

Подробная программа занятий курса по шести школам психотерапии

Занятие 1.

Основы психологического консультирования

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- ✓ Качественная помощь психолога: отличие профессионала от дилетанта.
- ✓ Принципы и этика психологического консультирования. Примеры и отработка на практике.
- ✓ Четыре специалиста: психолог-консультант, психологический (немедицинский) психотерапевт, врач-психотерапевт и психиатр. Критерии различия, ограничения и возможности в работе каждого. Варианты повышения квалификации.
- ✓ Постановка целей в работе с проблемой. Модель SMART и ее особенности в психотерапевтической работе. Отработка на практике построения грамотных формулировок целей работы с клиентом.
- ✓ Развиваем видение нескольких стратегий работы с запросом клиента.
- ✓ Детальный разбор всех стадий психологической консультации. Отработка на практике и демонстрации.
- ✓ Грамотное распределение времени психологической консультации по этапам работы с проблемой клиента.
- ✓ Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора, первые шаги анализа работы коллеги и самостоятельной работы.
- ✓ Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 2.

Универсальные техники в работе психолога-консультанта

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- ✓ Две базовые проблемы применения любых психологических техник на консультации
- ✓ Ресурсы в психотерапии: обучение их использованию. Определение, классификация и поиск в индивидуальном случае. Отработка на практике.
- ✓ Терапевтический рисунок. Отличие от диагностического, функции. Варианты инструкции, составление терапевтических вопросов по готовому рисунку. Отработка на практике.
- ✓ Техника составления рассказа для разрешения различных клиентских запросов.

- ☑ Техники «Письмо» и «Три письма» в психологическом консультировании. Ограничения и преимущества.
- ☑ Техники воображения. Принципы и приемы работы. Готовые инструкции и создание индивидуальной инструкции. Пример. Демонстрация.
- ☑ Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- ☑ Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 3.

Клиент-центрированный подход в психологическом консультировании

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- ☑ Принципы и особенности клиент-центрированной терапии
- ☑ Триада Роджерса и ее применение в практике психологического консультирования
- ☑ Техника отражения. Перефразирование. Виды перефразы. Отработка на практике.
- ☑ Принцип трех «нет» и его применение в работе с клиентом
- ☑ Техника активного слушания. Отличие от пассивного. Этапы реализации техники.
- ☑ Примеры сессий К. Роджерса, аналитический разбор применяемых в диалоге с клиентом техник и практических приемов. Усвоение принципов и философии клиент-центрированного подхода.
- ☑ Техника фокусировки (работа с потребностями в гештальте и клиент-центрированной терапии) и 3 вида ситуаций, в которых у клиента актуализируется его проблема. Метафора чаши. Примеры. Демонстрация.
- ☑ Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- ☑ Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 4.

Экзистенциальный подход в психологическом консультировании

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- ☑ Экзистенция. Принципы и особенности экзистенциальной терапии, ее отличия от клиент-центрированного подхода.
- ☑ Интерпретация любого клиентского запроса. 4 базовых экзистенциальных явления. Отработка на практике.
- ☑ Различение смысла. Примеры сессий Франкла. Использование притч в работе экзистенциального терапевта. Отработка на практике.

- ✓ Техника «4 сферы жизни» и работа со смыслами
- ✓ Прием «Самораскрытие терапевта». Ошибки при реализации приема и их исправление.
- ✓ Метод предельных смыслов. Отработка на практике.
- ✓ Методика «Парадоксальная интенция». Ограничения и возможности. Примеры.
- ✓ Использование моментов «здесь и сейчас» по И. Ялому. Элементы гештальта в экзистенциальном подходе.
- ✓ Практический прием «Использование своих чувств». Отработка на практике.
- ✓ Особая техника принятия решений в экзистенциальной терапии. Демонстрация.
- ✓ Методика «Линия жизни» в экзистенциальном подходе.
- ✓ Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- ✓ Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 5.

Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- ✓ Принципы и особенности когнитивно-бихевиорального подхода. РЭПТ.
- ✓ Формула возникновения человеческих эмоций. Доказательства и примеры.
- ✓ Ошибки мышления и виды иррациональных убеждений. Отработка на практике.
- ✓ Технология работы с эмоциональными и поведенческими расстройствами в когнитивной терапии. Примеры и демонстрация.
- ✓ Методика «за» и «против». Когнитивные приемы с использованием таблиц.
- ✓ Практический прием «Построение эксперимента». Использование в процессе сессии и в домашних заданиях.
- ✓ Поиск логических ошибок и противоречий.
- ✓ Обращение терапевта к своему опыту, литературе и статистике. Приемы работы со страхами в когнитивной терапии.
- ✓ Техника «Проверка вероятности». Демонстрация.
- ✓ Техника «Декатастрофизация».
- ✓ Методика прекращения.
- ✓ Методика повторения.
- ✓ Модифицирующее воображение. Демонстрация.
- ✓ Техника «Договор».
- ✓ Десенсибилизация. Типичные ошибки при исполнении техники и их исправление.
- ✓ Бихевиоральный прием «Использование наград и наказаний». Примеры.
- ✓ Терапия принятой ролью.
- ✓ Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- ✓ Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 6.

NLP в психологическом консультировании

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- Принципы и особенности нейро-лингвистического программирования.
- Понятие репрезентативной системы. Методы определения ведущей репрезентативной системы. Отработка на практике.
- Варианты использования ведущей репрезентативной системы в процессе работы с клиентом.
- Классическая и модифицированная техника якорения. Типичные ошибки при исполнении техники и их исправление. Отработка на практике.
- Методика «Шестишаговый рефрейминг». Типичные ошибки при исполнении техники и их исправление. Демонстрация и отработка на практике.
- Техника «Диссоциация». Демонстрация.
- 50 НЛП-предложений. Демонстрация.
- Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 7.

Гештальт-терапия

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- Принципы и особенности гештальт-терапии.
- Основные понятия гештальт-терапии. Примеры из практики и литературы.
- Техника «Старый заброшенный магазин». Отработка на практике.
- Учимся задавать вопросы на процесс. Отработка на практике.
- Принципы поведения счастливого человека в гештальте.
- Техника «Фокусировка».
- Метод завершения гештальтов. Этапы завершения гештальта. Примеры и отработка на практике.
- Техника амплификации. Примеры из сессии Ф. Перлза.
- Техника «Awareness». Примеры применения модификаций техники в работе с клиентом. Отработка на практике.
- Техника «Горячий стул». Типичные ошибки при ее проведении. Демонстрация.
- Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 8.

Психодрама

Теоретическое и практическое освоение следующих тем:

- Принципы и особенности психодрамы.
- Техника «Монодрама». Сравнение с техникой «Горячий стул» в гештальте. Примеры.
- Техника «Дублирование». Примеры. Отработка на практике
- Техника «Зеркало». Примеры. Отработка на практике
- Техника «Максимизация». Варианты исполнения. Примеры.
- Техника «Волшебный магазин». Примеры. Отработка на практике.
- Последовательность стадий психодрамы. Варианты обратной связи.
- Супервизия практических демонстрационных сессий. Аналитическая таблица супервизора.
- Домашние задания и литература для закрепления усвоенного материала.

Занятие 9-10.

Зачет и сертификация

- Зачет по теории курса.
- Зачет по практике курса: самостоятельное ведение сессий, личная терапия, полноценная супервизия.
- Интенсивная двухдневная практика ведения полноценных сессий с их подробным анализом.
- Индивидуальная фотосессия для участников «Я работаю с клиентом» (по желанию).
- Вручение сертификатов.
- Бонусы от Центра М. Минаковой.

Ждем Вас, приходите!

www.maria-psy.ru/kursy-povysheniya-kvalifikacii-psiologov