

УДК 615.851
ББК 88.4.3
Л47

Л47 Леоненко Е. А., Тимошенко Г. В.
54 инструмента эффективной психотерапии взрослых и детей. –
М.: КТК «Галактика», 2022. – 276 с.: ил.

ISBN 978-5-6044122-1-3

Если вы – практикующий психолог или психотерапевт и предпочитаете понимать, что вы делаете в своей профессиональной деятельности, то предлагаемый в этой книге метод предназначен именно для вас. Мы создавали его как единую целостную систему, все части которой неразрывно связаны друг с другом.

Все, что входит в этот метод, основано на оригинальной авторской модели личности и 20-летнем практическом опыте применения.

Данное издание предназначено для начинающих и практикующих психологов.

Все права защищены. Любая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Материал, изложенный в данной книге, многократно проверен. Но, поскольку вероятность технических ошибок все равно существует, издательство не может гарантировать абсолютную точность и правильность приводимых сведений. В связи с этим издательство не несет ответственности за возможные ошибки, связанные с использованием книги.

ISBN 978-5-6044122-1-3

© Леоненко Е. А., Тимошенко Г. В., 2022
© Оформление, издание, КТК «Галактика», 2022

Оглавление

Введение	8	
Раздел I. Теоретические основы метафорической психотерапии	11	
Часть I. Модель личности в метафорической психотерапии	12	
Глава 1. Представление о здоровом личностном функционировании.....	12	
Глава 2. Картина мира человека	18	
Глава 3. Жизненная позиция человека.....	21	—
Глава 4. Базовые умения человека	30	3
Часть II. Раннее развитие человека в норме и патологии 33		—
Глава 5. Первый этап раннего развития человека	33	
5.1. Освоение как инструмент создания картины мира.....	33	
5.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения доставляемого ими удовольствия.....	37	
5.3. Базовое умение чувствовать себя.....	40	
Глава 6. Второй этап раннего развития человека.....	42	
6.1. Определение как инструмент создания картины мира.....	42	
6.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения качественной дифференциации удовольствия-неудовольствия...46		
6.3. Базовое умение осознавать реальность.....	48	
Глава 7. Третий этап раннего развития человека	51	
7.1. Установление причинно-следственных связей как инструмент создания картины мира	51	
7.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения итоговой выигрешности взаимодействия с ними	53	
7.3. Базовое умение прилагать усилия	57	
Глава 8. Четвертый этап раннего развития человека.....	60	
8.1. Понимание жизненных закономерностей как инструмент создания картины мира	60	
8.2. Критерий оценки фрагментов реальности с точки зрения их итоговой значимости.....	62	
8.3. Базовое умение рефлексировать свою жизнедеятельность.....	65	

Глава 9. Классификация личностных нарушений	73
9.1. Представление о личностных типах.....	73
9.2. Запретный личностный тип.....	78
9.3. Долговой личностный тип.....	80
9.4. Смешанный личностный тип	81

**Часть III. Межличностные системы как объект воздействия
детской метафорической психотерапии 86**

Глава 10. Семья как специфическая межличностная система.....	86
10.1. Представление о межличностной системе.....	86
10.2. Виды межличностных систем	93
10.3. Характеристики обменной семейной системы	96
10.4. Характеристики продуктивной семейной системы.....	99

Раздел II. Работа с взрослыми клиентами.....105

Глава 11. Основные положения практической метафорической психотерапии	106
--	-----

11.1. Метафоры как основной материал психотерапевтического процесса	106
11.2. Структура психотерапевтического процесса	113
11.3. Механизм эффективности психотерапевтического процесса и критерии его успешности	115
11.4. Основные принципы практической метафорической психотерапии.....	120

Глава 12. Технология практической работы	124
--	-----

12.1. Организационный этап	125
Инструмент 1. Построение целостного образа услышанного.....	127
Инструмент 2. Обнаружение ключевых слов истории.....	128
Инструмент 3. Обнаружение позиционных слов и выражений.....	129
Инструмент 4. Формулировка сути истории.....	131
Инструмент 5. Поиск наиболее энергетичного нарушения	132
Инструмент 6. Формулировка сути ключевого нарушения в соотношении с реалиями клиента	134
Инструмент 7. Формулировка описания жизни в условиях отсутствия этого нарушения и необходимых для этого терапевтических действий.....	136
12.2. Деструктивный и конструктивный этапы	137
Инструмент 8. Разрушение имеющихся у клиента представлений.....	140
Инструмент 8.1. Отсутствие эмоционального содержания в определении.....	141
Инструмент 8.2. Наличие в формулировке определения неконкретных и неоднозначных слов	141
Инструмент 8.3. Неприемлемость для самого клиента неизбежных последствий имеющегося у него определения.....	142

Инструмент 8.4. Отсутствие или неадекватность родового понятия для определяемого слова.....	142
Инструмент 9. Разрушение имеющихся у клиента представлений собственной вертикальной позиции.....	143
Инструмент 10. Разрушение имеющихся у клиента способов оценки реальности.....	144
Инструмент 10.1. Разрушение критерия удовольствия-неудовольствия...	144
Инструмент 10.2. Разрушение критерия качественной дифференциации удовольствия-неудовольствия.....	147
Инструмент 10.3. Разрушение критерия выигрышности-проигрышности.....	147
Инструмент 10.4. Разрушение критерия положительной-отрицательной значимости.....	149
Инструмент 11. Разрушение имеющихся у клиента принципиальных способов действия.....	149
Инструмент 12. Помощь клиенту в создании новых, конструктивных представлений.....	151
Инструмент 12.1. Создание определения по обобщению.....	151
Инструмент 12.2. Создание определения по основным характеристикам	152
Инструмент 12.3. Создание определения от противного.....	153
Инструмент 12.4. Подведение к нужному выводу.....	155
Инструмент 13. Помощь клиенту в смене его вертикальной позиции.....	159
Инструмент 13.1. Мотивационный алгоритм смены позиции	159
Инструмент 13.2. Предметный алгоритм смены позиции	160
Инструмент 14. Помощь клиенту в построении новых, конструктивных алгоритмов конкретных действий.....	161
Инструмент 14.1. Алгоритм предъявления критериев настоящего «хочу».....	161
Инструмент 14.2. Формирование алгоритма конкретного действия...	164
12.3. Особенности групповой работы.....	165
12.4. Техническое обеспечение практической работы.....	169
Инструмент 1-и. Использование различных проявлений клиента как модели его устойчивых жизненных паттернов	174
Инструмент 2-и. Использование различных вариантов поведения терапевта для реализации отражающей функции метафоры.....	176
Инструмент 3-и. Конструирование деструктивных вербальных или предметных метафор, связанных с объективной реальностью..	179
Инструмент 4-и. Создание конструктивных вербальных или предметных метафор, связанных с объективной реальностью..	181
Инструмент 5-и. Конструирование вербальных метафор	185
Инструмент 6-и. Конструирование предметных метафор.....	187

Раздел III. Практическая работа с детьми 191

Глава 13. Основные положения детской метафорической психотерапии	192
13.1. Специфика детской психотерапии.....	192

13.2. Механизмы эффективности детской метафорической психотерапии.....	198
13.3. Основные принципы практической детской психотерапии.....	203
13.4. Организационные аспекты.....	204
Глава 14. Технология практической работы	207
14.1. Организационный этап в работе с детьми до 10 лет.....	207
Инструмент 15. Понимание целостного сюжета игры	210
Инструмент 16. Поиск специфики использования ребенком в его игровой и исследовательской деятельности инструментов создания картины мира.....	211
Инструмент 17. Поиск проявления ребенком его вертикальной позиции	212
Инструмент 18. Исследование специфики способов действия ребенка.....	213
Инструмент 19. Сопоставление информации, полученной из игры ребенка, с информацией, полученной от родителей	214
Инструмент 20. Поиск и классификация конфликта, проявленного в игре ребенка.....	216
Инструмент 20.1. Определение типа внешнего конфликта, проявленного в игре ребенка.....	216
Инструмент 20.2. Анализ стратегии ребенка в ходе конфликта.....	217
Инструмент 20.3. Работа терапевта в ситуациях, когда ребенок не включает в свою игровую деятельность конфликт	218
Инструмент 21. Анализ уровня контакта ребенка	220
14.2. Организационный этап в работе с подростками, предъявляющими собственный запрос	222
Инструмент 22. Построение целостного образа рассказа подростка....	224
Инструмент 23. Анализ результатов парного цветового теста М. Люшера	225
Инструмент 24. Анализ продуктивной деятельности подростка	229
Инструмент 24.1. Выбор инструкции.....	229
Инструмент 24.2. Определение типа композиции.....	230
Инструмент 24.3. Исследование конфликта.....	234
Инструмент 25. Обнаружение наиболее энергетичного нарушения.....	235
Инструмент 26. Формулировка сути ключевого нарушения в соотнесении с конфликтом, предъявленным подростком.....	236
Инструмент 27. Формулировка описания жизни в условиях отсутствия ключевого нарушения и необходимых подростку для этого личностных изменений.....	237
14.3. Организационный этап в работе с подростками без собственного запроса.....	238
Инструмент 28. Анализ игровой стратегии подростка.....	240
Инструмент 29. Обсуждение тем, предпочитаемых подростком.....	241
14.4. Деструктивный и конструктивный этапы в работе с детьми до 10 лет.....	242

Инструмент 30. Создание условий для начала ребенком игровой деятельности	252
Инструмент 31. Помощь ребенку в трансформации псевдоигровой деятельности в игровую	252
Инструмент 32. Прояснение и обострение конфликта	253
Инструмент 33. Разрушение имеющихся у ребенка представлений	253
Инструмент 34. Помощь ребенку в трансформации представлений	253
Инструмент 35. Разрушение критериев оценки реальности ребенка	254
Инструмент 36. Помощь ребенку в освоении адекватных критериев оценки и позиции на равных	254
Инструмент 37. Разрушение имеющихся у ребенка способов действия	255
Инструмент 38. Помощь ребенку в освоении алгоритмов конкретных действий	256
Инструмент 39. Помощь ребенку в переносе нового понимания конфликта на реальную жизнь	256
14.5. Деструктивный и конструктивный этапы в работе с подростками, предъявляющими собственный запрос	257
Инструмент 40. Прояснение конфликта	259
Инструмент 41. Исследование имеющихся у подростка представлений	260
Инструмент 42. Исследование используемых подростком в конфликте способов действия	260
Инструмент 43. Исследование последствий имеющегося у подростка конфликта	260
Инструмент 44. Помощь подростку в переносе его нового понимания конфликта на реальную жизнь	261
14.6. Деструктивный и конструктивный этапы в работе с подростками без собственного запроса	261
Инструмент 45. Введение терапевтом имеющейся у него информации в разговор с подростком	263
Инструмент 45.1. Обсуждение ошибок в ходе совместной настольной игры	263
Инструмент 45.2. Исследование вариантов альтернативного развития игры	264
Инструмент 45.3. Осуществление альтернативных вариантов игры	264
Инструмент 45.4. Обсуждение действий персонажей фильмов и книг	264
14.7. Работа с родителями	265
Инструмент 46. Предъявление родителям итоговой диагностической версии	269
Инструмент 47. Предъявление родителям информации о неадекватных характеристиках семейных систем	270
Инструмент 48. Описание необходимой родителям конструктивной стратегии взаимодействия с ребенком	271
Заключение	274