

АНО "Институт Интегративной Семейной Терапии" с 1999г.



**«Калейдоскоп приемов
семейной терапии
от мастеров ИИСТ»
№2/2024**

**Сборник материалов для
участников**



Преподаватель и тема выступления	Где еще можно встретиться с этим преподавателем?
<p>Анна Марченко «Искаженный пубертатный криз – медицинские, психологические и социальные аспекты»</p>	<p>«Системное семейное консультирование и семейная психотерапия» «Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии» «Полипрофессиональный практикум по формированию навыков ребенка»</p>
<p>Наталья Ухова «Схема-терапия в супружеском консультировании»</p>	<p>«Теория и практика супружеского консультирования» «Системное семейное консультирование и семейная психотерапия»</p>
<p>Мальвина Мацук «Психологическое сопровождение супругов в проживании перинатальной потери»</p>	<p>«Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии» «Полипрофессиональный практикум по формированию навыков ребенка» «Системная семейная психотерапия утраты и горевания»</p>
<p>Анна Фокина «Визуальная поддержка в работе с семьей ребенка с особенностями развития»</p>	<p>«Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии» «Полипрофессиональный практикум по формированию навыков ребенка»</p>
<p>Светлана Преображенская «Метафора пути в супружеской терапии»</p>	<p>«Системное семейное консультирование и семейная психотерапия» «Теория и практика супружеского консультирования» «Метод системной расстановки для семейной психотерапии (консультирования)»</p>
<p>Ольга Щедринская «Возможности и ограничения применения техники Скульптура в онлайн формате».</p>	<p>«Системное семейное консультирование и семейная психотерапия» «Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии» «Системная семейная психотерапия утраты и горевания» «Терапия расстройств настроения у детей и подростков»</p>



Техника «Семейное пространство», модификация для темы сепарации подростков*

Показания:

1. В семейной терапии: родители рисуют план своего родительского дома на период своего подросткового возраста, дети-подростки рисуют план дома, в котором живет семья сейчас.
2. В супружеской терапии: супружеская пара в присутствии друг друга рисует планы своих родительских домов.
3. В индивидуальной терапии (в рамках реконструкции семейной истории).

Инструкция:

«Нарисуйте план родительского дома, где Вы жили в подростковом возрасте (или место, которое на тот момент Вы считали домом)».

* Больше про работу с подростками – тут

[«Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии»](#)

Вопросы для исследования «Семейного пространства»

- Какие воспоминания приходят - доминирующие запахи, звуки, цвета? Какие люди встают перед глазами? С каким настроением ассоциируется у вас та или иная комната?
- В каком помещении Вы чаще всего проводили время?
- Какое пространство в доме было Вашим или считалось Вашим?
- Кто организовывал для Вас это пространство? Все ли вещи в этом пространстве принадлежали Вам? Была ли возможность у Вас что-то менять в своем пространстве, вешать плакаты на стены, менять интерьер, передвигать мебель?
- Какие правила в тот период существовали в Вашей семье относительно личного пространства каждого, личных вещей, личного времени?
- Могли ли люди, с которыми Вы жили, заходить без Вашего ведома в ваше пространство (комнату)? В каких случаях?
- Было ли в вашем пространстве потайное место, куда Вы прятали что-то от других членов семьи? Какие секреты Вы хранили там?
- Могли ли Вы приводить в свое пространство друзей и какие договоренности были по этому поводу в семье?
- Как изменилось Ваше восприятие родительского дома во взрослом возрасте, по сравнению с тем, как Вы воспринимали его в подростковом возрасте?
- Оглядываясь назад, чтобы Вы могли сказать тому подростку, которым Вы были?



Вопросы для фокусировки:

- Почему эта потребность важна?
- Как эта потребность удовлетворялась на протяжении вашей жизни (в раннем детстве, подростковом возрасте, в настоящий момент)?
- Можете ли вы представить, что ваша мечта сбылась и данная потребность полностью реализована?
- Какую реалистичную просьбу или желание вы могли бы адресовать вашему партнеру в связи с вашей потребностью?
- Можете вместе обсудить, каким образом данная потребность “звучит” в ваших отношениях? В чем она удовлетворяется и наоборот не удовлетворяется. Что происходит с этой потребностью во время конфликтов в паре?
- Если бы у вашего партнера была аналогичная потребность - чего бы он ожидал от вас? А что бы вы могли предложить ему?

Базовые потребности в отношениях:

- Безопасная привязанность, безусловное принятие, предсказуемость и любовь
- Автономия, успешность, самоуважение, развитие идентичности
- Свободное выражение чувств и потребностей
- Свобода играть, творить, получать удовольствие
- Реалистичные границы и самоконтроль



Схема-терапия для супружеских пар

АНО "Институт Интегративной Семейной Терапии» с 1999г.



Хочу узнать больше о схема-терапии!

Программа «[Теория и практика супружеского консультирования](#)»

Литература:

1. Схема-терапия. Практическое руководство. Джеффри Янг, Marjorie E. Weishaar, Джанет Клоско
2. Клиническое руководство по схема-терапии. Фарелл Д.М., Рейсс Н., Шоу А.А.
3. Практика схема-терапии. Взгляд изнутри. Рабочая тетрадь для терапевтов с заданиями для самостоятельной работы и саморефлексии. Джоан М. Фаррел
4. Схема-терапия супружеских пар. Практическое руководство по исцелению отношений. Кьяра Симеоне-ДиФранческо, Экхард Редигер, Брюс А. Стивенс
5. Прочь из замкнутого круга. Джеффри Янг

Опросники:

[Схемный опросник Янга](#) (Young Schema Questionnaire, YSQ S3R) предназначен для определения степени сформированности ранних дезадаптивных схем (устойчивых структур, которые включают воспоминания, эмоции, когниции и телесные ощущения).

[Опросник режимов Янга](#) (Schema Mode Inventory, SMI 1.1) предназначен для диагностики дисфункциональных режимов (эмоциональных состояний, которые доминируют в мыслях человека, его чувствах и поведении в данный момент).



ТЕХНИКА «ПИРОГ ОТВЕТСТВЕННОСТИ»

Техника может использоваться для работы с оценкой различных факторов, повлиявших на возникновение репродуктивной потери, так как в такой ситуации чувство вины зачастую искажает понимание степени собственной ответственности у пары.

Предполагается, что каждый партнер выполняет задание на отдельном листке. Но можно предложить и совместное заполнение диаграммы, что позволит консультанту увидеть дополнительные грани общения в паре.

Литература:

1. Р. Лихи «Техники когнитивной терапии», с. 417-419;
2. Джудит Бек, «Когнитивная терапия. Полное руководство» с. 261-265;
3. Артем Федоров «Травмы, кризисы, горе, стресс. Техники и упражнения»



«Пирог ответственности». Инструкция.



1. «Возьмите лист и ручку. Оцените степень своей вины в случившейся трагедии в процентах, где 100% - это максимум. Запишите. Переверните лист и на время отвлекитесь от этой цифры». Отметим, что на этом этапе многие горюющие родители приписывают себе максимальный или близкий к нему процент вины.
2. «Подумайте, еще какие причины могли способствовать тому, что случилось? Представьте пирог, разрезанный на куски». Далее консультант или клиенты рисуют круг, и «режут» его на сегменты. Каждый сегмент - кусок пирога, олицетворяющий возможную причину события. Партнерам предлагается написать список всех причин, какими бы маловероятными они не показались и определить соответствующий размер сегмента для каждой причины. Например: «был уверен, что все будет хорошо и убедил жену не ездить лишний раз к врачу», «не перепроверили результаты УЗИ», «выпила бокал вина, когда еще не знала о беременности».
3. Начиная и продвигаясь от меньшего к большему «куску», предложить каждому ответить на вопрос: «Как вам кажется, сколько процентов этот фактор внес в развитие ситуации? Напишите это число в соответствующем сегменте».
4. «Сложите все проценты и их сумму вычтите из максимума – 100%. Сколько получилось? Это более вероятная часть того, что было под силу вам изменить».
5. «Нарисуйте еще один круг и поделите его на две части. В левой половине отметьте первоначальный результат, а в правой - то, что получилось потом. Сравните обе половины». Можно предложить закрасить контрастными цветами оба сегмента.
6. «Посмотрите на оба варианта в процентах. Как вам то, что Вы увидели? Сколько здесь получается вашей ответственности?». Такое сравнение позволит изменить восприятие пары в отношении степени вины (собственной и вины партнера) и иначе взглянуть на другие факторы.

Визуальная поддержка. Хочу узнать больше!

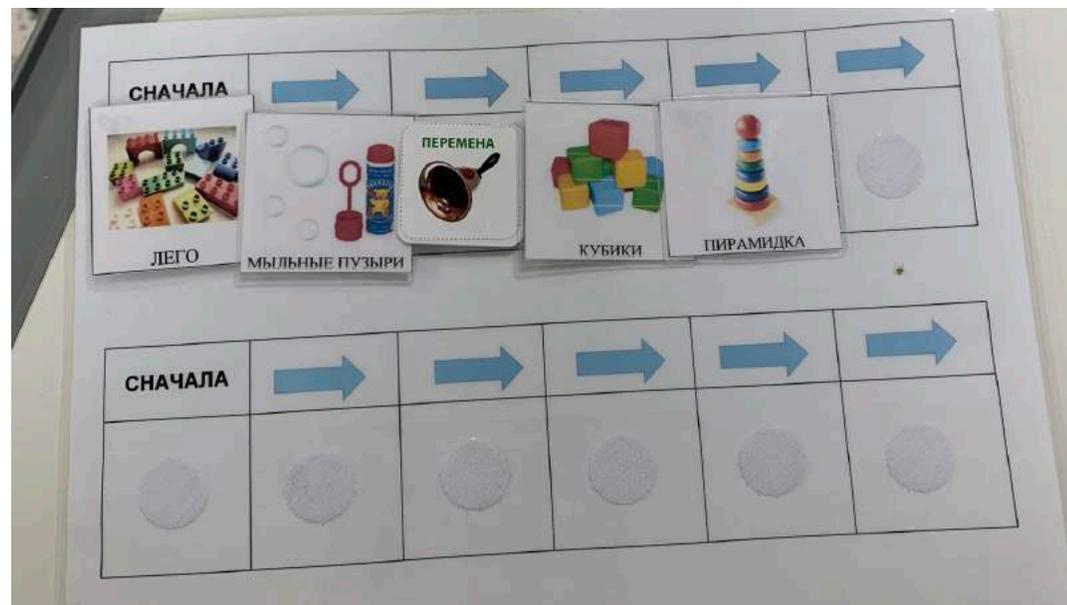


Литература:

1. Кэрол Грей «Социальные истории. Инновационная методика для развития социальной компетентности у детей с аутизмом»
2. Джил Дардиг, Уильям Хьюард «Давай договоримся! Книга о договорах для детей и их родителей»
3. Марлен Коэн, Питер Герхардт «Визуальная поддержка. Система действенных методов для развития навыков самостоятельности у детей с аутизмом»
4. Роберт Шрамм «Детский аутизм и АВА»

Обучение:

[«Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии»](#)



Визуальная поддержка: варианты



- Памятки
- Чек-листы
- Фотографии, картинки
- Визуальное расписание
- Таймеры
- Жетоны
- Поведенческий договор
- Социальные истории





- Мой ребенок лучше воспринимает/понимает/запоминает информацию, которая представлена зрительно
- Мой ребенок плохо понимает обращенную речь, я не знаю, как объяснить ему даже простые бытовые вещи
- Мой ребенок не умеет ждать. Если ожидание затягивается, то он может начать плакать или проявлять нежелательное поведение
- Мой ребенок плохо ориентируется во времени. Он не знает дней недели, не воспринимает понятия вчера, сегодня, завтра, сначала/потом.
- Мой ребенок плохо ориентируется во времени. Он не знает дней недели, не воспринимает понятия вчера, сегодня, завтра, сначала/потом.
- Мой ребенок не знает, как себя вести в некоторых ситуациях с другими людьми, даже самых, казалось бы, простых и обычных. Например, не знает, как знакомиться со сверстниками; когда проигрывает в настольные игры, то может из-за этого ползть в драку или расплакаться; может подойти к незнакомому человеку на улице и попросить купить ему мороженое; не умеет извиняться, если случайно облил кого-то чаем/наступил на ногу и т.д

Чек лист: нужна ли ребенку визуальная поддержка? Часть 1.

Чек лист: нужна ли ребенку визуальная поддержка? Часть 2.

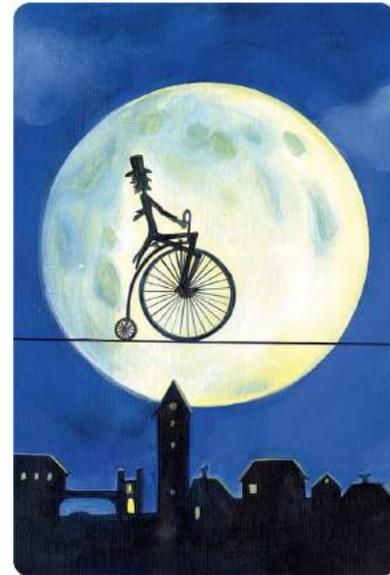
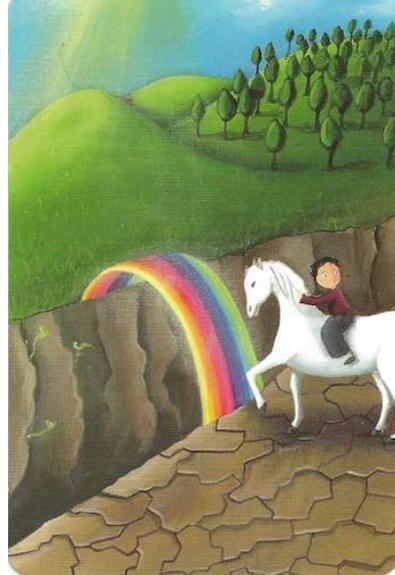
- Мой ребенок ничего не делает из домашних обязанностей, хотя мне очень хотелось бы, чтобы он помогал.
- Выполнение школьных домашних заданий занимает огромное количество времени из-за того, что ребенок много отвлекается на посторонние дела.
- Мой ребенок проводит неограниченное количество времени за компьютером и меня это беспокоит.
- Мой ребенок очень несобранный, всегда забывает положить в портфель нужную книгу/тетрадку/спортивную форму, забывает о важных делах/школьных проектах.
- Мой ребенок начинает плакать, если нужно закончить игру и пойти спать/есть/в душ.
- Мой ребенок испытывает трудности при выполнении режимных моментов.
- Мой ребенок не умеет самостоятельно организовывать свою деятельность/игру, из-за чего мне все время приходится быть рядом с ним и помогать ему. Часто это мешает мне даже выполнять домашние дела или работать.



АНО "Институт Интегративной Семейной Терапии» с 1999г.

Метафора пути в супружеской терапии: вопросы

1. Если представить ваши отношения в виде пути, то каков этот путь? На что он похож?
2. Что для каждого из вас является точкой отсчета совместного пути? Насколько ваши координаты совпадают?
3. Какие участки вашего пути были наиболее трудными? Что помогало не свернуть, не остановиться и продолжить путешествие дальше?
4. Какие участки пути были наиболее приятными? Опишите их подробно, с сопутствующими атрибутами.
5. Каких участков на вашем пути больше? Что это значит для вас?
6. Как меняется ваше восприятие, когда вы смотрите на сегодняшние трудности в контексте всего пути ваших отношений?
7. Куда бы вам хотелось отправиться дальше? Это уже хорошие знакомые места вашего маршрута или совсем другие?



Метафора пути в супружеской терапии: образы

Техника «Скульптура»

Этапы и задачи:

1. Решение о проведении техники специалистом (подготовительный этап)
2. Мотивация семьи и инструкция
3. Строительство скульптуры + наблюдение за динамикой
4. Интервенции специалиста + вариативная часть (изменения, альтернативные варианты, движение)
5. Интеграция полученного опыта (обсуждение опыта и гипотез, домашние задания и рекомендации)



Как понятно описать суть задания (инструкцию) к технике скульптура в онлайн формате?



Возможные шаги/комментарии до начала активных действий:

- «Давайте уберем стулья и немного подвигаемся»
- «Мы будем играть в очень необычную игру»

Начало: в форме вопросов:

- «Умеете ли вы играть в такую игру, которая называется скульптура?» «А какие у вас правила?»
- «Знаешь, что такое скульптура? Какие вы видели скульптуры? Из каких они бывают материалов?»
- «Можешь показать (изобразить) как она может выглядеть?»

Продолжение: с помощью картинок или фигурок

- Демонстрация на игрушках
- Демонстрация с помощью пластичного материала (пластилин, глина)
- Демонстрация экрана с изображениями скульптур

Усиление: с помощью мимики и пластики специалиста

Инструкция: «Вы скульптор, а это ваш материал – бессловесный, как пластилин или глина «Вы должны из этого материала сделать композицию – это некоторая ваша внутренняя картинка, или образ, который возникает у вас в голове (выделяем голосом), когда вы слышите слова (пауза) **МОЯ СЕМЬЯ**. Это не то, как бы вам хотелось, чтобы выглядела семья, а семья которая есть сейчас в данный момент, со всеми трудностями, сложностями, которые в ней есть»



Где можно узнать больше про технику «Скульптура»?



Обучение:

- [«Системное семейное консультирование и семейная психотерапия»](#)
- [«Детское и детско-родительское системное консультирование с основами психиатрии»](#)

Книги:

- Андреас С. «Паттерны магии Вирджинии Сатир»
- Браун Дж., Кристенсен Д. «Теория и практика семейной психотерапии»
- Олифирович Н. «Психология семейных кризисов»



25 лет с ИИСТ



Будем рады видеть вас на наших конференциях и других мероприятиях юбилейного года:

1. XIV Научно-практическая конференция по системной помощи семье и ребенку «[Наши голоса](#)» - 11 мая 2024 (онлайн)
2. Конференция «[Экспертное мнение](#)» (Формула эффективной помощи семье и ребенку) - 28 сентября 2024 (онлайн)
3. Юбилейная конференция ИИСТ (очно в Москве и онлайн)- 6-7 декабря 2024
4. Фестиваль анимационных фильмов
5. Конкурс «ИИСТ – это»
6. Ежемесячная рассылка «12 месяцев с ИИСТ»
7. Отмечаем день рождения – 7 декабря 2024

Участие в этих мероприятиях – бесплатное.

Мы ждем в гости наших выпускников и слушателей программ повышения квалификации из любых регионов, и всех, кто хочет с нами познакомиться.

АНО "Институт Интегративной Семейной Терапии" с 1999г.



**«Калейдоскоп приемов семейной
терапии от мастеров ИИСТ - 3»
3 августа 2024**



До новых встреч!

АНО "Институт Интегративной Семейной Терапии"
familyland.ru

