

Грани личности

Для психологов



Деникина Инна

Инна Деникина

Грани личности

<https://litres.ru/74284442>

SelfPub; 2026

Аннотация

«Грани личности» — книга для практикующих психологов о разных личностных динамиках и их проявлениях в терапевтическом процессе. Автор помогает увидеть за поведением клиента его внутреннюю логику: способы защищаться, строить контакт, переживать близость, справляться со стыдом, агрессией, зависимостью, контролем и уязвимостью.

В книге рассматривается, как личностные особенности влияют на запрос, перенос, контрперенос, сопротивление и выбор терапевтической тактики. Это не набор жёстких схем, а приглашение к клиническому мышлению: замечать нюансы, различать защитные стратегии и подбирать бережные, точные интервенции.

Книга будет полезна психологам, психотерапевтам, консультантам и специалистам помогающих профессий, которые хотят глубже понимать клиентов и увереннее выстраивать работу с разными гранями личности.

Содержание

Вводное слово	4
Конец ознакомительного фрагмента.	9

Инна Деникина

Грани личности

Вводное слово

В практике психолога я всё больше убеждаюсь в том, что за каждым запросом, симптомом, повторяющимся сценарием или кризисом стоит не только конкретная ситуация, но и определённый способ человека быть в контакте с собой, с другим и с миром. Этот способ складывается из: устойчивых черт, защитных стратегий, способов переживать близость и дистанцию, реагировать на стресс, выстраивать отношения, выдерживать неопределённость, обращаться со своими чувствами и потребностями.

Именно поэтому в своей работе я ориентируюсь на особенности личности клиентов. Для меня диагностика — это не попытка «поставить человека в рамку» и не стремление свести его сложность к категории или типу. Скорее, это способ внимательного профессионального видения: что именно организует внутренний мир клиента, какие механизмы помогают ему адаптироваться, а какие, напротив, становятся источником страдания; какие интервенции могут быть поддерживающими, а какие — преждевременными или даже травматичными.

Особенности личности во многом направляют меня в выборе терапевтической тактики. С одним клиентом важно сначала создать устойчивое ощущение безопасности и предсказуемости. С другим — бережно исследовать границы, не усиливая его привычную настороженность. С третьим — поддерживать контакт с реальностью и помогать различать чувства, фантазии и факты. Где-то терапия требует большей структуры, где-то — большей эмоциональной включённости, где-то — осторожной работы с зависимостью, стыдом, агрессией или уязвимостью. Один и тот же метод, применённый к разным личностным организациям, может давать совершенно разные результаты. Поэтому вопрос не только в том, «что делать», но и в том, «с кем», «в какой момент» и «каким способом».

В сезоне 2025/26 в своём ТГ-канале «сисТЕМА» — канале студии интегративной терапии ТЕМА — я подробно раскрывала тему граней личности. Я писала тексты, проводила супервизорскую группу и создала три вебинара, посвящённых тому, как понимать личностные особенности клиента и как опираться на это понимание в терапевтической практике.



Постепенно материала стало много. В нём появились повторяющиеся линии, важные акценты, клинические наблюдения, вопросы коллег, фрагменты супервизорских обсуждений, практические выводы и теоретические опоры. В какой-то момент стало очевидно, что всё это просится в более цельную форму — не в набор отдельных постов или вебинарных заметок, а в книгу, где можно последовательно со-

брать и описать то, что помогает психологу видеть личность клиента объёмнее.

Так появилась идея этой книги.

«Грани личности» — это попытка систематизировать мышления и практический опыт о том, как личностные особенности проявляются в терапии, как они влияют на контакт, запрос, динамику процесса, сопротивление, перенос, контрперенос и выбор терапевтических интервенций. Мне важно говорить об этом не отвлечённо и не академически сухо, а через живую практику, через клиническое мышление, через те вопросы, с которыми психолог действительно сталкивается в кабинете.

Эта книга адресована коллегам-психологам, которые хотят глубже понимать своих клиентов и точнее выстраивать терапевтическую работу. Она не претендует на исчерпывающую классификацию личности и не предлагает универсальных рецептов. Скорее, это приглашение смотреть внимательнее: замечать нюансы, различать уровни организации личности, учитывать защитные механизмы, видеть не только проблему, но и логику, благодаря которой человек когда-то смог выжить, адаптироваться, сохранить отношения или удержать ощущение себя.

Мне близка мысль, что личность нельзя понять только через диагноз, симптом или поведение. Личность раскрывается в способе переживать, выбирать, защищаться, привязываться, отталкивать, просить, злиться, стыдиться, надеяться

и выдерживать близость. У каждого человека есть свои грани — явные и скрытые, зрелые и уязвимые, гибкие и ригидные, помогающие и ограничивающие. Работа психолога во многом заключается в том, чтобы научиться эти грани различать и бережно учитывать.

Именно этому посвящена книга «Грани личности».

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.