Светлана Фёдорова

# ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА

# 7 самых важных вопросов о терапии с клиентом.

МОДУЛЬ 4

**7 самых важных вопросов о терапии с клиентом, в которых психологу надо разобраться:**

1. Обрыв терапии
2. Сопротивление
3. Проективная идентификация, проекции и перенос
4. Честность, признание ошибок
5. Передача клиента коллегам
6. Благотворительная терапия, + и –
7. Окончание терапии

# 1. Обрыв терапии

**Это когда у психолога и/или у клиента нет ощущения, что терапия может быть закончена, так как работа не выполнена, но все же работа заканчивается!**

Клиент резко обрывает терапию и перестает к вам ходить. Иногда он дает этому объяснение, а иногда просто пропадает.

**Причины обрыва терапии:**

- Не готов клиент
- Не готов психолог
- ЧС (например, смерть клиента или смерть психолога)

# Обрыв терапии

**Профилактика:** супервизировать своих клиентов; заранее договориться, что если захочется всё бросить, это надо обсудить.

Если обрыв случился: просупервизируйте свою работу с клиентом, попрощайтесь с ним, внутри себя завершите отношения и живите дальше.

Обрыв терапии – одна из самых частых причин выгорания у психологов, если психолог не умеет обрабатывать произошедшее или плохо знает причины обрыва.

# Причины обрыва

- Деньги (стыдно сказать, что их нет, проще исчезнуть)
- Нет запроса
- Клиент не готов к длительной работе
- Не проговорены нереалистичные ожидания
- Не хватило поддержки от психолога
- Смена места жительства и вообще изменения в жизни
- Негативный перенос
- Отыгрывание
- Недовольство психологом и неумение высказать свою агрессию психологу
- Вы хорошо поработали и этого клиенту достаточно
- Клиент не понял, как работает психотерапия
- Просто не подошли друг другу

# Упражнение

Проанализируйте: **как вы обычно реагируете, если клиент вдруг исчезает?**

1. Какие у вас мысли?

2. Какие у вас чувства?

3. Как реагирует тело, когда вы думаете об этом?

4. Что это для вас значит?

# 2. Сопротивление

Понятие «сопротивление» было введено Фрейдом и изначально обозначало такой механизм бессознательной защиты, который препятствовал проведению терапии, не позволял проникать глубоко в подсознание и способствовал прекращению сеанса или терапии в целом.

# Сопротивление бывает у всех клиентов!

Это показатель того, что работа идет, динамика есть, вам не просто так платят деньги.

# Как проявляется сопротивление у клиентов:

- Забыл о приеме
- Не хочет идти и тянет до последнего
- Прямо с утра перед приемом заболел
- Не видит смысла идти и снова о чем-то говорить
- Всё хорошо, говорить не о чем
- Опоздания
- Задержка оплаты или вообще её отсутствие
- Сходил к другому психологу
- Избегает конкретной темы
- Не хочет говорить о чувствах к психологу и к процессу

# Чему сопротивляется на самом деле:

- **сопротивление осознанности:** болезненность процесса пребывания в осознании выборов;
- **сопротивление изменениям:** непереносимость реализации новых выборов в терапии;
- **сопротивление отношениям:** опасность того, что происходит между клиентом и терапевтом, как модели отношений непривычных, опасных или разрушающих систему защиты.

ПРОИЗВОДИТЕЛЬНОСТЬ
1. ОТТОРЖЕНИЕ
2. СОПРОТИВЛЕНИЕ
3. АНАЛИЗ
4. ЗАИНТЕРЕСОВАННОСТЬ
5. ПРИНЯТИЕ
ВРЕМЯ

# 3. Проективная идентификация, проекции и перенос

**Проекция** – внутреннее воспринимается как внешнее.

**Проективная идентификация** – внутреннее «внедряется» в окружающих людей, внедряющий даже вынуждает вести окружающих в соответствии со своими ожиданиями (частое явление у пограничных).

**Перенос** – чувства переносятся на психолога. Психолог для клиента становится «как мама», «как муж», «как подруга» и т.п.

**Контрперенос** – психолог чувствует то, что чувствует к нему клиент. Если для клиента психолог мама, то и для психолога клиент становится ребенком. Это всё эмоциональная запутанность, нуждающаяся в разборе.

# 4. Честность, признание ошибок

## И умение просить прощение за свои ошибки.

Так мы показываем клиентам пример здоровых отношений, силу признания собственного несовершенства, важность клиента для нас, приближаем восприятие психолога клиентом к реальности.

# 5. Передача клиента коллегам

Если **к вам пришел клиент от другого психолога,** то:

- Не обсуждать и не осуждать коллегу, даже если там всё было плохо.
- Обязательно узнать о причинах прекращения отношений.
- Постараться вернуть клиента к «родному» психологу.
- Если клиент остается с нами, анализируем, как клиент строит отношения в принципе, на примере его отношений с вашим предшественником.

**В каких случаях передаем клиента коллегам:**

- Когда «топчемся на месте» долго и просвета не видно.
- Когда у нас длительное время негативные чувства к клиенту или равнодушие.
- Расхождения с личными взглядами. Если вы считаете гомосексуализм отклонением от нормы, передайте этого клиента лгбт+френдли психологу.
- Очень много усталости от клиента.
- **Нарколог, психиатр, эндокринолог, невролог, психотерапевт и диетолог – наши друзья.** Изучить клиническую психологию.

# 6. Благотворительная терапия, + и –

## Плюсы (+)

- Опыт
- Улучшение кармы :)
- Пиар (?)

## Минусы (–)

- Выгорание
- Агрессия к клиенту
- Агрессия у клиента к вам

# 7. Окончание терапии

На усмотрение клиента и психолога.

Обсуждается запрос на первых сессиях, как к запросу двигаемся, достигнут ли желаемый результат.

Важно различать сопротивление от реального желания закончить.

# Что почитать и посмотреть

- Патрик Кейсмент **«Обучаясь у пациента»**
- **«Основы клинической психологии»**, Репина Н.В. и др.
- **«Клиническая психология»**, Перре М.
- **«Практикум по клинической психологии. Методы исследования личности»**, Яньшин П.В.
- Посмотреть **несколько сессий из прошлого урока** известных психологов.

# Домашнее задание

Сессии в тройках по 20 минут на тему: **«7 пунктов из урока»**.

Тем, кто **в роли психолога: расслабьтесь** и позвольте себе больше импровизации и больше внесения себя в сессию.

Прислать мне записи часа **к среде**.