

Предисловие

Она всегда работает. Каждый раз, когда поднимается тема диалектической поведенческой терапии (ДПТ), люди всегда испытывают сильные чувства. Вероятно, всех сбивает с толку слово “диалектика”. Мне кажется, что ДПТ по какой-то причине серьезно недооценивалась и неверно интерпретировалась. Бога ради, я лично работала с профессионалами, которые говорили, что они не заморачиваются над изучением ДПТ, потому что не имеют ни малейшего желания работать с расстройствами личности!

Я возразила: “Но ведь не только! Вы можете и должны использовать ее практически всегда!”

После этого они изумленно смотрели на меня, как будто у меня две головы, а затем просто игнорировали мои аргументы. Какое узкое мышление!

К счастью, появился весьма талантливый Кирби Ройтер, который не только провозгласил огромную ценность диалектической поведенческой терапии, но и создал превосходный учебник, который применяет ДПТ к посттравматическому стрессовому расстройству, одному из самых значимых и сложных в лечении диагнозов. В данном информационном издании есть все необходимое, чтобы быстро применять даже самые сложные аспекты ДПТ к своим травматическим симптомам.

В своей практике я заметила, что люди часто поражаются тому, насколько легкодоступной является ДПТ. Большую часть времени они уже используют ее, даже не осознавая этого! Когда я впервые посетила тренинг Марши Линехан (она ведь знатная дама в области КПТ), буду честна: я и сама была скептиком. Меня заставил пойти туда мой босс, и, по правде говоря, мне это было совершенно не интересно: просто нужен был сертификат. Затем показалась сама Марша, и шла она босиком! Она сказала, что не успела подобрать обувь и решила, что будет ходить босиком, пока у нее не появится время решить этот вопрос. ДПТ в действии!

Я была очарована: вот он, специалист, который сосредоточен на любви к себе, со всеми своими недостатками, и который лично практикует то, чему учит других. Возникла проблема? Решайте ее по мере своих возможностей и не волнуйтесь, если вы что-то не сделали или сделали не так. У нее, без шуток, не было никаких запретов, и я полюбила каждую минуту этого тренинга. Так родилась еще одна поклонница ДПТ!

Я очень эклектичный терапевт, считающий, что каждый пациент — это личность, которую нужно лечить с уважением и терпением, чтобы помочь достичь лучшей жизни. Порой для этого требуется знакомить людей с ДПТ. На следующем приеме они говорят мне, что поискали в Интернете ДПТ (никогда не ищите в поисковиках психические расстройства, НИКОГДА!), и неизбежно спрашивают, думаю ли я, что у них расстройство личности. Порой это их оскорбляет. Вот почему книги вроде этой так важны — они помогают разрушить стигмы этого уникального протокола лечения, позволяя профессионально применять его ко многим другим расстройствам.

Лично я применила ДПТ к ПТСР и нашла ее чрезвычайно ценной для своих пациентов, а теперь Кирби предоставил новые инструменты для моего терапевтического арсенала. Быть ниндзя-терапевтом, которым я являюсь, означает оставаться в игре и окружать себя провидцами, вроде Кирби, которые поддерживают меня.

Так что вперед: изучите эту прекрасную книгу и насладитесь ею, как вкусным блюдом. Испробуйте ее, обдумайте и отложите на потом. Это книга, за которой вы еще неоднократно потянетесь в будущем. Я всегда говорю своим пациентам: “Я не чиню сломанных людей. Я лечу прекрасных людей, которые нуждаются в легкой полировке здесь и там, чтобы сиять так, как они заслуживают”.

Дона Де Паскаль,
лицензированный психотерапевт