

## **Содержание семинаров программы «Теория и практика супружеского консультирования», (группа СК-9)**

### **Семинар №1 «Общие вопросы супружеского консультирования»**

#### **Основные тематические блоки**

1. Признаки функциональной/ дисфункциональной пары
2. Организационные вопросы супружеского консультирования
3. Нейтральность в супружеском консультировании
4. Причины супружеской дисфункции
5. Задачи, которые ставит пара, и которые решает специалист
6. Структура сессии в супружеском консультировании
7. Типология техник и приемов, применяемых в супружеском консультировании
8. Навыки, необходимые супружескому консультанту

#### **Основные теоретические подходы**

- Системный подход (системная семейная терапия, далее по тексту ССТ)

#### **Избранные техники супружеского консультирования**

- Прямая коммуникация (инсценировка)
- Метафорические техники
- Семейное пространство
- Брачный контракт

### **Семинар №2 "Коммуникация в паре"**

#### **Основные тематические блоки семинара**

1. Роль контакта в психотерапевтических отношениях
2. Контакт и коммуникация перед, между и после сессий
3. Составляющие благополучного функционирования пары (коммуникативные аспекты), способы их диагностики и обсуждения в паре.
4. Свойства и виды коммуникаций
5. Сложности коммуникации в супружеской паре и их причины
6. Сложности коммуникации между специалистом и партнерами
7. Задачи и коммуникативные (вербальные) инструменты в консультировании пары
8. Особенности онлайн консультирования

#### **Основные теоретические подходы, лежащие в методологии семинара:**

- Структурный подход в ССТ
- Эмпирический подход в ССТ

#### **Избранные техники и инструменты для работы с нарушением коммуникаций:**

- Коммуникативные техники (отражение, валидация, дублирование)
- Структурированный диалог по правилам
- Семейная (супружеская конференция)
- Незаконченные предложения
- Обмен ролями

- Дневники заботы

### **Семинары №3 «Я» и «МЫ» в браке»**

#### **Основные тематические блоки семинара:**

- Дифференциация «Я» в концепции Мюррея Боуэна и типы привязанности по Джону Боулби: попытка обобщения.
- Особенности терапевтического процесса с парами, имеющими разный уровень дифференциации: риски и ловушки для терапевта.
- Слияние как бессознательный паттерн. Варианты любви при разной выраженности тенденции к слиянию. Типичные трудности и характерные запросы в терапии.
- Эмоциональная недоступность как обратная сторона слияния: избегание близости и его истоки.
- Эмоциональные процессы в браке и родительских семьях супругов.
- Треугольники отношений: зачем паре третий? Анализ и последующие отношения.
- Уязвимость в значимых отношениях. Когда уязвимость – это условие для построения надежной связи, а когда фактор эмоциональной незащищенности, капитуляции перед партнером?
- Вопросы принятия – себя, своей семейной истории, партнера и его семейной истории.

#### **Основные теоретические подходы, лежащие в методологии семинара:**

- Теория семейных систем М. Боуэна
- Теория привязанности Дж. Боулби

#### **Избранные техники для работы с парой:**

- Диагностика и анализ треугольников
- «5 шагов»
- Дневник наблюдений

### **Семинар №4 «IFS и дистанция в паре»**

Дистанцирование в супружеских отношениях – одна из ключевых тем в консультировании. В кабинете психолога она звучит фразами клиентов: «Нас связывают только быт и дети», «Чем больше я стараюсь наладить контакт, тем больше он(а) отступает», «Живем, как соседи, как будто нас прежних больше нет». И если идея «оставить детей бабушке и сходить на романтическое свидание» не находит у пары отклика, значит настало время заметить и исследовать внутренние процессы, которые способствуют отдалению супругов.

В IFS эта динамика нередко напоминает противодействие субличностей: одна часть торопится вперед, стремясь вернуть близость любой ценой, а другая делает осторожный шаг назад, пытаясь защитить то место внутри, где накопилось напряжение или боль от незаживших ран. Чем активнее первая часть тянет партнера к себе, тем сильнее вторая ищет спасение в тишине или уединении. И в итоге супруги видят только поведение друг друга, а не те внутренние фигуры, которые направляют их движения.

#### **Семинар предлагает специалистам:**

- посмотреть на дистанцию в паре через призму IFS и теории Ричарда Шварца;
- участвовать в разборе клинических ситуаций;
- выполнять упражнения, чтобы лучше почувствовать, как внутренние части личности формируют супружескую динамику;
- поразмышлять о том, как поддерживать более внимательный и бережный контакт между субличностями партнеров, как тоньше понимать процессы, стоящие за супружеским отдалением, развивая свою профессиональную чувствительность и глубину.

## **Семинары №5 и 6 «Конфликт через модель Готтмана»**

### **Основные тематические блоки семинара:**

1. Обобщение современных научных данных в теме конфликтов между партнерами: практические выводы для специалистов
2. Типология конфликтов на разных стадиях жизненного цикла пары и семьи
3. Роль и позиция специалиста в работе с темой супружеского конфликта.
4. Цели и задачи терапии для пары, обратившейся по поводу конфликтов
5. Конфликт как на симптом: построение и проверка системных гипотез
6. Протоколы Института Готтмана: диагностика, контракт, работа над запросом
7. Интервенции для пары в конфликте на основе "Дома Прочных Отношений" модели Готтмана
8. Конфликт во время сессии: стратегия и тактика деэскалации и обучения эмоциональной регуляции
9. Повторяющиеся конфликты; истинные и "фасадные" конфликты; конфликты и борьба за власть; конфликты и угасание близости.
10. Распространенные риски и "ловушки" в терапии с конфликтующей парой.

### **Основные теоретические подходы, лежащие в методологии семинара:**

- Эмпирический подход в ССТ
- Структурный подход в ССТ
- Терапия в модели Дж. Готтмана

### **Избранные техники для работы с конфликтом в паре:**

- Исследование истории отношений
- Образец конфликта
- 4 Всадника Апокалипсиса
- Ловцы мечты
- Окно толерантности
- Листы комплиментов
- Открытые вопросы
- Карты любви

## **Семинар №7 «Супружеское консультирование (ЭФТ)»**

### **Основные тематические блоки семинара:**

- Теория эмоционально-фокусированной терапии (ЭФТ): привязанность как основа супружеских отношений и регуляции близости.
- Негативные циклы в паре. Диагностика и работа с ними.
- Эмоции как ключевой инструмент терапии: первичные и вторичные эмоции, доступ к уязвимости и её трансформация в контакте.
- Структура процесса ЭФТ: этапы терапии и задачи терапевта на каждом из них.
- Работа с защитами: агрессия, избегание, обесценивание как способы регуляции привязанности.
- Три стадии и девять шагов модели ЭФТ (по Сью Джонсон)
- Особенности работы с высококонфликтными и эмоционально дистанцированными парами.

### **Основные теоретические подходы, лежащие в методологии семинара:**

- Эмоционально-фокусированная терапия С. Джонсон
- Теория привязанности Дж. Боулби

### **Избранные техники для работы с парой:**

- Отслеживание и называние негативного цикла
- Углубление эмоции и работа с первичными эмоциями
- Инсценировки
- Рефлексивное и валидирующее реагирование терапевта

## **Семинар №8 «АСТ в работе с парой»**

### **Основные тематические блоки семинара:**

- Исследования эффективности АСТ как подхода в работе с парой
- Базовые принципы АСТ - открытость опыту, осознанность, вовлеченность
- Гексафлекс АСТ в работе с парой
- Поведенческий цикл с точки зрения АСТ. АСТ-матрица
- Навыки в паре
- Ценности
- АВС-анализ поведения в паре
- Привязанность как поведение
- Процесс и этапы парной терапии в АСТ подходе. Четыре уровня процессов
- Терапевтическое пространство и альянс. ФАП-усиленная парная терапия

## **Семинар №9 «Лики любви (супервизия)»**

### **Основные тематические блоки семинара:**

1. Тема любви в супружеской терапии
2. Тема любви в жизни терапевта
3. Тема любви в терапевтических отношениях

### **Избранные техники:**

- Закрепление в практике пройденного материала
- Представление случаев из практики слушателей
- Анализ, разбор случаев, супервизия

## **Семинар №10 «Неблагополучие в сексуальной сфере»**

### **Основные тематические блоки семинара:**

1. Позиция специалиста при консультировании пары по вопросам сексуального неблагополучия
2. Особенности принципа нейтральности при тематическом консультировании
3. Причины сексуального неблагополучия в паре
4. Сексуальный профиль пары
5. Проблемный стереотип
6. Тематическое интервью
7. Диагностические точки
8. Эффективные интервенции

### **Методологическая основа семинара:**

- Системный подход (ССТ)

### **Избранные техники:**

- для тематической беседы
- для интервенций «здесь и сейчас»
- для домашних заданий