

СВЕТЛАНА ФЁДОРОВА

ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА

Терапевтический стиль и профессиональные границы

МОДУЛЬ 5

Мы прошли половину нашего пути.

Что мы теперь знаем:

- Как беречь себя и клиента
- Какие клиенты вам подходят, а какие нет
- Как быть бережным профессионалом
- Что делать на первой сессии
- Приобрели опыт консультирования в тройках
- Узнали свои сильные стороны

**Этих знаний достаточно,
чтобы начать практику и позволить себе
поднять цену**

Что мешает это сделать?

**Импровизации во время домашней
работы, что они вам показали
о вас, как о психологе?**

Какие у вас сильные и слабые стороны?

Вы наблюдали за работой других психологов

Что понравилось, а что не понравилось?

**Какие убеждения мешают вам
чувствовать себя увереннее и вносить
больше себя в сессию?**

Тройной фокус

- На клиенте
- На себе
- На происходящем между вами

Какой пункт сейчас **сильный**, а какой **слабый**?

Слабые стороны всегда будут.

У опытных психологов слабые стороны: желание подогнать под успешный кейс из прошлого и **эмоциональная отстраненность.**

Золотое правило выращивания профессионального стиля

Фокусируемся на своих сильных сторонах!

70% своего внимания даем укреплению и **развитию
сильных сторон**, **30%** слабым сторонам!

Техническая база терапевтического стиля

Приемы в психоконсультировании:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Присоединение• Отражение• Убеждение• Активное слушание• Интерпретации | <ul style="list-style-type: none">• Работа с метафорой• Самораскрытие• Перефразируем с сохранением смысла• Ободрение• Конфронтация |
|---|--|

К каким пунктам лежит душа? **Какими пунктами хочется пользоваться чаще других?** Вот это и есть база вашего стиля.

Личные особенности как часть терапевтического стиля

Основные психотипы (по Мак-Вильямс)

Патология	Основная тема	Паттерн отношений	Центральные аффекты и переживания	Основные защиты и механизмы прерывания	Что избегается	Генез
Шизоидный тип	Сохранить себя	Дистанция, изоляция	Страх поглощения, ярость по поводу отвержения	Ретрофлексия, уход в фантазии и интеллектуализации	Приближение к другому	Холодная мать, демонстрирующая отстранение и поглощение
Социопатия	Быть всемогущим	Демонстрация силы через власть и контроль	Страх быть уничтоженным	Интроекция агрессора и идентификация с ним; проекция своей слабости на других; отреагирование через действия, неспособность удерживать аффект	Слабость и зависимость	Безграничная семья, механистическое обращение с ребенком, отсутствие отцовской фигуры

Основные психотипы (по Мак-Вильямс)

Патология	Основная тема	Паттерн отношений	Центральные аффекты и переживания	Основные защиты и механизмы прерывания	Что избегается	Генез
Нарциссизм	Стремление к совершенству	Добиваться успеха, чтобы вызывать восхищение; использование других в качестве нарциссической поддержки	Страх разочарования, стыд, зависть	Эгоизм, идеализация, обесценивание	Близость	Осуждение и отвержение за несоответствие родительским ожиданиям
Депрессивное расстройство	Искупление через подчинение	Быть хорошим, чтобы заслужить любовь, отказываясь от своих интересов	Вина	Интроекция «плохого родителя»	Забота о своих интересах	Сепарационная тревога родителей, запрет на переживание потери
Мазохистический тип	Поиск любви через страдания	Вынудить другого причинить боль, а потом победить его через моральное превосходство	Переживание несправедливости, возмущения	Интроекция «жестокого родителя», проективная идентификация	Любовь в её нормальных проявлениях, удовольствие, успех	Садистическое подавление воли ребенка

Основные психотипы (по Мак-Вильямс)

Патология	Основная тема	Паттерн отношений	Центральные аффекты и переживания	Основные защиты и механизмы прерывания	Что избегается	Генез
Истерия	Фиксация на отношениях с отцом при обесценивании матери	Соблазнение-отвержение, возбудить, привлечь внимание, а потом уйти в сторону	«Я женщина, а быть женщиной плохо» Отказ от собственных желаний, подавление своих творческих проявлений, саморепрессирование	Привязанность к «плохой матери», регрессия в «маленькую девочку», идеализация мужчин и обесценивание женщин	Опыт самодостаточности, удовольствие, успех	Холодная, равнодушная мать, которую девочка со временем обесценивает и начинает искать признания у отца, который в подростковом возрасте, видя ее созревание как женщины, отстраняется от активного общения, что воспринимается дочерью как отвержение
Обсессивно-компульсивный тип	Быть правильным, соответствовать установленным требованиям	Верность этическим принципам и долгу через самоконтроль	Страх наказания и осуждения	Интроекция, ретрофлексия, изоляция аффекта, реактивное образование	Стыд или вина	Жесткий контроль в семье или, наоборот, заброшенность

Домашнее задание

Сессии в тройках по 20 минут на тему:

«Мой терапевтический стиль, чем особенно горжусь, и кому из потенциальных клиентов он классно подойдет».

Задача клиента – хвастаться.

Психолог больше импровизирует и вносит себя!

Прислать мне записи часа **к среде.**

