

УДК 616.89(075)
ББК 88.71-2я73+56.145.0я73
М18

Рецензенты:

Н. В. Дмитриева, доктор психологических наук;
С. А. Кулаков — доктор медицинских наук, профессор

Малкина-Пых, И. Г.

М18 Психосоматика : практикум / И. Г. Малкина-Пых. — Москва ;
Берлин : Директ-Медиа, 2019. — 459 с.

ISBN 978-5-4499-1600-6

Психосоматика — направление в медицине и психологии, занимающееся изучением влияния психологических (преимущественно психогенных) факторов на возникновение и последующую динамику соматических заболеваний. Настоящее учебное пособие содержит материал по курсу «Психосоматика. Практикум», является продолжением курса «Психосоматика» и может быть использовано в образовательном процессе только после его предварительного изучения или параллельно с ним.

В учебнике представлено два аспекта рассмотрения проблемы практической психосоматики: методы диагностики и теории и методы различных направлений психотерапии применительно к психосоматике. Рассмотрены особенности диагностической беседы, а также применения тестирования с при психосоматическими расстройствами. Подробно описаны теории и методы направлений психотерапии, демонстрирующие положительные результаты применительно к психосоматическим расстройствам и заболеваниям, такие как психосинтез, транзактный анализ, гештальт-терапия, позитивная психотерапия, символдрама, нейро-лингвистическое программирование и ряд других.

Соответствует ФГОС ВО последнего поколения.

Учебное пособие предназначено для студентов специалитета и магистратуры, обучающихся по направлениям подготовки 37.04.01 «Психосоматика» и 37.05.01 «Основы психосоматики».

Ключевые слова: психосоматика, психодиагностика, психологическая коррекция, психотерапия.

УДК 616.89(075)
ББК 88.71-2я73+56.145.0я73

ISBN 978-5-4499-1600-6

© Малкина-Пых И. Г., текст, 2019

© Издательство «Директ-Медиа», оформление, 2019

Оглавление

Предисловие.....	5
Глава 1. ДИАГНОСТИКА В ПСИХОСОМАТИКЕ	9
1.1. Диагностическая беседа	10
1.2. Психологические тесты в психосоматической практике	21
1.2.1. Торонтская шкала алекситимии.....	23
1.2.2. Опросник УСК (уровень субъективного контроля) Роттера (адаптирован Е. Ф. Бажиным, С. А. Голынкиной, А. М. Эткингом)	27
1.2.3. Тест-опросник «Индекс жизненного стиля» Келлермана — Плутчика.....	36
1.2.4. Опросник эмоциональной регуляции (ERQ) Дж. Гросса (адаптация Панкратовой, Корниенко, 2017)	40
1.2.5. Методика «Опыт близких отношений» К. Бреннан и Р. К. Фрейли (адаптация Т. В. Казанцевой, 2008)	43
1.2.6. Опросник перфекционизма (Наследов, Киселева, 2016).....	45
Вопросы и задания для самопроверки.....	48
Заключение	49
Глава 2. ПСИХОТЕРАПИЯ ПРИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	51
2.1. Общие вопросы психотерапии психосоматических пациентов	51
2.2. Внутренняя картина болезни	69
2.3. Нозогении (психогенные реакции) при психосоматических заболеваниях.....	76
2.4. Психосинтез.....	83
2.4.1. Техники.....	86
2.5. Терапия, фокусированная на решении	110
2.5.1. Техники.....	111
2.6. Позитивная психотерапия	136
2.6.1. Техники.....	145
2.7. Гештальт-терапия.....	162
2.7.1. Техники.....	166
2.8. Когнитивно-поведенческая психотерапия	190
2.8.1. Техники.....	194
2.9. Символдрама (метод кататимного переживания образов)	229
2.9.1. Техники.....	235
2.10. Транзактный анализ	252
2.10.1. Техники.....	257
2.11. Терапия искусством (арт-терапия).....	297

2.11.1. Техники	302
2.12. Креативная визуализация	306
2.12.1. Техники	313
2.13. Психодрама.....	323
2.13.1. Техники	326
2.14. Танцевально-двигательная терапия	332
2.14.1. Техники	338
2.15. Телесно-ориентированная психотерапия.	339
2.15.1. Работа с телом в биоэнергетике А. Лоуэна.....	342
2.15.2. Танатотерапия.....	356
2.16. Семейная психотерапия	359
2.16.1. Техники	364
2.17. Нейро-лингвистическое программирование (НЛП)	390
Вопросы и задания для самопроверки.....	446
Заключение	448
Список литературы	450
Сведения об авторе	458