

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«ИНСТИТУТ КОНСТРУКТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ»

Утверждаю



Генеральный директор
ООО «ИКП»
А.В. Михальский

Приказ №1 от 20.12.2023 г.
Москва

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«Ориентированная на решение краткосрочная терапия (ОРКТ)»**

Срок реализации программы: 10 недель

Трудоемкость: 80 часов

Автор-составитель:
Михальский Алексей Владимирович

г. Москва – 2023

АННОТАЦИЯ

Освоение дисциплины даст возможность профессионально применять навыки работы в подходе Ориентированной на решение краткосрочной терапии в ситуации индивидуальных и супружеских запросов разного плана, в том числе в работе с конфликтующей супружеской парой. Позволит овладеть методами ОРКТ в работе с детьми разного возраста и всей семьей.

ЦЕЛЬ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

- Освоение студентами основных принципов работы в Ориентированной на решение краткосрочной терапии - (Solution focused brief therapy (далее – ОРКТ) в работе с индивидуальными клиентами и супружескими парами и детьми в контексте общей методологии подхода.
- Овладение методами работы в ОРКТ, модифицированными для работы с индивидуальными клиентами, супружеской парой, детьми, семьей с детьми.
- Выработка у учащихся навыков творческого подхода к методическим и техническим возможностям подхода, умение их модифицировать в зависимости запроса клиентов и задач терапевтической работы.
- Знание основных трудностей, с которыми может сталкиваться российская семья, воспитывающая детей. Различение продуктивных и непродуктивных родительских установок в воспитании детей.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ

- Умеет выработать адекватные для специфики заявленного запроса индивидуального клиента или супружеской пары приемы и использовать адекватный запросу стиль взаимодействия, ориентированный прежде всего на сотрудничество
- Умеет модифицировать методы и приемы ОРКТ. Применяет все основные приемы сеттинга ОРКТ.
- Владеет основными принципами организации циркулярной работы, ориентированной не на проблему, а на решение
- Умеет обосновывать конкретный, выбранный в каждом случае сеттинг построения работы с клиентом, применение и использование соответствующих техник, модифицировать техники ОРКТ.
- Сформировано представление о способах и возможных вариантах модификации основных принципов ОРКТ в работе с различными клиентами.
- Уметь модифицировать все основные техники ОРКТ (прежде всего, шкалирование, построение «решения», «чудесный вопрос») и адекватно применять их
- Владеет и может обосновать представление об основных трудностях и психологических запросах клиентов.

Содержание учебной дисциплины

МОДУЛЬ 1 БАЗОВАЯ ПРАКТИКА ОРКТ

24 часа (6 занятий)

Освоение всех основных принципов и техник подхода с практическими отработками. Это базовый тренинг, который дает возможность начать использовать техники на практике. Также это количество часов позволяет претендовать на членство в Ассоциации ориентированных на решение психотерапевтов и практиков (АОРПП: sfrussia.ru). Модуль включает следующие знания и навыки:

- 1) установление контакта и терапевтических отношений с клиентом в подходе ОРКТ с первых минут встречи;
- 2) построение целей терапии и выявление наилучших ожиданий (best hopes)
- 3) уточнение и развитие модели желаемого будущего
- 4) искусство циркулярных вопросов, вопросы о предсессионных изменениях и исключениях
- 5) овладение навыками ресурсирования клиента и поддержки в кризисных ситуациях
- 6) Чудесный вопрос и его варианты
- 7) навыки и тонкости развития Чудесного вопроса в терапевтической беседе
- 8) техники шкалирования
- 9) построение обратной связи клиенту в разных терапевтических ситуациях
- 10) предложения о самостоятельной работе клиента (домашние задания, наблюдения и эксперименты в ОРКТ)
- 11) ведение последующих сессий, изменение запроса и целей клиента в ОРКТ
- 12) понимание завершения терапии в ОРКТ
- 13) понимание основных принципов ОРКТ и их отражение в практической работе
- 14) разбор отличий в возникновении и развитии ОРКТ от современного состояния подхода

МОДУЛЬ 2 РАБОТА С ЧАСТЫМИ ЗАПРОСАМИ

20 часов (4 занятия)

Работа с распространенными нозологиями: тревожные, депрессивные расстройства, ПТСР, возможности помощи в ОРКТ при сложных и комплексных диагнозах. Большое внимание уделим разбору кейсов и практике.

Модуль включает:

- 1) особенности применения ОРКТ с тревожными расстройствами
- 2) работа с депрессией
- 3) работа с зависимостями
- 4) работа с кризисными ситуациями и ПТСР
- 5) как ОРКТ может быть полезна клиентам с нарушениями психотического уровня и расстройствами личности.

МОДУЛЬ 3 РАБОТА С ГРУППАМИ, ПАРАМИ, СЕМЬЯМИ И ДЕТЬМИ

12 часов (3 занятия)

Особенности работы с парами и семьями: обзор и практика. Инструменты ОРКТ для работы с детьми. Использование ОРКТ в группах и организациях, дополнительные техники. Модуль включает:

- 1) особенности работы с семейной системой
- 2) демонстрация и отработка ведения парной / семейной сессии
- 3) работа с детьми и подростками – применение классических и специальных методов ОРКТ
- 4) модели построения групп в логике ОРКТ подхода, различные групповые протоколы и их особенности
- 5) возможности и структура применения ОРКТ в организациях

МОДУЛЬ 4

ИНТЕГРАЦИИ ОРКТ И СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

12 часов (3 занятия)

Этот модуль посвящен возможностям интеграций ОРКТ с другими подходами и техниками современных подходов терапии. В модуле представлены следующие темы:

- 1) отличие проблемно-ориентированных подходов и подходов, основанных на конструировании: какой рамки и когда придерживаться?
- 2) как в других современных подходах (КПТ, схема-терапия, EMDR и др.) отражается влияние идей ОРКТ?
- 3) нейробиология процесса ОРКТ-терапии
- 4) как и зачем использовать техники современных терапевтических подходов в интеграции с ОРКТ: работа с эмоциями, работа с телом, работа с частями и др. Практика.
- 5) "слепой протокол" ОРКТ.

МОДУЛЬ 5

ПРАКТИКА, СУПЕРВИЗИЯ, ЭТИКА

12 часов (3 занятия)

Эти занятия посвящены дополнительной практической отработке навыков. Также проводится диадный практикум (сессии студентов под супервизией).

Групповая супервизия кейсов студентов.

Этические гайдлайны ОРКТ-практика.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

В помощь студентам предоставляются дополнительные материалы (тексты, презентации, видео) для самостоятельной работы между семинарами. Предполагаемый объем самостоятельной работы – 4 часа.

ЭЛЕМЕНТЫ КОНТРОЛЯ

Текущий контроль по модулям 1 -5 в форме групповых дискуссий

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Рекомендуемая основная литература

1. Михальский А.В. Ориентированная на решение краткосрочная терапия. М., 2015.
2. Системная психотерапия супружеских пар, 2017
3. Системная семейная терапия: классика и современность, 2005

Рекомендуемая дополнительная литература

1. Использование в работе на телефоне доверия подхода «Ориентированная на решение краткосрочная психотерапия»: учеб.-метод. пособие, Будинайте, Г. Л., 2016

Содержание учебной дисциплины

МОДУЛЬ 1 БАЗОВАЯ ПРАКТИКА ОРКТ 24 часа (6 занятий)

Освоение всех основных принципов и техник подхода с практическими отработками. Это базовый тренинг, который дает возможность начать использовать техники на практике. Также это количество часов позволяет претендовать на членство в Ассоциации ориентированных на решение психотерапевтов и практиков (АОРПП: sfrussia.ru). Модуль включает следующие знания и навыки:

- 1) установление контакта и терапевтических отношений с клиентом в подходе ОРКТ с первых минут встречи;
- 2) построение целей терапии и выявление наилучших ожиданий (best hopes)
- 3) уточнение и развитие модели желаемого будущего
- 4) искусство циркулярных вопросов, вопросы о предсессионных изменениях и исключениях
- 5) овладение навыками ресурсирования клиента и поддержки в кризисных ситуациях
- 6) Чудесный вопрос и его варианты
- 7) навыки и тонкости развития Чудесного вопроса в терапевтической беседе
- 8) техники шкалирования
- 9) построение обратной связи клиенту в разных терапевтических ситуациях
- 10) предложения о самостоятельной работе клиента (домашние задания, наблюдения и эксперименты в ОРКТ)
- 11) ведение последующих сессий, изменение запроса и целей клиента в ОРКТ
- 12) понимание завершения терапии в ОРКТ
- 13) понимание основных принципов ОРКТ и их отражение в практической работе
- 14) разбор отличий в возникновении и развитии ОРКТ от современного состояния подхода

МОДУЛЬ 2 РАБОТА С ЧАСТЫМИ ЗАПРОСАМИ 20 часов (4 занятия)

Работа с распространенными нозологиями: тревожные, депрессивные расстройства, ПТСР, возможности помощи в ОРКТ при сложных и комплексных диагнозах. Большое внимание уделим разбору кейсов и практике.

Модуль включает:

- 1) особенности применения ОРКТ с тревожными расстройствами
- 2) работа с депрессией
- 3) работа с зависимостями
- 4) работа с кризисными ситуациями и ПТСР
- 5) как ОРКТ может быть полезна клиентам с нарушениями психотического уровня и расстройствами личности.

МОДУЛЬ 3 РАБОТА С ГРУППАМИ, ПАРАМИ, СЕМЬЯМИ И ДЕТЬМИ

12 часов (3 занятия)

Особенности работы с парами и семьями: обзор и практика. Инструменты ОРКТ для работы с детьми. Использование ОРКТ в группах и организациях, дополнительные техники. Модуль включает:

- 1) особенности работы с семейной системой
- 2) демонстрация и отработка ведения парной / семейной сессии
- 3) работа с детьми и подростками – применение классических и специальных методов ОРКТ
- 4) модели построения групп в логике ОРКТ подхода, различные групповые протоколы и их особенности
- 5) возможности и структура применения ОРКТ в организациях

МОДУЛЬ 4 ИНТЕГРАЦИИ ОРКТ И СОВРЕМЕННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

12 часов (3 занятия)

Этот модуль посвящен возможностям интеграций ОРКТ с другими подходами и техниками современных подходов терапии. В модуле представлены следующие темы:

- 1) отличие проблемно-ориентированных подходов и подходов, основанных на конструировании: какой рамки и когда придерживаться?
- 2) как в других современных подходах (КПТ, схема-терапия, EMDR и др.) отражается влияние идей ОРКТ?
- 3) нейробиология процесса ОРКТ-терапии
- 4) как и зачем использовать техники современных терапевтических подходов в интеграции с ОРКТ: работа с эмоциями, работа с телом, работа с частями и др. Практика.
- 5) "слепой протокол" ОРКТ.

МОДУЛЬ 5 ПРАКТИКА, СУПЕРВИЗИЯ, ЭТИКА

12 часов (3 занятия)

Эти занятия посвящены дополнительной практической отработке навыков. Также проводится диадный практикум (сессии студентов под супервизией).

Групповая супервизия кейсов студентов.

Этические гайдлайны ОРКТ-практика.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

В помощь студентам предоставляются дополнительные материалы (тексты, презентации, видео) для самостоятельной работы между семинарами. Предполагаемый объем самостоятельной работы – 4 часа.

ЭЛЕМЕНТЫ КОНТРОЛЯ

Текущий контроль по модулям 1 -5 в форме групповых дискуссий

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Рекомендуемая основная литература

4. Михальский А.В. Ориентированная на решение краткосрочная терапия. М., 2015.
5. Системная психотерапия супружеских пар, 2017
6. Системная семейная терапия: классика и современность, 2005

Рекомендуемая дополнительная литература

2. Использование в работе на телефоне доверия подхода «Ориентированная на решение краткосрочная психотерапия»: учеб.-метод. пособие, Будинайте, Г. Л., 2016