

СЕМЕЙНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ
(В.И. Слепкова, доцент кафедры социальной и семейной психологии
БГПУ)

Специальность 1-23 01 04 Психология

ЛАБОРАТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ

Лабораторное занятие №1 (2 часа)

Тема: Психоаналитическая семейная терапия.

Цель: знакомство с основными методами психоаналитической семейной психотерапии

1. Цель, направления исследования семейных интеракций.
2. Апробация основных техник семейной психотерапии: слушание, эмпатия, интерпретация, аналитическая нейтральность.

План.

1. Формулирование запроса и определение цели психоаналитического обследования семьи в режиме моделирования.
2. Использование техник: слушание, интерпретация для анализа моделей родительских семей.
3. Обсуждение условий обеспечения нейтральности в позиции семейного психотерапевта.

Компетенции.

Уметь: определять цели психоаналитического обследования семьи; выявлять механизмы переноса модели родительской семьи; использовать технику слушания клиентов при соблюдении нейтральности в позиции психотерапевта.

Лабораторное занятие №2 (2 часа)

Тема: Терапия супружеской пары.

Цель: ознакомление и освоение диагностических процедур для определения стадий развития супружеской пары.

План.

1. Создание модели развития отношений в супружеской паре.
 - 1.1. Студенты делятся на микрогруппы по 3 человека для выполнения ролей «супруга», «супруги» и консультанта и создают ситуацию, соответствующую одной из стадий развития супружеской пары.
 - 1.2 Демонстрация ситуаций для определения другими группами стадии развития супружеской пары.
 - 1.3. Проведение «Упражнения с бумагой» для определения стадий развития отношений супругов.
2. Отработка умений использования диагностического вопросника для пары Э. Бэйдера, П. Пирсона.

2.1. Студенты делятся на микрогруппы по 3 человека для выполнения ролей «супруга», «супруги» и консультанта и создают ситуацию, соответствующую одной из стадий развития супружеской пары.

2.2. Проведение консультантами интервью по диагностическому вопроснику для пары. Ответы фиксируются на бумаге для последующего анализа.

2.3. Консультанты из микрогрупп обмениваются текстами интервью и формулируют заключение о стадии развития отношений в супружеской паре.

Компетенции.

Уметь: выделять дисфункциональные признаки взаимодействия на каждой стадии развития супружеских отношений; применять диагностический опросник Э. Бэйдера, П. Пирсона; использовать «Упражнение с бумагой» для определения стадий развития пары; выявлять способы разрешения конфликта потребностей супругов на разных стадиях развития супружеских отношений.

Лабораторное занятие №3 (2 часа)

Тема: Практика трансгенерационной психотерапии.

Цель: формирование умений использования техник трансгенерационной семейной психотерапии.

Материалы: ватман, бумага для рисования, цветные карандаши, пластилин, терапевтические карты.

План.

1. Построение и работа с геносоциодиаграммой расширенной семьи:
 - 1.1. Интервью по геносоциодиаграмме;
 - 1.2. Актуализация воспоминаний, связанных с проблемой;
 - 1.3. Выявление процессов трансгенерационной передачи и повторений;
 - 1.4. Выдвижение гипотез, рассмотрение жизненных сценариев, выявление различных семейных ролей и правил.
2. Апробация использования проективных методов после исследования геносоциодиаграммы:
 - 2.1. Рисунки;
 - 2.2. Техника «пустого стула»;
 - 2.3. Терапевтические карты.

Компетенции: уметь работать с семейной социодиаграммой: проводить интервью по геносоциодиаграмме, определять степень дифференцированности членов семьи и семьи в целом; выделять патологические треугольники, выявлять повторы семейных событий, строить гипотезы о причинах эмоциональных нарушений в семье с учетом ее истории, использовать метафорические карты в качестве замещающих фигур.

Лабораторное занятие №4 (2 часа)

Тема: Когнитивно-поведенческая семейная психотерапия.

Цель: знакомство с техниками семейной и супружеской когнитивно-поведенческой психотерапии.

План:

1. Моделирование поведенческого тренинга для родителей.
2. Моделирование ситуаций с использованием техники конструктивного спора.
3. Моделирование коммуникативного тренинга.
4. Моделирование ситуаций с использованием техники «Заключение взаимовыгодных контрактов».

Компетенции.

Уметь: разработать программу поведенческого тренинга для родителей, коммуникативного тренинга умений; использовать техники конструктивного спора для обучения супругов разрешению конфликтов; применять процедуру «заключение взаимовыгодных контрактов» при решении проблем супружеского взаимодействия.

Лабораторное занятие №5 (2 часа)

Тема: Техники стратегической семейной психотерапии.

Цель: отработка умений и навыков использования техник стратегического подхода.

Материалы: картотека проблемных ситуаций.

План.

1. Работа в микрогруппах с проблемными ситуациями (по 3 человека: клиент, терапевт, наблюдатель) на различение типов вопросов.
2. Моделирование работы с семьей: отработка навыка получения информации о взаимодействии в семье с помощью циркулярных вопросов: проясняющие различия слагательного наклонения «если бы» и вопросы «читающие мысли».
3. Работа в микрогруппах с проблемными ситуациями (по 3 человека: клиент, терапевт, наблюдатель), применение техники рефрейминга, формулирование предписаний.
4. Обсуждение трудностей в использовании техник.

Компетенции: уметь различать и формулировать различные типы вопросов (циркулярные, линейные и стратегические); выявлять семейные правила, поддерживающие гомеостаз семьи; пользоваться техникой рефрейминга; выявлять наличие семейных мифов.

Лабораторное занятие №6 (2 часа)

Тема: Практика стратегической семейной психотерапии

Цель: знакомство с практикой работы с семьей, отработка умений планирования, структурирования первой встречи с семьей.

Материалы: каталог проблемных ситуаций.

План.

1. Обсуждение этапов проведения первой встречи (интервью).
2. Моделирование проблемных ситуаций в и первой встречи с семьей.
3. Обсуждение возможных проблем на разных этапах первой встречи.
4. Требования к психотерапевтическому контракту.

Компетенции: вести наблюдение за поведением членов семьи и симптома; определять типы функциональной и дисфункциональной коммуникации в семье; выделить дисфункциональные последовательности во взаимодействия в семье; прояснять историю возникновения симптома и его функционирование в семейном взаимодействии; в режиме моделирования провести циркулярное интервью с семьей; определить цели терапии; сформулировать системную гипотезу; заключить терапевтический контракт.

Лабораторное занятие №7 (2 часа)

Тема: Практика структурной семейной психотерапии

Цель: знакомство и отработка основных техник работы с семьей в структурной семейной психотерапии.

План.

1. Предъявление проблемных ситуаций в режиме моделирования.
2. Задания для индивидуальной аналитической работы студентов:
определение цели психотерапевтического вмешательства;
выявление семейных мифов.
3. Обсуждение способов оценки семейных границ.

Компетенции.

Уметь провести оценку семейных отношений с использованием техник присоединения; выявлять семейные правила и семейные мифы, лежащие в основе семейных дисфункций.

Лабораторное занятие №8 (2 часа)

Тема: Техники структурной семейной психотерапии.

Цель: знакомство и отработка основных техник работы с семьей в структурной семейной психотерапии.

План.

1. Моделирование ситуации для работы с симптомом.

Стадии работы

- 1.1. Выбрать человека, у которого проявляется то или иной симптом.
- 1.2. Он рассказывает для группы, что делает каждый член семьи, когда появляется симптом, что и как симптом меняет.
- 1.3. Распределение ролей в микрогруппе, включая симптом.
- 1.4. Строится семейная скульптура (в течение 5-ти минут они находятся в этом состоянии).
- 1.5. Семейная хореография: участники семейной хореографии взаимодействуют друг с другом в соответствии от своего состояния (до кульминационного момента)
- 1.6. Семейная хореография без участия симптома
- 1.7. Инструкция симптому: наблюдая за хореографией можно возвращаться и уходить, а можно вообще не возвращаться.
- 1.8. Обсуждение в микрогруппе – шеринг исходя из ролей, последний рефлексировать протагонист.
9. Проведение деролинга

2. Обсуждение:

1.1. Гипотеза потребности симптома (зачем нужен симптом: участие каждого члена семьи в создании симптома и его функция)

1.2. Ресурсы (как эту потребность можно удовлетворить другим способом)

1.3. Чья неудовлетворенная потребность стоит за симптомом

3. Творческие методы работы: диагностика и изменения структуры и функционирования системы (лепка, рисование, кукольное интервью, музыка и др.).

Компетенции: уметь провести оценку семейных отношений с использованием техник присоединения; обнаружить взаимосвязь симптома идентифицированного пациента с основными паттернами взаимодействия в семье; выявить циркулярную последовательность семейного взаимодействия с последующим прерыванием дисфункционального циклического поведения; использовать: техники реконструкции семейных отношений: «Скульптура семьи», «Жилище», «Семейная хореография».

Лабораторное занятие №9 (2 часа)

Тема: Практика гуманистической психотерапии.

Цель: знакомство и отработка техник гуманистической семейной психотерапии, приобретение практических навыков в работе с техниками сближения, выслушивания и наблюдения.

План.

1. Актуализация знаний о техниках начальной стадии психотерапии: установление контакта, выслушивание, наблюдение, «карта семьи», выявление дезадаптивных убеждений, образов восприятия, форм поведения.

2. В группе решают, кто возьмет на себя роли психотерапевта, членов семьи, наблюдателей за семьей и наблюдателей за психотерапевтом.

3. «Семья» в течение трех-пяти минут излагает свою проблему.

Наблюдатели «психотерапевта» и наблюдатели «семьи» составляют список категорий наблюдения, чтобы в ходе самого процесса сосредоточить свое внимание на процессе.

4. «Психотерапевт» на данном этапе старается невербально установить контакт с «членами семьи», используя для этого исключительно свои невербальные способности: выражение лица, позу и расстояние до собеседника, но не произнося ни одного слова.

5. Наблюдатели «психотерапевта» фиксируют на бумаге наблюдения за своим подопечным, особо подмечая его контакт глазами, выражение лица, мимику, жесты и позы в ходе беседы с «клиентом».

6. Наблюдатели «семьи» внимательно следят за клиентом и фиксируют письменно манеру его разговора, моменты, когда тот бледнеет или краснеет, случаи учащения дыхания, позы, которые тот принимает, уровень его энергичности, тон голоса и эмоции.

7. После того как «члены семьи» закончили говорить, они некоторое время сидят молча.

8. «Психотерапевт» говорит о чувствах, которые по его предположению испытывали «члены семьи», после чего «члены семьи» аккуратно поправляют «психотерапевта».

9. Наблюдатели делятся своими впечатлениями.

10. Студенты меняются ролями, повторяя данное упражнение до тех пор, пока каждый из группы не отработает навыки по установлению контакта.

11. Группа обсуждает техники установления контакта на невербальном уровне, ее полезности и того что оказалось трудным.

Компетенции: уметь установить контакт, применить техники слушания, вести наблюдение, выявлять дезадаптивных убеждения, образы восприятия, формы поведения членов семьи.

Лабораторное занятие №10 (2 часа)

Тема: Методы и техники нарративного подхода.

Цель: знакомство и отработка техник нарративной семейной психотерапии.

План:

1. Отработка техник:
 - 1.1 Экстернализации и интерпретация проблем;
 - 1.2 Выявления доминирующих дискурсов;
 - 1.3 Нахождения уникальных эпизодов;
 - 1.4 Распространение новой истории на будущее.

Компетенции: уметь установить контакт, применять техники экстернализации и интерпретации проблем; выявления доминирующих дискурсов; нахождения уникальных эпизодов; распространение новой истории на будущее. слушания, вести наблюдение.

Лабораторное занятие №11 (2 часа)

Техники краткосрочной семейной психотерапии.

Цель: ознакомление и апробация техник краткосрочной семейной психотерапии.

План.

1. Проведение тестирования знаний по краткосрочной семейной психотерапии.
 1. Из списка имен выберите основных представителей краткосрочная терапия, ориентированной на решение:
 1. С.Минухин;
 2. Сильвия Палаццолли;
 3. Стив де Шазер;
 4. Инсу Ким Берг;
 5. Пэгги Пэпп.
 2. Закончите предложение: «Наиболее принципиальным отличием этого подхода от других методов работы является ориентированность на ...»
 3. Назовите количество сессий, достаточных для эффективной

краткосрочной семейной терапии (...)

4. Назовите время и место создания наиболее известной модели краткосрочной терапии (...).

5. Выберите правильные высказывания:

1) в основе краткосрочной терапии, ориентированной на решение, лежит конструктивистская терапевтическая идеология;

2) в основе краткосрочной терапии, ориентированной на решение, лежит позитивистская концепция;

3) современная теория объектных отношений является методологическим основанием краткосрочной терапии, ориентированной на решение;

4) краткосрочная терапия, ориентированная на решение учитывает «язык» и способ понимания реальности самим клиентом;

5) краткосрочная терапия, ориентированная на решение ориентируется на нормативную модель семьи;

6) для краткосрочной терапии, ориентированной на решение характерно стремление к порождению множества локальных концепций случаев, разрешаемых каждый раз не универсально, а уникально;

7) краткосрочная терапия, ориентированная на решение отмечает принципиальную важность рассмотрения проблемы клиента как части интерактивного процесса, в который что определению включен

8) техника позитивной конфронтации создана представителями краткосрочной терапии, ориентированной на решение

6. Существенное влияние на становление основных принципов BSFT оказали: 1 -; 2 -; 3 -; 4 -.

7. Вставьте пропущенные слова: «В краткосрочной терапии, ориентированной на решение, в качестве **системы выступает ... как некая экосистема, в которую включены клиентская... и подсистема ...**

8. Выберите высказывания, отражающие сущность краткосрочной терапии, ориентированной на решение:

а) терапевтическим объектом является процесс воздействия терапевта на клиентскую семейную систему;

б) терапевтическим объектом является циркулярный процесс взаимодействия – обмена информацией (эффективный или неэффективный) между клиентской и терапевтической подсистемами;

в) проблема в семье – это следствие дисфункциональных поведенческих последовательностей, имеющих циркулярный характер;

г) поведение человека обусловлено и опосредовано внутренними понятийными структурами (фреймами).

д) то, как человек видит себя и свою ситуацию, опосредует его действия в ней, а опыт действия в этой ситуации (успешное – неуспешное) определяет видение ее и себя (и наоборот). Это и есть это циркулярная зависимость.

е) преодоление симптома связано с перестройкой семейной системы взаимодействия:

ж) Преодоление симптома оказывается возможным только тогда, когда терапевт способен сформулировать, а клиент готов принять «внепроблемный» текст, взятого ими на вооружение.

2. Отработка в режиме моделирования основных техник.

Пример для моделирования.

Клиенты – семья К., состоящая из матери Ирины 42 лет, отца Константина 50 лет, старшей дочери Веры 15 лет и младшей Саши 11 лет (все имена клиентов, а также некоторые социальные сведения изменены).

Отец – крупный чиновник, сухощавый, подтянутый человек, с манерой поведения и речью, характерной для человека, занимающегося административной работой. Мать – миловидная женщина плотного телосложения, выглядящая на свои годы. Она получила высшее техническое образование и до рождения старшей дочери несколько лет работала. Сейчас занимается домашним хозяйством и поглощена домашними делами и интересами семьи.

Девочки ходят в одну среднюю школу. Старшая, высокая, спокойная и уверенная в себе девушка, – в девятый, а младшая – хрупкая, с довольно сильно выраженным косоглазием и несколько нарушенной координацией, перешла в пятый класс.

Первоначально семья обратилась к детскому психиатру по поводу застенчивости младшей дочери. Врач предписал девочке медикаментозную терапию и направил семью к семейному терапевту. Опыт сотрудничества этого специалиста с психологами позволил сделать вывод о слишком тесной связи матери с детьми.

2.1. В группе решается, кто возьмет на себя роли психотерапевта, членов семьи, наблюдателей за семьей и наблюдателей за психотерапевтом.

2.2. Разыгрываемая ситуация.

2.3. Задача для «психотерапевта»: использовать в процессе приема техники: экстернализация проблемы, «чудесного вопроса», технику шкалирования, «один шаг», изменения ключа, технику комплимента, домашние задания.

2.4. Задача для наблюдателей: выделить техники, которые были использованы.

2.5. Обсуждение в группе трудностей, успехов в работе с семьей.

Компетенции: уметь использовать техники краткосрочной семейной психотерапии (шкалирования одного шага, изменения ключа, комплимента, «чудесного» вопроса, направления к изменениям с использованием терапевтических карт).