журнала *Journal of EMDR Practice and Research* помогли мне стать автором, редактором и учеником в области дизайна исследований во время моей работы в 2012 и 2013 годах в качестве приглашенного редактора третьего номера седьмого тома. На продолжающуюся эволюцию в качестве психотерапевта и ученого в области EMDR в эти про-

шедшие годы также повлияла серия совместных работ с Анабель Гонсалес и моей подругой Долорес Москера, а также проникательные периодические комментарии Онно ван дер Харта и дискуссии с Джимом Найпом.

Несмотря на то что в этом году я усердно работал над тем, чтобы это второе издание соответствовало самым высоким научным стандартам и развивающейся природе EMDR-терапии, ответственность за оставшиеся недостатки, упущения и другие недостатки в этой работе лежит исключительно на мне.

Предисловие к первому изданию

Мое профессиональное развитие в области EMDR-терапии

У каждой книги есть начало. Эта книга была задумана, когда я прошел первые две части базового тренинга по EMDR-терапии в 1991 году. Ряд успешных ранних опытов применения данного подхода в моей частной практике вселил в меня растущее чувство уверенности в EMDR-терапии. В конце 1991 года я начал работать супервизором практической части тренингов по EMDR-терапии. Возможность наблюдать за клинической практикой EMDR-терапии на тренингах углубила мое понимание EMDR-терапии как в концептуальном, так и в процедурном плане. Я наблюдал невероятное количество как распространенных, так и редких отклонений от стандартных процедур EMDR-терапии. Необходимость найти слова, чтобы прояснить не только стандартные процедуры EMDR-терапии, но и предложить обоснование теоретической модели, укрепила мои навыки преподавания и концептуальное понимание EMDR-терапии.

В 1993 году я начал проводить тренинги по EMDR-терапии в Соединенных Штатах Америки и Канаде, а затем в Европе и Японии. В течение 2008 года я провел базовые тренинги по EMDR-терапии для более чем 15 тыс. клиницистов. Это был невероятно полезный опыт. С 1996 по 2000 гг. я был модератором-основателем дискуссионного форума по электронной почте по EMDR-терапии. Я прочитал более 15 тыс. электронных писем от клиницистов со всего мира, прошедших обучение по EMDR-терапии, и отправил более 2,5 тыс. электронных писем в ответ на такие темы, как стандартные EMDR-терапевтические процедуры, планирование лечения и растущее количество литературы по EMDR-терапии. С 2001 по 2003 гг. я работал в Комитете по стандартам и обучению EMDRIA, а с 2003 по 2005 гг. был избран членом Совета директоров EMDRIA. С 2003 года я собираю резюме недавно опубликованных исследований EMDR, которые публикуются в каждом ежеквартальном выпуске информационного бюллетеня EMDRIA. Многолетнее служение сообществу EMDR и EMDRIA сыграло важную роль в укреплении моего понимания EMDR-терапии.

Хотя я в глубоком долгу перед всеми моими коллегами, которые помогли мне развить мое понимание EMDR, ошибки, упущения и другие недостатки в этой работе являются исключительно моей ответственностью.