



ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
ул. Б.Д. Карвасарского

Институт психотерапии
и медицинской психологии
им. Б.Д. Карвасарского

Тема: «SFBT/КППТ/Р-ФТ/ ОРКТ/беседы о
решении».

Курс повышения квалификации в области
психологического
консультирования/немедикаментозной
психотерапии.

Преподаватель: Юрий Ионов.
Клинический психолог, психопрактик.

Темы презентации

1. Техника жизненного опыта.
2. Задания для самостоятельной работы.

Техника жизненного опыта. Блок ресурсов.

Обращаясь к клиенту, спрашиваем:

- *«Есть ли у Вас друг (подруга для женщин), про которого Вы не всё знаете?»*
- *«Да, есть, а что?»*
- *«А про кого Вы подумали?»*
- *«Вася».*
- *«А давайте предположим, что у Васи подобная ситуация, как и у Вас. Вот так, неожиданно выяснилось. И он спрашивает у Вас, как справиться с этой ситуацией ... **Что Вы ему скажете?»***

Каждый знаком с внутренней речью, с обращённостью к другим людям в своём внутреннем разговоре, ну, а здесь роль этого второго берётся представлять сам психотерапевт, потому и так важно использование этого местоимения от третьего лица, от имени друга/подруги.

Вася думает, сомневается, переживает, примеривает, Вася говорит, взвешивает, собирается, он настраивается, решает...

Техника завершается специфическим приёмом, под названием **веса**:

«А что Вы думаете о своих словах, идеях, которые только что проговаривали своему другу?»

Задание к самостоятельной работе.

Распределившись по ролям (каждый испытает себя в каждой), выберете, кто начнёт исследовать свою историю, а кто будет помогать ему в этом.

И кто будет наблюдать за помогающим.

Как минимум по 23' – исследование, 7' – ОС, обсуждение. 3 смены ролей.

Первые 3 мин. для настройки, отследите происходящие феномены в динамике, как вы воспринимаете партнёра от первой полуминуты к 3-й минуте. И затем начинайте говорить.

Задача помощника создать условия для свободного проговаривания истории, и выстраивания контакта, влияния на его развитие с помощью описанных техник, пробуйте их, смотрите на своего собеседника, слушайте себя, как даётся – насколько легко и свободно идёт беседа, как удаётся держать направление...

Наблюдатель включается лишь тогда, когда помощник попросит его об этом, поставив вопрос, что ему от наблюдателя нужно.

Вообще, было бы хорошо, чтобы наблюдатель получал задание от помощника за чем именно ему наблюдать, какие вопросы помощник хочет разрешить, получая ОС в конце беседы.

Наблюдатель даёт ОС только помощнику.

Исследующий свой опыт получает помощь и поддержку по ходу 23 минут.



ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ И
МЕДИЦИНСКОЙ ПСИХОЛОГИИ
им. Б.Д. Карвасарского

Контактная информация

Оформить заявку на обучение и задать любые интересующие Вас вопросы можно, позвонив нам по номеру **+7 812 467-47-90** или написав по адресу client@ipmp-spb.ru

Санкт-Петербургский Институт психотерапии и медицинской психологии им. Б. Д. Карвасарского осуществляет образовательную деятельность на основании лицензии от «13» мая 2014 года № 0988, выданной комитетом по образованию Правительства г. Санкт-Петербурга.

Все Программы разработаны и утверждены на основании требований к образовательным программам дополнительного профессионального образования в соответствии с Федеральным законом РФ № 273-ФЗ от 29.12.2013 г. «Об образовании в Российской Федерации», Постановлением Правительства Российской Федерации от 28 октября 2013 г. № 966 «О лицензировании образовательной деятельности»; Приказом Министерства образования и науки РФ от 01.06.2013 № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».