

# ПРЕДГОВОР

Тази книга е написана за курсовете по психологическо консултиране за бакалаври, магистри и докторанти по психология и за подготовка на консултанти, специалисти по човешки услуги и за професиите от областта на психичното здраве. Тя представя основните концепции и практики в съвременните терапевтични системи и обсъжда някои етични и професионални въпроси в консултативната практика. Книгата цели да научи студентите да избират интелигентно от различните теории и техники и да започнат да развиват личен стил на консултиране.

Установил съм, че студентите ценят обзора на разнопосочните съвременни подходи към консултирането и психотерапията. Те непрекъснато казват и че първият курс по консултиране означава повече за тях, когато се занимава лично с тях. Затова подчертавам практическото приложение на материала и насърчавам размисъла. Използването на тази книга може да е едновременно лично и академично учебно преживяване.

В това девето издание са положени всички усилия да се съхранят основните качества, които студентите и преподавателите са възприели като полезни в предишните издания: лаконичният обзор на ключовите понятия на всяка теория и техните последици за практиката, директният и личен стил и цялостният обхват на книгата. Положени са грижи теориите да се представят по точен и справедлив начин. Опитал съм се изложението да е просто, ясно и лаконично. Тъй като много студенти искат предложения за допълнителна литература, докато изучават всеки терапевтичен подход, съм включил осъвременен библиографски списък в края на всяка глава.

В това издание материалът е осъвременен, а съществуващите обсъждания са усъвършенствани. Част I е посветена на въпроси, които са базисни за практикуването на консултирането и психотерапията. В глава 1 поставям книгата в перспектива, а след това запознавам студентите с консултанта – като човек и професионалист – в глава 2. Тази глава е посветена на редица теми, имащи отношение към ролята на консултанта като човек, и с терапевтичните взаимоотношения. Глава 3 запознава студентите с някои ключови етични въпроси в консултативната практика и някои от темите в тази глава са осъвременени и разширени.

Част II е посветена на разглеждането на 11 теории за консултирането. Всяка от главите, посветени на теория, следва общ организационен модел и студентите лесно могат да сравняват и да съпоставят различните модели. Този модел включва базисни теми, например ключовите понятия, терапевтичния процес, терапевтичната техника и процедури, мултикултурната перспектива, теорията, приложена към случая на Стан, и обобщение и оценка. В това девето издание всички глави в част II са преработени, осъвременени и разширени, за да отразяват новите тенденции. Преработките се базират на препоръките на експерти по всяка теория – те са отбелязани в частта, в която изказвам признателност. Експерти и други рецензенти дадоха препоръки за добавяне, заместване и разширяване на материала за това издание. Обърнато е внимание на актуалните тенденции и скорошното развитие в практикуването на всеки от теоретичните подходи. Цитатите във всяка глава в част II са осъвременени.

Всяка от единадесетте посветени на теории глави обобщава ключови тези и оценява приносите, силните страни, ограниченията и приложенията им. Специално

внимание е обърнато на оценката на всяка теория и от мултикултурна перспектива с коментар върху силните и слабите страни на теорията при работа с различни клиенти. Последователната организация на частите с обобщението и оценката улеснява сравняването на теориите. Студентите получават препоръки за това, къде да търсят допълнително обучение за всеки от подходите. Осъвременените анотирани списъци с препоръчвана литература и богатата библиография на края на тези глави имат за цел да стимулират студентите да обогатят познанията си и да разширят ученето чрез допълнително четене. Освен това в деветото издание е добавен списък от дивиди ресурси за всяка от главите, посветени на теориите<sup>1</sup>.

Какво е новото в това издание?

Значителните промени в деветото издание за всяка от посветените на теории глави са очертани по-долу.

## Глава 4. Психоаналитична терапия

- Засилено ударение върху ролята на взаимоотношенията в аналитичната терапия.
- По-добро представяне на съвременната психодинамична терапия.
- Разширено обсъждане на релационната психоанализа.
- Нова перспектива върху неутралността и анонимността на терапевта.
- По-силно ударение върху ролята на прекратяването на сесиите в аналитичната терапия.
- Нов материал върху контрапреноса, неговата роля в психоаналитичната терапия и насоки за ефективна работа с контрапреноса.
- Разширено обсъждане на съпротивата и как да се работи ефективно с нея.
- Преработена и разширена част върху кратката психодинамична терапия.

## Глава 5. Аглерова терапия

- Преработен материал върху концепцията за начина на живот.
- Разширено обсъждане на социалния интерес.
- Нов материал върху ранните спомени.
- Подобрено обсъждане на някои ключови понятия.

## Глава 6. Екзистенциална терапия

- Преработен материал за екзистенциалните теми.
- Ново и разширено обсъждане на приносите на Ървин Ялом и Джеймс Бугентал за екзистенциалната терапия.
- По-голямо внимание към международното развитие на екзистенциалната терапия.
- Нов материал за основните цели на екзистенциалната терапия.
- Преработена част върху взаимоотношенията клиент–терапевт.
- Преработено обсъждане на силните страни на подхода от гледна точка на разнообразието.
- Ново обсъждане на интегрирането на екзистенциалните концепции в други терапии.

---

<sup>1</sup> Дивидито не е безплатно приложение към книгата (включително и в изданието в САЩ); продава се на адрес <http://www.amazon.com/Theory-Practice-Coreys-Counseling-Psychotherapy/dp/0495506079>. – Б.изд.

## Глава 7. Центрирана върху човека терапия

- Разширено представяне на приносите и влиянието на Карл Роджърс за консултантската професия.
- Нова част върху приносите на Ейбрахам Маслоу за хуманистичната философия и психология.
- Нов материал за концепцията на Маслоу за самоактуализирането и отношението ѝ към центрираната върху човека философия.
- Разширено обсъждане на клиентите като активни лечители на себе си.
- Осъвременено обсъждане на базисните условия на съгласуваността, безусловното положително отношение и емпатията.
- Нови изследвания върху контекстуалните фактори като основни прогностични фактори за ефективната терапия.
- Нов материал върху ограниченията и критиките срещу подхода.
- Нов материал върху разнообразието на стилове в практикуването на центрирана върху човека терапия.
- По-силно ударение върху начина, по който базисната философия на центрирания върху човека подход може да се прилага в други терапевтични модалности.
- Включена е фокусираната върху емоциите терапия, подчертаваща ролята на емоциите като път към промяната.
- Преработено е съдържанието за центрираните върху човека експресивни изкуства.
- Нова част върху мотивационното интервюиране (центриран върху човека подход „с неочакван обрат“).
- Допълнително съдържание върху етапите на промяната така, както се прилагат в мотивационното интервюиране.

## Глава 8. Гещалттерапия

- Преработено обсъждане на ролята на експериментите в гещалттерапията.
- По-силно ударение върху присъствието на терапевта.
- Допълнено описание на фокусираната върху емоциите терапия и нейните взаимоотношения с гещалттерапията.
- По-силно внимание към отношенческия подход към гещалтистката практика.

## Глава 9. Поведенческа терапия

- Засилено внимание към тенденциите в съвременната поведенческа терапия.
- Разширена дискусия на ролята на терапевтичните взаимоотношения в поведенческата терапия.
- Разширена и осъвременена дискусия на тренинга по социални умения.
- Преработена част върху многомодалната терапия.
- Преработено обсъждане на системната десенситизация и процедурите на съприкосновението.
- Преработена е частта върху EMDR (*Eye movement desensitization and reprocessing* – Десенситизация и преработка на очните движения).
- По-голямо внимание на ролята на осъзнатостта и стратегиите на приемане в съвременната поведенческа терапия.
- Нов материал върху основаната на осъзнатостта когнитивна терапия и намаляване на стреса.
- Разширено и преработено обсъждане на диалектичката поведенческа терапия.

## Глава 10. Когнитивно-поведенческа терапия

- Преработено и разширено представяне на когнитивната терапия на Арън Бек.
- Обогатено представяне на ролята на Джудит Бек в развитието на когнитивната терапия.
- Засилено внимание към влиянието на Доналд Майхенбаум в развитието на когнитивно-поведенческата терапия.
- Нов материал за тренинга за ваксиниране срещу стреса на Майхенбаум.
- Преработена част върху конструктивисткия подход на Майхенбаум към когнитивно-поведенческата терапия.
- По-добро представяне на предотвратяването на рецидивите.
- Подобрено обсъждане на когнитивно-поведенческата терапия от гледна точка на мултикултурализма.
- Нов материал върху потенциалните ограничения за мултикултурно приложение на когнитивно-поведенческата терапия.

## Глава 11. Терапия на реалността

- Преработено обсъждане на взаимоотношенията между теорията за избора и терапията на реалността.
- Разширено обсъждане на ролята на въпросите в терапията на реалността.
- Преработена част върху ролята на планирането в терапията на реалността.
- По-силно ударение върху стойността на терапията на реалността при клиенти, които се подлагат на терапия без особен ентузиазъм.
- Допълнителен материал върху терапията на реалността от гледна точка на разнообразието.

## Глава 12. Феминистка терапия

- Осъвременено представяне на принципите на феминистката терапия.
- Осъвременено обсъждане на ролята на оценката и диагнозата във феминистката терапия.
- Засилено внимание към овластяването.
- Нов пример на прилагане на интервенции на феминистката терапия с клиничния случай на Алма.
- Преработена и разширена дискусия на терапевтичните техники и стратегии.

## Глава 13. Постмодерни подходи

- Допълнителен материал върху паралелите между фокусираната върху решенията кратка терапия и позитивната психология.
- Разширено обсъждане на ключови понятия на фокусираната върху решенията кратка терапия (SFBT).
- По-силно ударение върху клиента като експерт в терапевтичните взаимоотношения в постмодерните подходи.
- Преработен материал върху техниките в постмодерните подходи.
- Нов материал върху слушането с открито съзнание в наративната терапия.
- По-силно ударение върху природата на сътрудничеството на наративната терапия и SFBT.

## Глава 14. Терапия на семейните системи

- Реконцептуализация и оптимизиране на главата.
- Нова част, описваща многокластовия процес на семейната терапия.
- По-силно ударение върху личното развитие на семейния терапевт.
- Допълнени въпроси за размисъл, за да подпомогнат личното приложение на теорията за семейството.
- Нов материал за работата върху генограмата за разбирането на Аза на терапевта и на клиентите.
- Разширена част върху скорошното развитие в семейната терапия.
- Нов материал за постмодерната перспектива върху семейната терапия.
- По-силно внимание към феминизма, мултикултурализма и постмодерния конструкционизъм, приложени към семейната терапия.

В Част III читателите са подпомогнати да обединят концепциите по смислен начин чрез обсъждане на интегративната перспектива и обсъждане на един клиничен случай. Глава 15 („Интегративна перспектива“) обединява темите от всичките 11 теоретични ориентации. Тази глава е преработена, за да се разшири обсъждането на движението за интеграция на психотерапията; преработено обсъждане на различните интегративни подходи; осъвременена и разширена част върху интеграцията на мултикултурните въпроси в консултирането; преработена част върху интеграцията на духовността в консултирането; добавен материал върху изследванията, демонстриращи значението на терапевтичните взаимоотношения; по-богато обсъждане на централната роля на клиента в детерминирането на резултатите от терапията и осъвременено представяне на заключенията от изследователската литература върху ефективността на психотерапията. В глава 15 разработвам идеята, че интегративният подход към консултативната практика е в непрекъснатото задоволяване на потребностите на разнообразни популации от клиенти в много и различни типове среда. Многобройни таблици и друг интегриращ материал помагат на студентите да сравняват и да съпоставят единадесетте подхода.

„Случаят на Стан“ е запазен в глава 16, за да помогне на читателите да видят приложението на различни техники на различни етапи в консултативния процес с един и същ клиент. Тази глава илюстрира интегративен подход, който разчита на всички терапевтични модалности и прилага модел на мисленето, чувстването и поведението в консултирането на Стан. Прилагането на различни теории към един клиничен случай позволява сравняването на подходите. Видеопрограмата (*DVD for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: The Case of Stan and Lecturettes* – „Теория и практика на консултирането и психотерапията: случаят на Стан с кратки лекции“) може да се използва като идеално допълнение към тази глава. За всяка от 13-те сесии в дивиди програмата в консултантската ми работа със Стан прилагам само няколко избрани техники, целящи да илюстрират всяка теория в действие. Нова за това девото издание е поредицата от кратки лекции, която представям за всяка глава в този учебник. Тази разширена дивиди програма сега включва както демонстрации на консултирането на Стан, така и кратки лекции, които изясняват моята перспектива към практическото приложение на всяка теория.

Този текст може да се използва гъвкаво. Някои преподаватели ще следват моята последователност на главите. Други ще предпочетат да започнат с главите за различните теории (Част II) и след това да се занимават с личните характеристики на студента и с етичните въпроси. Темите могат да се преминат в този ред, който е най-смислен според преподавателя. На читателите са представени някои предложения за използването на тази книга в глава 1.



В това издание положих всички усилия да включа онези аспекти, които са вършели най-добра работа в курсовете по теория и практика на консултирането, които редовно вода. За да помогна на читателите да приложат теорията на практика, съм преработил и *Student Manual* („Наръчника за студенти“), който е предназначен за преживелищна работа. *Student Manual for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (Студентски наръчник към „Теория и практика на консултирането и психотерапията“) съдържа открити въпроси, много нови клинични случаи за изследване и обсъждане, структурирани упражнения, въпросници за самооценка и различни дейности, които могат да се извършват както в час, така и за домашна работа. Деветото издание представя структуриран обзор, както и речник за всяка от теориите, и кратки тестове за всяка глава, оценяващи нивото на овладяване на базисните понятия от студентите.

*CourseMate* – нов онлайн ресурс – също придружава този учебник. Той съдържа видеопрограмата за „Теория и практика на консултирането и психотерапията: случаят на Стан с кратки лекции“, както и речник на ключовите термини, интервюта с експерти (въпроси и отговори от експерти по различните теории) и клинични примери за всяка от теориите, илюстриращи начините на приложение на тези концепции и техники в консултирането на конкретния клиничен случай.

Преработеното и обогатено издание на *Case Approach to Counseling and Psychotherapy* („Консултиране и психотерапия чрез клинични случаи“, осмо издание) представя експерти, които работят със случая на Рут от позициите на различни терапевтични модалности. Сборникът със случаи може или да допълва тази книга, или да е самостоятелно четиво. Допълнителна глава върху транзакционния анализ може да се намери в WebTutor®. Този материал е осигурен в същия формат като 11-те глави за теориите в тази книга и включва преживелищни упражнения, които могат да се правят индивидуално или в малки групи.

Това девето издание на учебника и наръчника за студенти се придружават от *DVD for Integrative Counseling: The Case of Ruth and Lecturettes* („Интегративно консултиране: случаят на Рут и кратки лекции“), в което демонстрирам интегративен подход в консултирането на Рут (централния герой в сборника с клинични случаи). То съдържа и кратки лекции за това, как разчитам на ключови понятия и техники от различните теории, представени в този учебник. Тази дивиди програма е разработена за студентите, които могат да я използват като програма за самостоятелно учене, и е идеален учебен пакет, който да се използва заедно с този текст и със Студентския наръчник. *The Art of Integrative Counseling* („Изкуството на интегративното консултиране“, трето издание), която разширява материала, представен в глава 15 на този учебник, също допълва книгата.

Някои преподаватели смятат, че учебникът и Студентският наръчник или онлайн програмата (*CourseMate*) са идеален спътник и реалистичен ресурс за един курс. Други предпочитат да използват учебника и сборника с клинични случаи като допълнителна литература. С тази преработка вече е възможно преподавателите и студентите са имат уникален учебен пакет от няколко книги заедно с *DVD for Integrative Counseling: The Case of Ruth and Lecturettes* („Интегративно консултиране: случаят на Рут и кратки лекции“). *The Case Approach to Counseling and Psychotherapy* („Консултиране и психотерапия чрез клинични случаи“, осмо издание) и *Art of Integrative Counseling* („Изкуството на интегративното консултиране“) могат да се използват и в различни курсове, например практикум по управление на клинични случаи, курсове за полева работа или такива за техники на консултиране.

Преработен и осъвременен е и *Instructor's Resource Manual* („Наръчник с ресурси за преподавателя“), който включва предложения за воденето на курса, дейности в час за стимулиране на интереса, *PowerPoint* презентации за всички глави и различни тестови въпроси и финални изпити. Този наръчник за преподавателя днес е приспособен

собен за следния учебен пакет: „Теория и практика на консултирането и психотерапията“, *Student Manual for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* („Студентски наръчник за Теория и практика на консултирането и психотерапията“), *Case Approach to Counseling and Psychotherapy* („Консултиране и психотерапия чрез клинични случаи“), *The Art of Integrative Counseling* („Изкуството на интегративното консултиране“) и две видеопрограми: *DVD for Integrative Counseling: The Case of Ruth and Lecturettes* („Интегративно консултиране: случаят на Рут и кратки лекции“) и *DVD for Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: The Case of Stan and Lecturettes* („Теория и практика на консултирането и психотерапията: случаят на Стан и кратки лекции“).

## Признателност

Предложенията, които получих от редица читатели на предишните издания, отделили времето да попълнят формуляра за обратна връзка в края на книгата, бяха изключително полезни. Много други допринесоха с идеи, които си проправиха път в деветото издание. Високо ценя времето и усилията на рецензентите на ръкописа, които предложиха конструктивна критика и подкрепящи коментари, както и на онези преподаватели, които са използвали тази книга и ми дадоха обратна връзка, която беше много ценна за настоящата преработка. Хората, които рецензираха пълния ръкопис на деветото издание, са:

Силинда Банкс, Щатски университет „Норфолк“  
 Джейн Барнс, Общински колеж Нашуа  
 Ерик Брънс, университет „Кембълсвил“  
 Джоя Криър, университет „Джордж Мейсън“  
 Саманта Даниел, Щатски университет във Файетвил  
 Мелъди Фрик, Западнотексаски университет А&М  
 Аманда Хийли, Щатски университет Сам Хюстън  
 Пола Нелсън, университет „Сейнт Нио“  
 Терънс Патерсън, Университет на Сан Франсиско  
 Холи Сайръп, университет „Хофстра“

Специална благодарност дължа на рецензентите на главите, които ме консултираха и направиха детайлни критични бележки. Техните прозорливи и ценни коментари по принцип са включени в това издание:

- Глава 4 (Психоаналитична терапия): Уилям Блау, Копър Маунтин Колидж, Джошуа Трий, Калифорния; и Дж. Майкъл Ръсел от Калифорнийски щатски университет, Фулъртън.
- Глава 5 (Адлерова терапия): Джеймс Робърт Битър, Щатски университет на Източен Тенеси, и аз сме съавтори на глава 5.
- Глава 6 (Екзистенциална терапия): Еми ван Дюрзен, Ново училище по психотерапия и консултиране, Лондон, Англия, и Университет на Шефилд; Дж. Майкъл Ръсел от Калифорнийския щатски университет във Фулъртън; Дейвид Н. Елкинс, Докторантско училище по педагогика и психология, университет „Пепърдайн“; Браян Фарха, Градски колеж на Оклахома; Джейми Блъдуърт, частна практика, Финикс, Аризона; Кърк Шнайдър, Екзистенциално-хуманистичен институт; и Виктор Ялом, президент, Psychotherapy.Net.
- Глава 7 (Центрирана върху човека терапия): Натали Роджърс, Пърсън-Сентърд Експресив Артс Асошиейтс, Котати, Калифорния; Дейвид Н. Елкинс, Докторантско училище по педагогика и психология, университет „Пепърдайн“; и Дейвид Кейн, Калифорнийско училище по професионална психология към Международен университет Алиънт, Сан Диего.

- Глава 8 (Гещалттерапия): Джон Фру, частна практика, Ванкувър, Вашингтон, и Тихоокеански университет, Орегон; Ансел Уолд, Щатски университет Кен.
- Глава 9 (Поведенческа терапия): Шери Кормие, Университет на Западна Вирджиния; Франк М. Датилио, Харвардско висше училище по медицина и Висшето училище по медицина на Университета на Пенсилвания; и Арнолд А. Лазаръс, университет „Ратгърс“ и Институт „Лазаръс“.
- Глава 10 (Когнитивно-поведенческа терапия): Шери Кормие, Университет на Западна Вирджиния; Франк М. Датилио, Харвардско висше училище по медицина и Висшето училище по медицина на Университета на Пенсилвания; Уинди Драйдън, професор по психотерапевтични изследвания в колежа „Голдсмитс“, Лондон; и Доналд Майхенбаум, изследователски директор на Институт „Мелиса“ за предотвратяване на насилието.
- Глава 11 (Терапия на реалността): Робърт Уоболдинг, Център за терапия на реалността, Синсинати, Охайо.
- Глава 12 (Феминистка терапия): Каролин Зербе Енс, Корнел Колидж; Барбара Хърлихай, Университет на Ню Орлийнс, и аз сме съавтори на глава 12.
- Глава 13 (Постмодерни подходи): Джон Уинслейд, Калифорнийски щатски университет, Сан Бернардино; Линда Меткаф, Тексаски женски университет и Фокусиран върху решенията институт за обучение и тренинг; и Джон Мърфи, Университет на Централен Арканзас.
- Глава 14 (Терапия на семейните системи): Джон Карлсън, Щатски университет „Гавърнърс“; Джеймс Робърт Битър, Щатски университет Източен Тенеси, и аз сме съавтори на глава 14.

Искам да изразя благодарността си на екипа в издателство „Брукс/Коул“, „Сенгейдж Лърнинг“, който участва в моите проекти. Тези хора са Сет Добрин, редактор по консултиране, социална работа и човешки услуги; Джули Мартинез, консултиращ редактор, който следеше процеса на рецензиране; Карил Горска за работата ѝ върху дизайна на печатното тяло и корицата на книгата; Елизабет Момб, медиен редактор; Наоми Драйърс – допълнителните материали за книгата; Мишел Муратори от университета „Джонс Хопкинс“ за работата ѝ върху осъвременяването на *Instructor's Resource Manual* („Наръчник с ресурси за преподавателя“) и помагаше в разработването на другите допълнителни учебни ресурси; и Рита Джамило, мениджър на проекта. Благодаря на Бен Колстад от *Cenveo Publisher Services*, който координира производството на книгата. Специална благодарност дължа на Кей Майкъл, редактор на ръкописа на това издание, благодарение на чийто изключителен редакторски талант тази книга продължава да е четивна. Оценявам високо работата на Сюзан Кънингам по подготовката на показалеца. Усилията и отдадеността на всички тези хора със сигурност допринесоха за високото качество на това издание.

Джералд Кори