

ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ. РЕЗЮМЕ

Поведенческой психотерапией могут быть названы различные психотерапевтические методики направленные на модификацию болезненных форм поведения с помощью классического обуславливания, оперантного обуславливания и способов социального научения. А также различные полимодальные методики с комбинациями выше перечисленных способов.

К способам классического обуславливания относятся методики модификации поведения с помощью классического подкрепления целью которых является формирование новых условных рефлексов, как цели изменения поведения.

К способам оперантного обуславливания , относятся методики модификации поведения с помощью оперантного подкрепления.

К способам социального научения относятся методики модификации поведения методом научения.

К классическим научным исследованиям на которые опирается поведенческая психотерапия относятся работы И.П. Павлова «Теория условных рефлексов», «Теория сигнальных систем».

Условно-рефлекторная терапия. А.Сальтера.

Оперантное обуславливание.Б.Ф. Скинера

Теория социального научения Д. Бандуры.

Мультимодальная терапия поведения. А. Лазаруса.

Теория выученной беспомощности. М. Селигмана.

И т.д.

Первое упоминание о теоретической и практической поведенческой психотерапии можно связать с В.М. Бехтеревым и созданным им методом условно-рефлекторной терапии (1915 год). Этот метод был широко востребован в первой половине двадцатого века в России. По методу условно-рефлекторной терапии, в середине двадцатого века, успешно работал Андре Сальтер. Термин «Поведенческая терапия» появился в США в 1953 году и стал широко известен благодаря работам Б.Ф. Скиннера и его соавторов. В дальнейшем метод поведенческой психотерапии был дополнен разнообразными методиками таких психологов и психотерапевтов как Ганс Айзенк, Джозеф Вольпе, А. Лазарус, Альберт Бандура, Мартин Селигман, Джулиан Роттер и т.д.

В конце двадцатого века появляется новое направление в поведенческой психотерапии, когнитивно-поведенческая терапия.

В двадцать первом веке поведенческая психотерапия продолжает развиваться. Появляются новые способы психокоррекции. Патентное бюро России ежегодно регистрирует несколько психотерапевтических способов относящихся к поведенческой терапии или полимодальных методов с использованием техник поведенческой психотерапии. В качестве новых

международных полимодальных методов можно привести пример открытия в 2012 году Института Поведенческой Теле-психологии (США).

Поведенческая психотерапия решает задачи повышение качества жизни человека методом обучения новым, более эффективным и здоровым формам поведения. Модификация доставляющих страдание, болезненных форм поведения.

Объектом терапевтического вмешательства является доставляющее страдание, болезненная форма поведения. Модифицируя болезненное поведение психолог избавляет пациента от страданий и достигает заранее согласованных целей терапии.

К другим методам психотерапии применяемые наряду с основной относится когнитивно- поведенческая терапия. Отличие метода от других родственных модальностей, заключается в большей степени психологическом, а не лечебном характере. Он повышает социальную компетентность клиента, расширяют поведенческий репертуар, формирует новые условные рефлекс, изменяя поведение с мощью подкрепления и социального научения.