

Оглавление

Предисловие	5
1. Введение	19
2. Основные характеристики КБТ	23
3. Теория КБТ	28
3.1. Теория научения	30
3.2. Когнитивные процессы	43
3.3. Модель психических расстройств	82
4. Структура КБТ	97
4.1. Когнитивно-бихевиоральное обследование	97
4.2. Первичное обследование	102
4.3. Подробное обследование	112
4.4. Измерение	117
4.5. Бихевиоральный анализ	127
4.6. Когнитивный анализ	143
4.7. Функциональный анализ	146
4.8. Формулировка проблемы	147
4.9. Определение проблемы	147
4.10. Цели	149
4.11. Терапевтический план	151
4.12. Окончание лечения	153
5. Структура сеанса КБТ	156
6. Терапевтические отношения в КБТ	161
6.1. Фазовая модель процесса КБТ	161
6.2. Установление и поддержание терапевтических отношений	162
6.3. Перенос и контрперенос	167
6.4. Психогенная ятрогения	173
7. Методы КБТ	175
7.1. Привлечение (включение) пациента к лечению	175
7.2. Бихевиоральные методы	199
7.3. Когнитивные методы	199
7.4. Комплексные терапевтические программы	256
7.5. Групповая КБТ	271
8. Практическое применение КБТ	277

8.1. КБТ аффективных расстройств	277
8.2. КБТ тревожных расстройств	400
8.3. КБТ обсессивно-компульсивного расстройства.....	603
8.4. КБТ посттравматического стрессового расстройства	650
8.5. КБТ ипохондрического расстройства.....	705
8.6. КБТ инсомнии (нарушений сна)	738
8.7. КБТ шизофрении.....	768
8.8. КБТ расстройства пищевого поведения	808
8.9. КБТ ожирения	830
8.10. КБТ зависимости.....	861
8.11. КБТ сексуальной дисфункции.....	898
8.12. КБТ детей.....	918
8.13. Применение КБТ в соматической медицине	950
8.14. КБТ хронической боли	984
9. Заключение	1011
10. Дополнительные материалы — формы, оценочные шкалы, вопросники и анкеты	1013
Основная информация.....	1013
Основная информация — Лист 2	1014
Основная информация — Лист 3	1015
Основная информация — Лист 4	1016
Анкета жизненной истории	1017
Запись лечебного сеанса	1024
Профиль проблемы.....	1026
Перечень вопросов	1030
Список целей	1031
Анализ проблемы.....	1032
Оценка:.....	1033
Проблемы.....	1034
Цели	1035
Решение рабочих и домашних заданий, социальные отношения и хобби	1037
Шкала нарушения жизни Шихана.....	1039
Форма для оценки улучшения	1040
Определение и выполнение домашних заданий	1041
Анкета избегающего поведения	1042
Анкета страха	1043

Анкета страха - II	1044
Шкала симптомов социальной фобии Лейбовица	1046
Шкала оценки тяжести обсессивно-компульсивного расстройства Йеля-Брауна	1047
Шкала тревоги Бека	1048
Шкала депрессии Бека	1049
Анкета депрессивных симптомов	1050
Шкала безнадежности	1054
Анкета	1055
Ежедневное планирование и запись деятельности	1056
Запись мыслей	1057
Анкета адаптации в паре	1059