

СВЕТЛАНА ФЁДОРОВА

ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА

Самопроверка во время и после консультаций

МОДУЛЬ 8

Самопроверка во время и после консультаций нужна чтобы:

- отделять своё от клиентского;
- лучше понимать, что происходит с клиентом, с вами и с общим полем.

Вопросы для исследования «Какой я в принципе психолог», без привязки к конкретному случаю (К.Роджерс)

- Могу ли я быть таким, чтобы другие люди воспринимали меня как надежного человека?
- Могу ли я отчетливо выражать свои мысли, чтобы в общении меня понимали недвусмысленно?
- Могу ли я иметь в отношении другого человека установки, базирующиеся на теплоте, заботе, уважении, заинтересованности?
- Могу ли я быть достаточно сильной личностью, чтобы отличаться от других?

- Могу ли я чувствовать себя достаточно самоуверенным, чтобы позволить другому человеку быть иным, отличным от меня?
- Могу ли я позволить себе полностью погрузиться в мир чувств и личностных смыслов другого человека и испытать сходные переживания?
- Могу ли я принять другого человека таким, каков он есть? Удастся ли мне передать ему это?
- Могу ли я быть достаточно чутким в отношениях с другими, чтобы моё поведение не было воспринято как угроза?
- Могу ли я освободить другого человека от опасности внешних оценок?
- Могу ли я принять другого человека как находящегося в процессе становления? Или буду стеснен его и своим опытом?

Прием для отделения своего материала от клиентского:

- **Не перебиваем клиента**, внимательно слушаем, когда клиент закончит, выжидаем, какой отклик родится внутри.
- Не поддаемся тому, что ваш внутренний голос подсказывает вам сделать/спросить на середине фразы клиента. Чаще всего это ваши психзащиты. После паузы вопрос и отклик это вероятнее всего про клиента, а не про вас.

Горячие 5 вопросов сразу после окончания сессии с клиентом:

1. Я был открыт инаковости другого?
2. Какие чувства я проживал во время сессии?
3. Каких сейчас тем я хотел бы избежать?
4. Что я бы хотел сказать клиенту, но не сказал?
5. Почему?

Развернутая самовизия

(полезно делать каждые 5-10 сессий с клиентом)

Контакт с клиентом:

- Какой интервал времени я отвожу на самосупервизию?
- Для чего я её провожу?
- Как я чувствую себя после консультации с клиентом?
- На что была похожа работа с клиентом? Кто клиент для меня?

Отношения с клиентом:

- Отследил ли я барьеры, роли, контрпереносы в отношениях с клиентом?
- Отследил ли я барьеры, роли, переносы клиента?
- Кем я был для клиента?
- Какой сейчас этап в нашем взаимодействии?
- Как взаимодействуют мои личностная и профессиональная роли?
- Какие техники я использовал?
- Что у меня получается хорошо?
- Что у меня не получается?
- На каком уровне находится запрос клиента?
- Какие эмоции вызывает у меня взаимодействие с клиентом?
- Как меняются терапевтические отношения во время консультации?
- Как мне с клиентом?

Мои сильные стороны:

- В чем я могу себя похвалить?
- Чему я могу порадоваться?
- Чем я могу гордиться?
- В чем я был уверен?
- Что мне удалось в данном консультировании?
- Какой ресурс я обнаружил в клиенте?
- Какие мои профессиональные качества проявились в данной работе?

Наше пространство с клиентом:

- Что бы я сделал по-другому?
- Что я буду делать по-другому?
- Что у меня получилось использовать после предыдущего анализа?
- Какая у меня гипотеза?
- Что можно изменить в отношениях с клиентом?
- Какие новые гипотезы могут возникнуть?
- Что нового я готов использовать в консультировании?
- Как поменялась моя система ценностей?
- Как изменилась система ценностей клиента?
- Какие вопросы я хотел бы прояснить?

Самовизия (психоанализ) для продвинутых

- 1.** Стенограмма или реконструкция 1 сессии.
- 2.** Области фиксации (обоснование из материала пациента).
- 3.** Уровень развития объектных отношений (сепарация индивидуация по Маллер, шизоидно-параноидная /депрессивная позиция по Кляйн).
- 4.** Слабость/сила Эго, тестирование реальности, способность к заключению рабочего альянса.
- 5.** Основные характеристики переноса.

- 6.** Контрперенос, вызываемый пациентом (конкордантный, комплиментарный).
- 7.** Неоплаканые потери, травмы.
- 8.** Основные используемые защиты.
- 9.** Уровень развития личностной организации.
- 10.** Тип организации характера.
- 11.** Рекомендованный вид терапии.

Домашнее задание

Провести самопроверку.

Поделитесь в чате основными мыслями и выводами по заданию, что получилось сделать, есть ли сложности.

