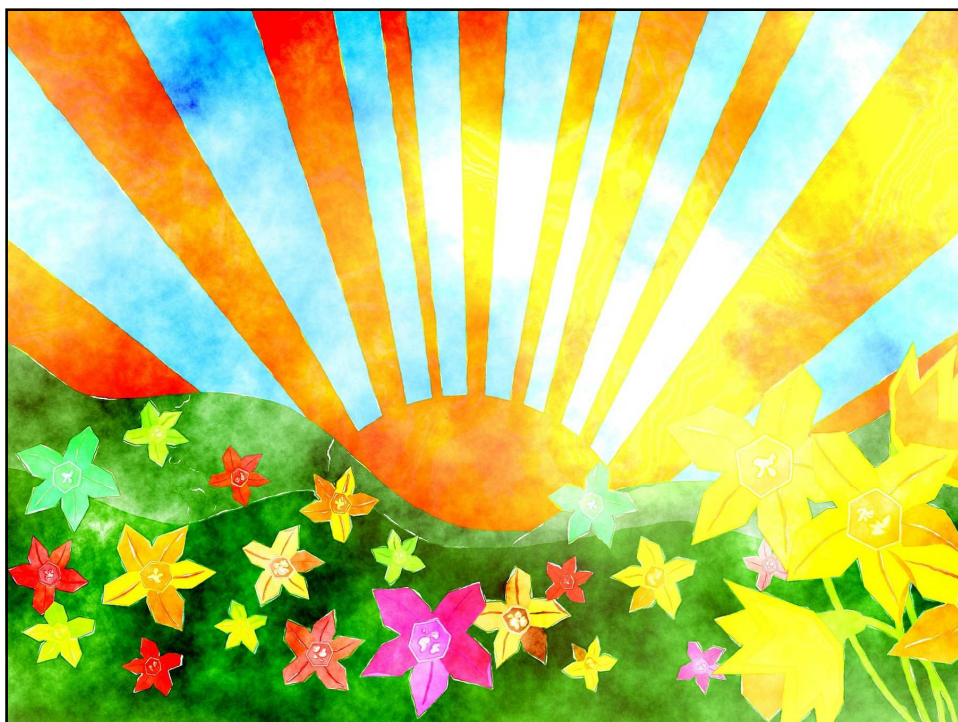




1



2



3

«Treatnet Family»

Элементы семейной терапии по лечению расстройств, связанных со злоупотреблением психоактивными веществами подростками

				
1	2	3	4	5
Введение в основы семейной терапии и «Treatnet Family»	Основные стратегии семейной терапии	Этапы и приемы семейной терапии	Возможные вопросы и темы	Микро-обучение и оценка

4

Где мы сейчас?



- ▶ Цели обучения «Treatnet Family»
- ▶ Ваши установки: культура, сообщество и т. д.
- ▶ Ваш собственный опыт, знания и навыки
- ▶ Основные предположения и основы семейной терапии ООН
- ▶ Переход к системному мышлению

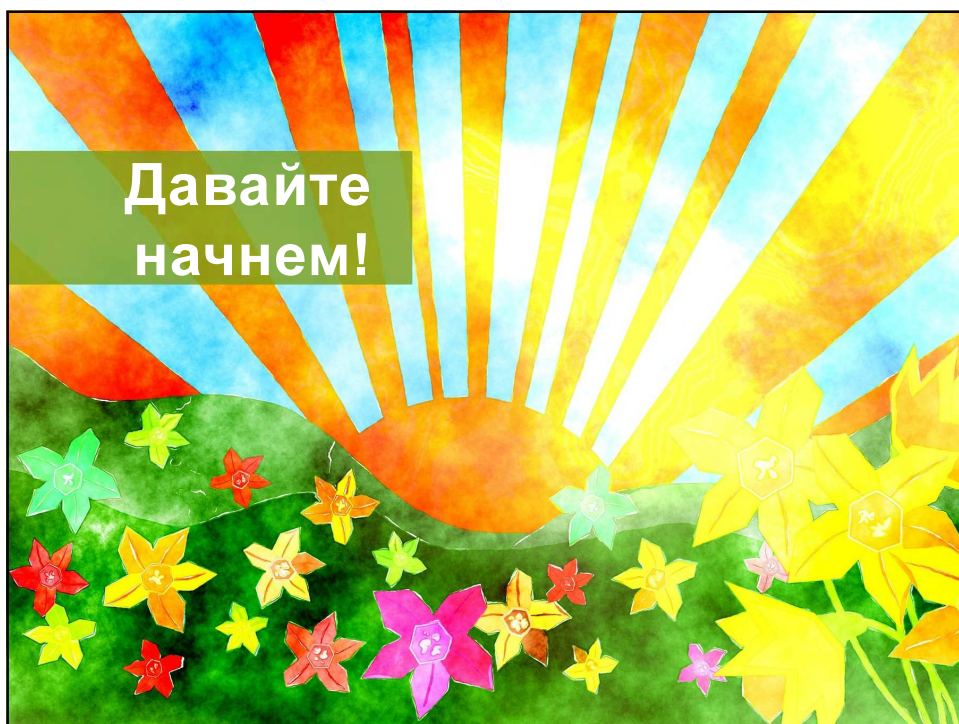
5

5

Корзина для вопросов



6



7



8

Цели обучения

По окончании данного семинара вы сможете:

- ▶ Определять, объяснять, моделировать и применять на практике базовые стратегии семейной терапии
- ▶ Получить и(или) применять на практике четыре навыка:
 - Позитивный рефрейминг (т.е. переосмысление ситуации)
 - Позитивный реляционный рефрейминг
 - Умение обеспечить видение ситуации глазами других людей (принятие перспективы) и задавать реляционные вопросы
 - Умение принимать сопротивление



9

Чему могут помочь новые навыки

Большинство навыков, которые вы будете изучать сегодня, подразумевают следующее:

- ▶ Ослабление оборонительной позиции
- ▶ Помощь членам семьи с тем, чтобы посмотреть иначе на поведение других членов семьи
- ▶ Содействие членам семьи, чтобы они могли иначе и во взаимосвязи посмотреть на проблемы подростков
- ▶ Помощь вам в установлении взаимосвязи с другими членами семьи

10


10



11

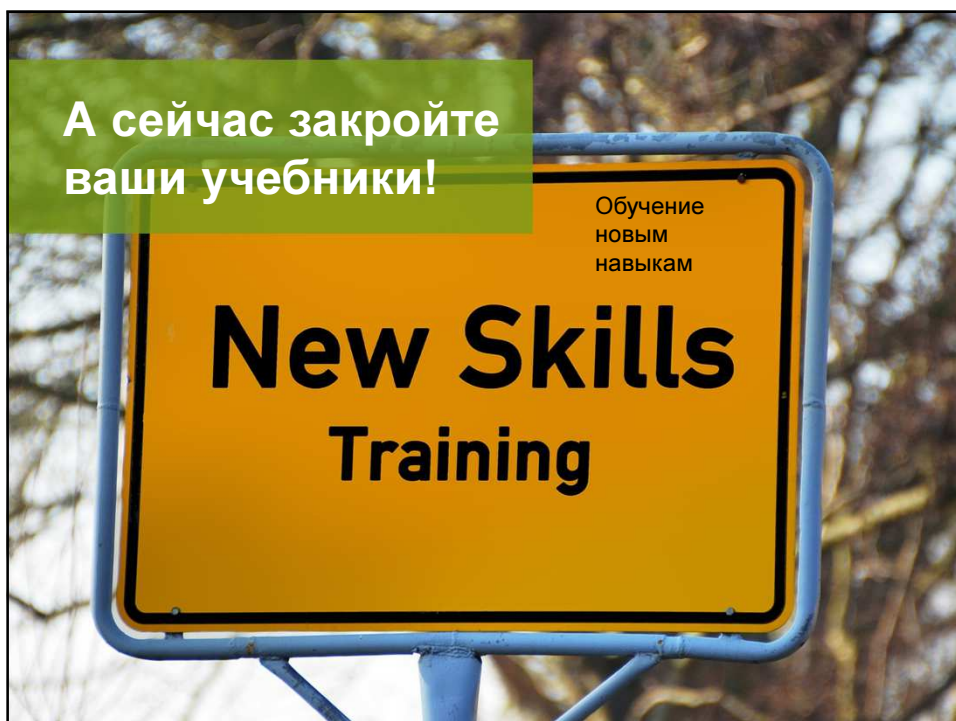
Навык 1: Позитивный рефрейминг

- ▶ Это позитивная маркировка негативного поведения без необходимости принимать его как нормально допустимое.
- ▶ Например, терапевт может обозначить молчаливого молодого человека как того, кто «думает, прежде чем говорить».
- ▶ Один из способов позитивного рефрейминга - определить возможные позитивные намерения, стоящие за негативным поведением.



12

12



13

Давайте попробуем несколько вариантов позитивного рефрейминга

▶ Плохие школьные оценки

- ✓ «Ты еще не решил, чем хочешь заняться.»

▶ Плохое поведение

- ✓ «Ты знаешь, как привлечь внимание людей.»

Может это то, что мы можем изучить в терапии.»

▶ Пропускает школу

- ✓ «Ты хочешь принимать самостоятельные решения. Подозреваю, что иногда они доставляют тебе неприятности, а иногда и нет»

Негатив

NEGATIVITY

POSITIVITY

Позитив

14

14

Перейдем к практическому занятию!



Рефрейминг (переосмысление)

- ▶ Молчаливость
- ▶ Драки в школе
- ▶ Общение с друзьями, попадающими в неприятности
- ▶ Эксперименты с наркотиками
- ▶ Бегство
- ▶ Уход из школы
- ▶ Придирчивость
- ▶ Воровство

15

15

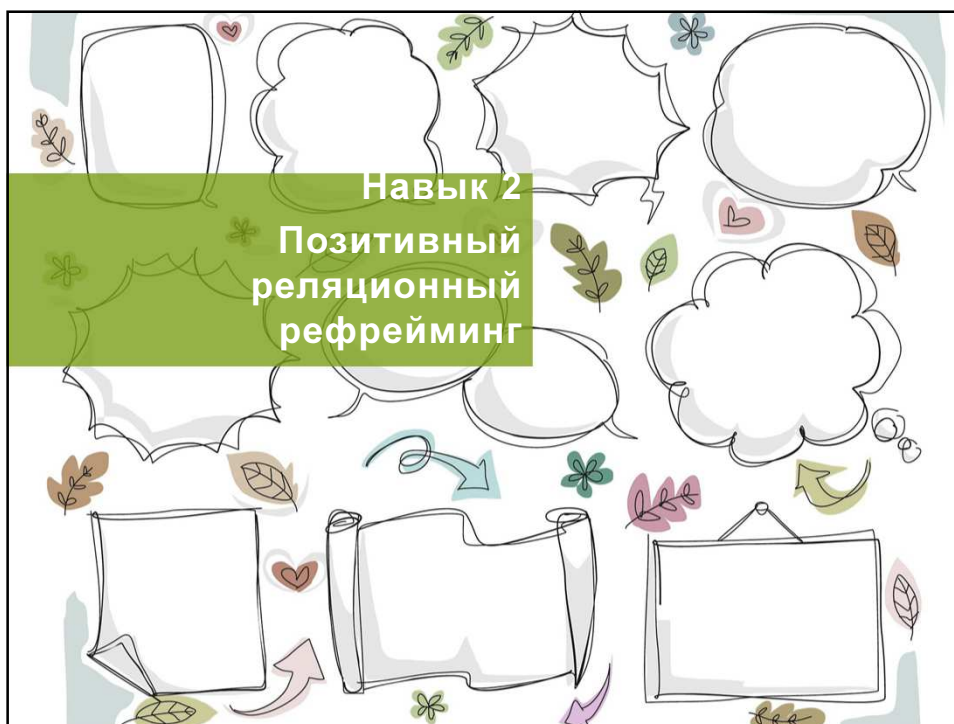
Давайте подумаем!



- ▶ Когда можно использовать позитивный рефрейминг?
- ▶ Должен ли я позитивно переосмысливать любую ситуацию?
- ▶ Насколько я должен верить в то, что говорю?
- ▶ Разве позитивный рефрейминг не означает по сути лгать семье?
- ▶ Что предпринять в случае неизбежного/умеренного риска самоубийства?

16

16



17

Навык 2: Позитивный реляционный рефрейминг

- ▶ Это позитивная маркировка негативного поведения по отношению к семье без необходимости принимать его как нормальное.
- ▶ Например, гнев родителей по отношению к их ребенку подросткового возраста может быть положительно помечен терапевтом как «забота» или «желание лучшего для своей дочери».
- ▶ Даже когда поведение является саморазрушающим или особенно неприятным, намерение, стоящее за ним, может быть понято и принято, но не обязательно оправдано.



18

18

Зачем нужно использовать позитивный реляционный рефрейминг?

- ▶ Снижает степень сопротивления
- ▶ Связывает поведение с семьей
- ▶ Переориентирует семью на более позитивные способы восприятия поведения подростка и взаимодействие между ними
- ▶ Делает семью более открытой для терапевта и терапии

19

19

Бросьте вызов инструктору!

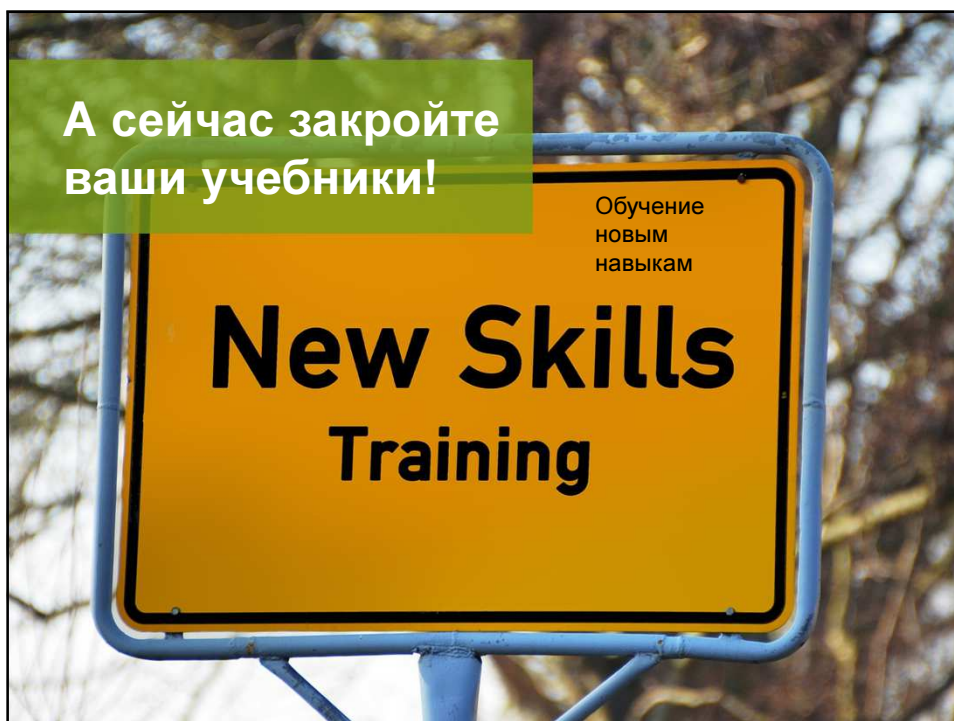


Давайте попробуем некоторые варианты позитивного реляционного рефрейминга!

- ▶ Что именно могут сказать или сделать подростки или члены семьи, чтобы кого-нибудь разозлить?

20

20



21

Давайте попробуем применить позитивный реляционный рефрейминг!



- ▶ Один из родителей не сказал другому о том, что дочь употребляет наркотики
 - ✓ «Вы ничего не сказали, потому что не хотели расстраивать своего супруга/у. Я понимаю это.»
- ▶ Родитель кричит на сына
 - ✓ «Вы кричите, потому что вы действительно хотите, чтобы он знал, как важно все это для вас.»
- ▶ Сын принимает наркотики
 - ✓ «Ты не хочешь чувствовать боль. Может быть, мы сможем выяснить, как это сделать без наркотиков?»

22

22

Давайте попробуем применить позитивный реляционный рефрейминг!



- ▶ Сын говорит что-то, чтобы разозлить мать
 - ✓ «Ты умен. Ты знаешь как разозлить маму.»
- ▶ Отстраненность отца
 - ✓ «Вы достаточно заботливы, чтобы отойти на задний план и дать возможность другим быть в центре внимания.»
- ▶ Убегающий подросток
 - ✓ «Тебе кажется это креативным способом принимать больше самостоятельных решений. Возможно, это не самый безопасный способ. Давай рассмотрим другие пути.»

23

23

Работа в тандеме



Позитивный реляционный рефрейминг:

- ▶ Придирчивый родитель
 - ✓ «Вы хотите что-то значить для своей семьи – быть ближе – и именно так вы просите об этой близости.»
- ▶ Дерзкий подросток
 - ✓ «Так ты говоришь своим предкам, что хочешь повзрослеть и больше отвечать за себя.»
- ▶ Муж с алкогольной зависимостью
 - ✓ «Вы не знаете, что сделать, чтобы помочь, поэтому приучились забываться в алкоголе.»

24

24

Видео-пример

Мишель и ее семья определяют проблему



25

25

Упражнение по усмотрению



Позитивный реляционный рефрейминг

- ▶ Практическое применение позитивного реляционного рефрейминга с использованием раздаточных материалов



26

26



27

Навык 3:
Видение ситуации с точки зрения других людей и реляционные вопросы

Это процесс развития эмпатии и умения ставить себя на место другого человека. Это – способность принимать во внимание точку зрения другого человека.

Эмпатия

Я

Другие

SELF

EMPATHY

OTHER

28

28

Видение ситуации с точки зрения других людей и реляционные вопросы

- ▶ Включая такие вопросы, как
 - «Что, по вашему мнению, Джонни чувствует прямо сейчас?»
 - «Когда Нарендра попал в неприятности, кто больше всех испытывал жалость к нему?»
- ▶ По сути, вы задаете членам семьи вопросы о других членах семьи с целью побудить их к тому, чтобы увидеть ситуацию с точки зрения других людей

29

29

Видео-пример

Мама делится тем, как она огорчена и потрясена



30

30

Перейдем к практическому занятию!



Видение ситуации с точки зрения других людей и реляционные вопросы: Ролевая игра

- ▶ Три добровольца играют роль матери, отца и подростка, употребляющего психоактивные вещества
- ▶ Сначала я продемонстрирую вам несколько реляционных вопросов, поддерживающих видение ситуации с точки зрения других людей
- ▶ Какие вопросы задали бы вы?

31

31

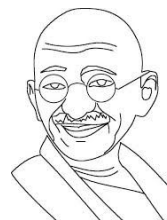


Навык 4 Принятие сопротивления

32

Навык 4: Принятие сопротивления

Умение принять сопротивление включает в себя ряд способов воздержаться от конфронтации или сопротивления членов семьи. Вместо этого терапевт помогает им чувствовать себя услышанными и понятыми, что ослабляет оборонительное поведение и делает возможным вести более продуктивные беседы.



33

33

Что влечет за собой умение принять сопротивление?

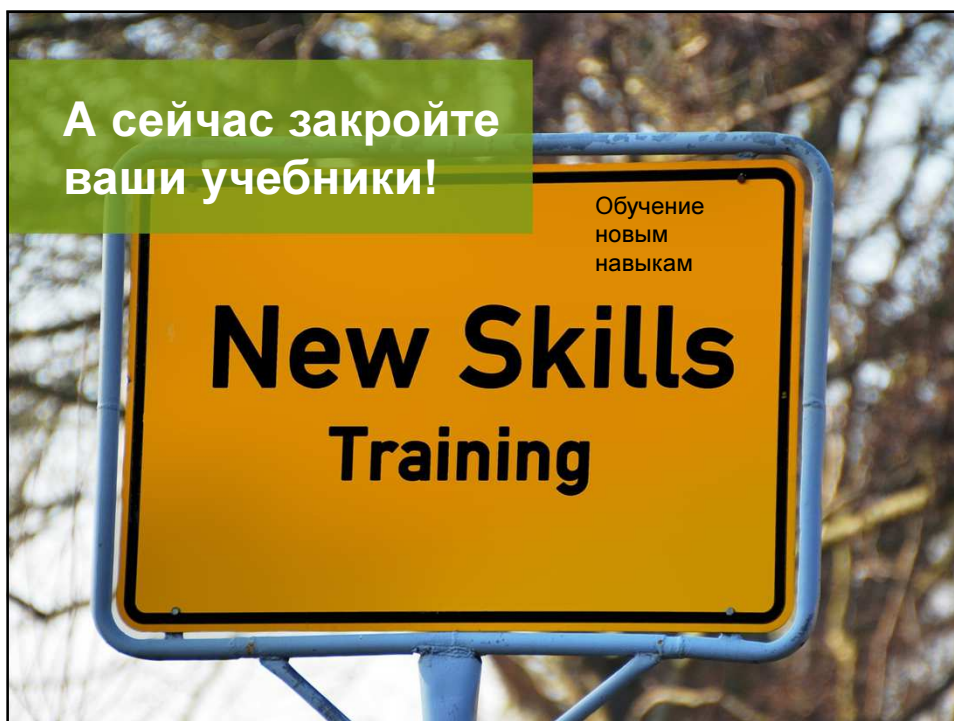
- ▶ Возможность избежать прямых лобовых аргументов (не «заглотить наживку»!)
- ▶ Умение сохранять спокойствие и уважение
- ▶ Желание показать, что вы понимаете
- ▶ Возможность увидеть позитивные намерения
- ▶ Стремление предложить возможные решения



This Photo by Unknown Author is licensed under CC BY-NC-ND

34

34



35

Примеры принятия сопротивления

Слушать рефлексивно

► Суждение-сопротивление:

«Я должен иметь возможность выпить/покурить травку, когда я этого хочу. Мои друзья так делают. Не знаю, в чем проблема».

► Рефлексивный ответ:

«Поэтому кажется несправедливым, что другие пытаются указывать вам, что делать».

36

36

Примеры принятия сопротивления

Вопрос, допускающий разные толкования

► Суждение-сопротивление:

«Не понимаю, почему люди говорят, что у меня проблема с этим».

► Открытый вопрос:

«Что это значит для вас, когда вы слышите, как кто-то говорит, что у вас проблема с этим?»



37

37

Примеры принятия сопротивления

Согласие с неожиданным поворотом

► Суждение-сопротивление:

«Почему вы и мои родители так зациклились на том, что я делаю? Как насчет всех их проблем? Вы бы тоже закурили травку, если бы ваша семья постоянно придиралась к вам».

► Согласие с неожиданным поворотом:

«Дельное замечание! Именно здесь кроется более важный вопрос. Это не просто то, что кто-то принимает наркотики или попадает в неприятности. Мы не должны пытаться упрекать только тебя. Твое употребление наркотиков так или иначе затрагивает всю семью. Я подозреваю, что многие вещи необходимо изменить, и мы займемся этим».

38

38

Примеры принятия сопротивления

Рефрейминг

- ▶ **Суждение-сопротивление:** «Мой отец постоянно придирается ко мне из-за того, что я пью – постоянно называет меня алкоголиком. Это реально достало меня».
- ▶ **Суждение-рефрейминг:** «Похоже, он действительно заботится о тебе и обеспокоен, хотя способ, каким он это говорит, злит тебя. Может быть, он научится показывать тебе свою заботу более лучшим способом».



39

39

Примеры принятия сопротивления

Согласие с возможностью того, что что-то может быть правдой, но оно не может быть неизменным

- ▶ **Суждение-сопротивление:**
«Конечно, я знаю, что некоторые люди думают, что у меня проблема с наркотиками, но я не считаю, что мне нужно лечение».
- ▶ **Согласие с возможностью, что это правда на данный момент:**
«Может быть. Возможно, вам не нужно лечение, или, возможно, вы не готовы сделать этот шаг. Интересно, когда вы будете знать, что готовы к лечению...».

40

40

Примеры принятия сопротивления

«Да, меня поймали с наркотиками. Теперь они говорят мне, что я должна пройти лечение или отправиться в тюрьму. Мне не нужно лечение и не собираюсь в тюрьму. Что же это за выбор?»

«Похоже, это действительно никудашный выбор для вас. (Размышление) Как вы думаете, что будете делать?»



41

Давайте понаблюдаем!



Контраст:
непринятие сопротивления и
принятие сопротивления

- ▶ Что терапевт сделал?
- ▶ Что терапевт мог сделать иначе?
- ▶ Как чувствует себя клиент?

42

42

Переходим к практике!



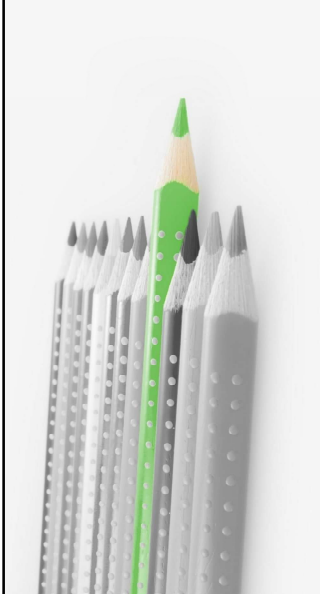
Принятие сопротивления

- ▶ А теперь у вас есть шанс применить этот навык на практике!

43

43

Что нужно запомнить



- ▶ Базовые стратегии семейной терапии: определение, объяснение, моделирование и применение на практике
- ▶ Полезные навыки в семейной терапии:
 - Позитивный рефрейминг
 - Позитивный реляционный рефрейминг
 - Умение обеспечить видение ситуации глазами других людей и задавать реляционные вопросы
 - Умение принять сопротивление

44

44

Вопросы на размышление по окончании семинара

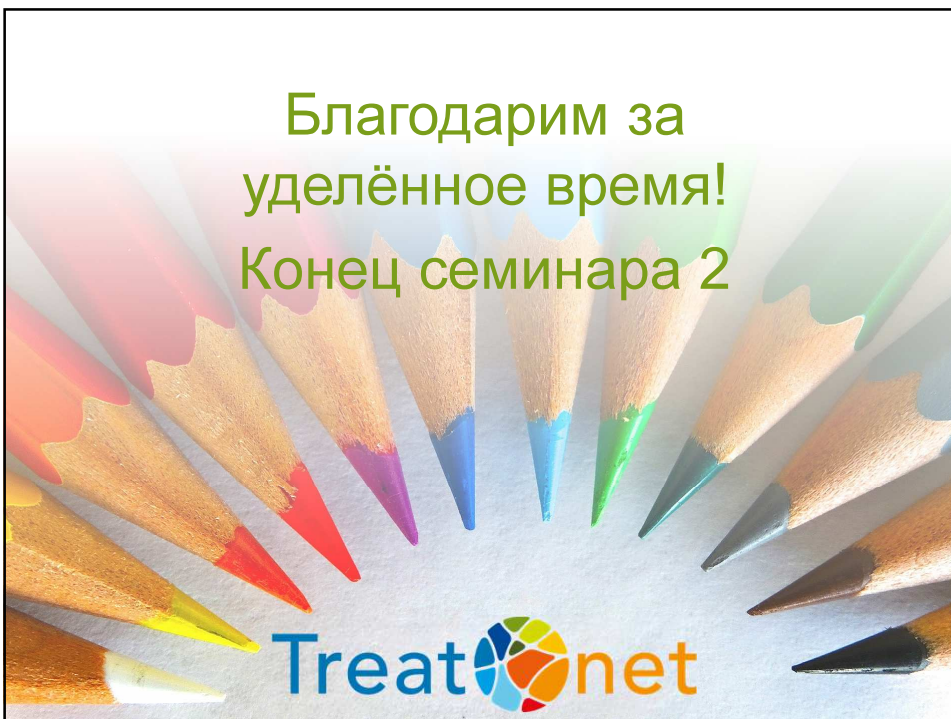


- ▶ Что было самым значимым для вас сегодня?
- ▶ Что полезного вы вынесете для себя?
- ▶ Что вам понравилось больше всего?
- ▶ Как вы будете использовать эту информацию?
- ▶ Как вы думаете, какой навык (навыки) вы начнете практиковать в своей работе?

45

45

Благодарим за
уделённое время!
Конец семинара 2



46