



**ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА
для психологов и помогающих практиков**

Модуль «Мастерство»

Часть 2



**Формирование
терапевтического стиля**



- Вы **наблюдали** всё это время за собой и за другими, что понравилось, а что не понравилось?
- Какие **приемы от других** вы точно забираете в свой терапевтический стиль?
- Какие ваши **сильные и слабые стороны**?
- Какие **личностные особенности** нравятся вашим клиентам (или вашему окружению, если клиентов пока нет) в вас?
- Вспомните самые яркие случаи **вашего влияния** на других, как вам это удалось, за счет каких личных качеств?
- Какие **ваши мысли** о себе, своей работе, психологии в целом и о клиентах, **мешают** вам проявлять себя в сессиях?
- Что сейчас **сдерживает** от демонстрирования своих ценностей в соцсетях? Почему?

Фокус внимания

В нашей работе мы постоянно должны держать три фокуса внимания:

- 1. На себе**
- 2. На клиенте**
- 3. На том, что между нами**

Где вам проще удерживать фокус, а где сложнее? Почему?





Каким путем вы пришли в психологию?
Как этот путь «фонит» в вашем терапевтическом стиле сейчас?

- **Личная травма** (преодолела рак, стала онкопсихологом)
- **Симпатия** («с женщинами проще», женский психолог)
- **Повтор за ролевой моделью** (твой личный терапевт / любимый преподаватель много работал с подростками, теперь и ты работаешь с подростками)
- **Желание лучше понять** (испытывала сложности с оргазмами, стала сама сексологом)

Золотое правило выращивания своего профессионального стиля

70% внимания мы даем своим
сильным сторонам

30% – слабым сторонам

Потому что ваши сильные стороны – это ваша **индивидуальность**, а с индивидуальностью невозможно конкурировать, и именно по вашей индивидуальности ваши идеальные клиенты вас найдут.



Техническая база терапевтического стиля



Приемы:

- Присоединение
- Отражение
- Убеждение
- Активное слушание
- Интерпретации
- 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 «жестокоего 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

Задание



✓ Как следует порефлексируйте, отвечая на вопросы урока.