

# Эволюция Ориентированного на Решение подхода

Шарафутдинов Айдар  
[vk.com/psy\\_kzn](https://vk.com/psy_kzn)

ОРКТ/SFBT

Ориентированная на Решение Краткосрочная  
Терапия

Solution-Focused Brief Therapy

## Предшественники

Милтон Эриксон

Грегори Бейтсон

Mental Research Institute (MRI),

«Институт Исследования Психики», 1958

Пало-Альто, штат Калифорния (США)

«Центр Краткосрочной Терапии», 1966

Пол Вацлавик, Джон Уиклэнд, Ричард Фиш



Стив де Шейзер (1940 - 2005)  
Инсу Ким Берг (1934 - 2007)

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

«Центр Краткосрочной Семейной Терапии»  
Милуоки, штат Висконсин (США), 1978

Стив де Шейзер, Инсу Ким Берг, Джим Деркс,  
Мерлин Лакур, Ева Липчик, Дон Норум, Элам  
Наннели, Марвин Винер, Алекс Молнар,  
Вэлли Джинджерич, Мишель Винер-Дэвис,  
Джон Уолтер, Кэйт Ковальски, Рон Крал,  
Джэйл Милер, Скотт Милер и Лари Хопвуд.

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1982 Стив де Шейзер, книга «Паттерны краткосрочной семейной терапии: экосистемный подход»

1984 Стив де Шейзер, статья «Смерть Сопротивления» (впервые была отправлена в журнал в 1979, отклоняли от печати 17 раз!)

- Сотрудничество

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1984 статья «Четыре полезных изменения в краткосрочной терапии» (в соавторстве с Алексом Молнаром)

- Задание первой сессии
- Сделать что-либо другое
- Что Кл. делает, когда преодолевает соблазн
- Переопределение стабильности как изменения

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1985 книга «Ключи к решению в краткосрочной терапии»

- Изменения неизбежны
- Подробности жалобы не важны для решения
- Прошлые успехи формируют ключ к решению проблем



## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1986 книга «Недирективные подходы в краткосрочной терапии» (в соавторстве с Роном Кралом)

- Шкалирующий вопрос
- Вопрос об улучшениях
- "Ориентированное на Решение"

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1987 статья «Ориентированная на решение терапия: к идентификации терапевтических задач» (в соавторстве с Алексом Молнаром)

- Исключения

статья «Конструирование терапевтического решения на основе изменения предварительного обращения» (в соавторстве с Мишель Винер-Девис и Вэлли Джинджерич)

- Предсессионные улучшения

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1988 книга «Подсказки: Исследование решений в краткосрочной терапии»

- Чудесный вопрос
- Задание предсказания
- Визитёр-Жалобщик-Клиент

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1988 Ева Липчик, статья «Целевые последовательности для начала ориентированного на решение интервью»

- Вопрос совладания
- Конструктивное слушание

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1991 книга «Включение различий в работу»

- Хорошо сформированные цели

1992

- Позиция не-знания (1978 Дон Норум, статья «У семьи есть решение», опубликована в 2000)

## Brief Family Therapy Center (BFTC)

1994 Кантвэл и Холмс, статья «Социальная конструкция: сдвиг парадигмы для системной терапии и обучения»

- Позиция терапевта на шаг сзади

Инсу Ким Берг, книга «Семейные сервисы: ориентированный на решение подход»

- Косвенные комплименты

# Brief Family Therapy Center (BFTC)

1992 – 2008

Инсу Ким Берг с соавторами описала использование ориентированной на решение терапии во многих терапевтических сферах и вне психотерапии (10 книг)

# Первая сессия Милуоки (BFCT) 1986

1. Жалоба
2. Исключения из жалобы
3. Цели терапии
4. Потенциальные решения
5. Пауза - консультационный перерыв
6. Передача сообщения от команды: комплименты и задание



# Первая сессия Инсу Ким Берг сентябрь 2006, Лондон

1. Знакомство с клиентом (разговор свободный от проблемы)
2. Клиент описывает свои проблемы и как её жизнь 'не улажена'
3. Как она поймёт, что её жизнь 'улажена'?
4. Чудесный вопрос, чтобы выявить детали её дня, когда она достигла, чего хотела и проблема решилась
5. Чудо шкала: как близко вы к 10? Почему? Как бы вы поняли, что вы продвинулись вверх?
6. Пауза - консультационный перерыв
7. Compliments от команды на то, что она уже сделала и совет следить за тем, как она может это сохранять.

# «Процедуры Построения Решения» Инсу Ким Берг

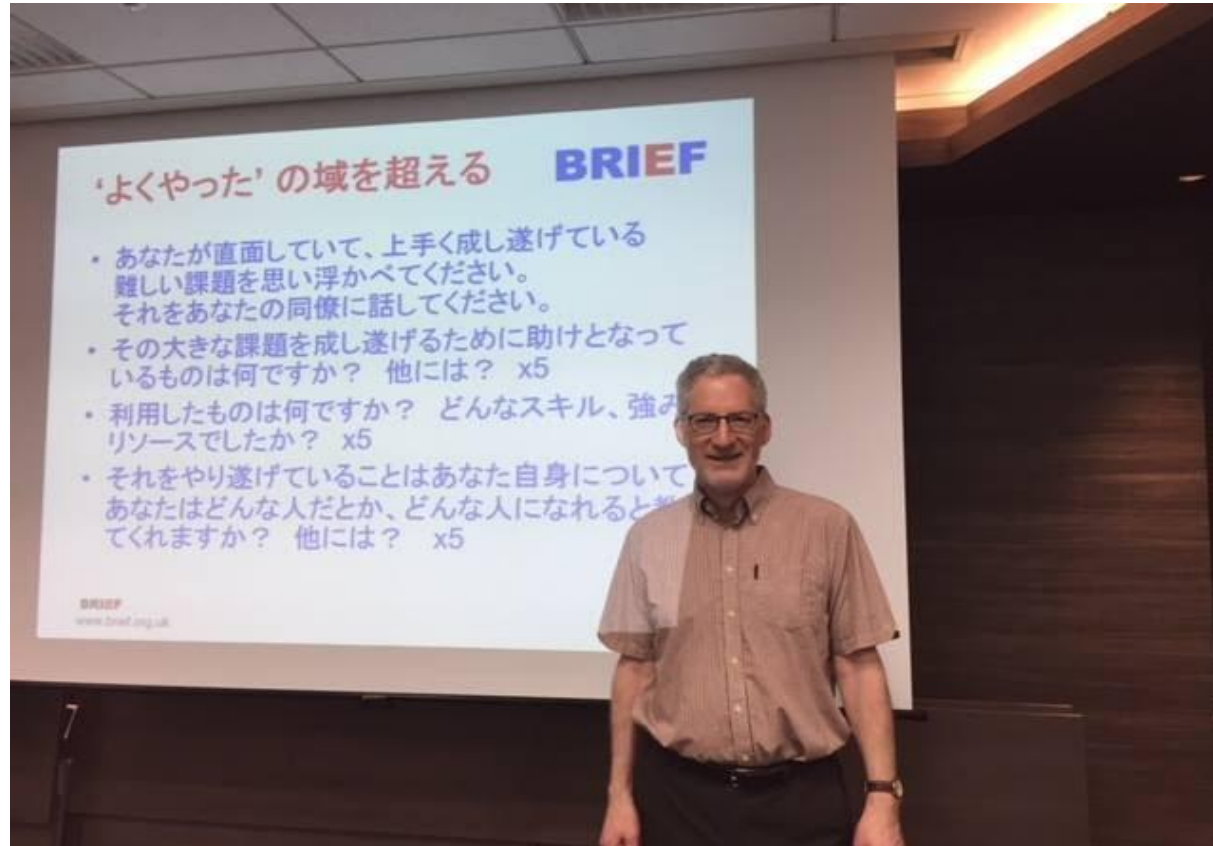
1. Что должно быть по другому с \_\_\_\_\_ (жалобы)?  
(Согласование цели - Чудо вопрос)
2. Что вы знаете о вашей/вашем \_\_\_\_\_, что говорит вам, что это может случиться? (Вопросы поиска исключений)
3. Когда был самый последний раз, когда это произошло? (Исключения)
4. Насколько близко к вашим целям вы переместились к настоящему времени?  
(Шкалирующие вопросы)
5. Какой следующий небольшой шаг вам нужно сделать в направлении своей цели? (Шкалирующие вопросы)
6. Насколько вы уверены, что вы можете поддерживать уровень успеха достигнутого до сих пор? Как бы значимые другие оценили вас по шкале?  
(Шкалирующие вопросы)
7. Завершение

# Институт краткосрочной терапии BRIEF Лондон, 1989



Харви Ратнер, Крис Ивсен, Эван Джордж

# BRIEF



Харви Ратнер, Токио, апрель 2018

## Основные разработки в версии BRIEF, которые бросили вызов японцам:

- Вопрос о Лучших Надеждах
- Вопрос про Завтра
- Акцент на подробных описаниях предпочитаемого будущего Кл. в отличие от постановки целей
- Шкала. Фокус на том, что Кл. сделал, чтобы достичь X, с меньшим интересом к продвижению вверх
- Почти полное отсутствие комплиментов
- Отсутствие домашних заданий
- Отсутствие планирования дальнейших действий.

# Модель BRIEF 2013

## 1. Лучшие надежды от работы

- Выявление заказа

## 2. Вопрос про Завтра или Чудесный Вопрос для достижения лучших надежд клиента

- Детализация предпочитаемого будущего

## 3. Шкалирующий вопрос

- Примеры и исключения
- Признаки дальнейшего прогресса (необязательно)

## 4. Ориентированное на решение резюме

- Что сказанное клиентом соответствует его лучшим надеждам

## 5. Предложение (необязательно)

- Замечать, что работает

Спасибо за внимание!

Шарафутдинов Айдар  
[vk.com/psy\\_kzn](https://vk.com/psy_kzn)