Практическое занятие № 1 по темам 4-5 «Технология ведения консультативной беседы и особенности психологического консультирования супружеской пары»

Главная **цель практического занятия** - обеспечить возможность овладеть навыками и умениями использования теоретического знания применительно к особенностям изучаемой отрасли. Данный вид занятия представляет собой средство развития культуры научного мышления; предназначен для углубленного изучения дисциплины, овладения методологией научного познания.

При подготовке к практическому занятию обучающимся необходимо внимательно изучить материалы лекций по данной теме, рекомендованную основную и дополнительную литературу, а также самостоятельно обращаться к другим источникам с целью получения дополнительной информации и усвоения материала.

I. Подготовьте письменный доклад на одну из предложенных тем (можно с презентацией):

Пространственные и временные аспекты консультативной беседы.

Техники работы на уровне чувств в психологическом консультировании.

Обеспечение контакта с клиентом во время консультативной беседы.

Характеристика основных этапов консультативной беседы.

Основные приемы ведения консультативной беседы.

Неблагоприятные эмоциональные состояния супругов и работа с ними.

Проективные защитные механизмы и работа с ними в ситуации супружеского конфликта.

Состояния тревоги в супружеских конфликтах.

Психологическое консультирование по проблемам переживания расставания с партнером.

Взаимоотношения супругов в период развода.

Психологическое консультирование по проблемам одиночества.

Влияние родительской семьи на взаимоотношения супругов.

Психологическое консультирование по проблемам повторного брака.

Добрачное психологическое консультирование.

Методы исследования супружеских отношений.

II. Практические задания:

1. Прочитайте работу В. Сатир «Как строить себя и свою семью» https://www.psyoffice.ru/4196-satir-v.-kak-stroit-sebja-i-svoju-semju..html

Представьте схему функционирования систем в неблагополучных и гармоничных семьях (по В. Сатир).

2. Разработайте психологические рекомендации по управлению и разрешению супружеского конфликта (можно на основе конкретного случая).

3. Подберите «батарею» методик по диагностике супружеских отношений, представьте список этих методик.

4. Проведите диагностику по методике «Реакция супругов на конфликт» (А.С. Кочарян, Г.С. Кочарян, А.В. Киричук) (Приложение А) с несколькими испытуемыми, проанализируйте результаты и представьте их (количественный и качественный анализ).

Вы **можете использовать другую методику** для исследования взаимоотношений супругов.

III. Выберите 1-2 ситуации, проанализируйте их, выскажите свое мнение с позиции будущего психолога-консультанта, используя теоретические знания.

Ситуация 1. Прошло три месяца после свадьбы, но Андрея одолевали неясные сомнения. В каждой мелочи он ощущал причину для разочарования и какой-то душевной тревоги. Леночка, чей образ всегда был связан с сердечным трепетом и радостным ожиданием, теперь вызывала в нем непонятную настороженность и даже неосознанное раздражение. Приветливая и улыбающаяся Сказочная Принцесса на глазах превращалась в ворчливого, требующего постоянного внимания Домашнего жандарма в

стертых шлепанцах: «Газету читаю – недовольна, хоккей смотрю – ворчит, пальто не подам – замечание, а у друга задержусь – и вовсе скандал» - говорит Андрей, вспоминая, что у него в семье все по-другому было. Мать отцу полную свободу давала. Да и вставала всегда раньше его, чтобы завтрак приготовить. Кто мог подумать, что она такая лежебока – Ленку не то, что завтрак готовить, на работу не добудишься. У нее, говорит, отец всех завтраком кормил. Ужин, правда, делает, да и то похвалы постоянно требует. Вообще уж больно она комплименты любит да признания в любви: каждый день готова их слушать. А он – не попугай, чтобы одно и то же повторять. Да и любовь как-то незаметно проходит… а жаль! Ведь они раньше любили друг друга, всё свадьбы дождаться не могли. - Почему не сложились отношения у Андрея и Лены в начальный период брака, каковы причины. Какое развитие ситуации представляется вам наиболее вероятным?

Ситуация 2. Супруги К., будучи очень молодыми, не имели ни малейшего представления, как строить семейную жизнь. Зато оба были самонадеянны; им казалось: раз любим, - значит, жизнь сложится сама. Дочурке было уже три года, а отношения жены с мужем все еще не налаживались. Из-за чего? Чаще всего из-за пустяков и вздорности…начиналось с резкого слова, вырвавшегося от раздражения или усталости, потом пошло: «Ты первой начала!» - «Нет, это ты!», «Почему мне первой уступать?» и т.д. Однажды супруги так поссорились, что представилось самое худшее: развод… всю ночь она не могла уснуть, а когда рассвело, подошла к окну. Была осень. Листья слетали с деревьев, и улица была золотой от них. И вдруг она вспомнила: такой же был рассвет, когда они бродили всю ночь после объяснения в любви. Жена обернулась к мужу – он спал, поджав колени под подбородок, как спят мальчишки, и было в его позе столько трогательного, милого, что она почувствовала, что не все еще прошло, он здесь, с ней. Она прикоснулась к его волосам, он открыл глаза – они были ясные и светлые. И вдруг глаза его померкли. Она очень испугалась этого ушедшего в себя взгляда. По привычке хотела упрекнуть:

вот, мол, до чего я тебе опротивела, и улыбнуться не можешь. Но поняла: упрекну – все останется по-прежнему, и грубое слово застыло на губах…Жена смотрела на мужа, стараясь всю свою любовь передать в этом взгляде. Наконец он тоже улыбнулся. «Доброе утро», - сказала она… - В чем причина неблагоприятного семейного микроклимата? Какие вопросы, проблемы не были решены в первые годы совместной жизни?

Ситуация 3. «Семья…Как это много значит для человека. Каждому свой дом несет радость, каждый стремится поскорее войти в него. От него так и веет теплом. А мне он кажется холодным, и нет никакого желания возвращаться домой после школы. Для каждого отец и мать – самые близкие и родные. А мне они кажутся то близкими, то очень далекими. Отец относится к матери с презрением, упрекает ее в неверности, доводит до слез и скандалов, а она все терпит. Не пойму только, почему, ради чего и кого она это делает? Неужели ради меня? Но видеть ее слезы, слышать их скандалы – разве это не пытка?! Когда я была маленькой, я этого не понимала. Но сейчас, когда мне 16, я не могу этого видеть, не могу больше жить в этом доме. - охарактеризуйте проблемы данной семьи? - Каковы могут быть причины подобного поведения супругов? Каковы могут быть последствия такой семейной жизни для девушки?

Ситуация 4. «Володя, ты хотя бы когда-нибудь поговорил со мной. Сказал что-нибудь хорошее. Не слышу от тебя добрых слов, и жизнь кажется тусклой, безрадостной. Я для тебя в последнее время вроде как мебель в квартире, как нечто неодушевленное…» «Валюша, ты точно сегодня не с той ноги встала. Причем здесь мебель? Ты же для меня самый дорогой человек. А что речей пламенных не произношу, так это вы, педагоги, ораторствовать любите, а мы, инженеры, - молчуны большей частью». «Ничего, до свадьбы, Володенька, ты ой как речист был, когда меня от Вадима отбивал: стихи писал, раз по 10 в день в любви признавался». «Странная ты, Валюха, какая-то, не могу же я все время только о любви говорить. Ведь мы с тобой не мальчик с девочкой. А что я тебя люблю, можешь быть уверенной. Не любил

бы – давно ушел. Ясное дело!» «Ах, Володя, так ты ничего и не понял». - Что же все-таки не понял Володя? Какие проблемы могут возникнуть у семьи в последующем? Каким вам видится выход из создавшейся ситуации?

Ситуация 5. Поженились мы студентами, ничего не имея. Через 5 лет были полностью обеспечены материально. Жили вроде нормально. «Благополучная семья»: на работу идем вместе, с работы – тоже. Зарплату она получала и за меня (мы работали в одном коллективе). Я не возражал. Был, что называется, «под каблуком». Особенно меня обижало, когда она говорила, что я - никудышный специалист. Конечно, звезд с неба я не хватал, но на службе меня уважали, я вел общественную работу, получал грамоты, премии. А для нее все равно ничтожество. Чуть что – скандал: если у меня больше одного рубля в кармане, если выпил кружку пива, если взглянул при ней на другую женщину…Возражать, доказывать что-либо? Бесполезно. Верх всегда ее. Иногда, правда, я срывался, бунтовал, уходил отвести душу. Только к друзьям. На шестом году появился «третий угол» треугольника. У меня. Эта, как говорится, взяла меня лаской, доброжелательностью. Честно говоря, я почувствовал себя с ней мужчиной и человеком… - В чем причина краха «благополучной» семьи? Чем была спровоцирована неверность мужа? Можно ли было предотвратить распад семьи?

Вы можете проанализировать собственную ситуацию.

Приложение А

Методика «Реакция супругов на конфликт» (А.С. Кочарян, Г.С. Кочарян, А.В. Киричук)

Назначение методики

Методика позволяет диагностировать восприятие и понимание супругами друг друга и конфликтной ситуации, а также индивидуально-специфические защитные паттерны супругов.

Описание методики

Опросник состоит из 89 утверждений, которые «работают» на 8 шкал: неконструктивные установки на брак, депрессия, протективные механизмы, дефензивные механизмы, агрессия, соматизация тревоги, фиксация на психотравме, контрольная шкала. Большая часть утверждений была сформулирована автором, ряд утверждений был взят из MMPI, а также из опросника Р. Нигневицкого по диагностике личностной ригидности (Залевский Г.В., 1976).

Инструкция: Цель опросника – выяснить Ваши взгляды относительно некоторых семейных проблем. Вам предложен ряд утверждений. Если Вы согласны с утверждением, то поставьте в опросном листе знак «+» против соответствующего номера утверждения; если же Вы не согласны, поставьте знак «-». Избегайте ответов типа «затрудняюсь ответить». Вопросы слишком короткие, чтобы в них содержались все необходимые подробности. Поэтому представьте себе типичные ситуации, обычные для Вас, не задумываясь над деталями.

Помните, что «плохих» и «хороших» ответов быть не может. Не пытайтесь произвести своими ответами благоприятное впечатление. Мы знаем, что Вам будет трудно, но попытайтесь ответить как можно искреннее. Ответ долго не обдумывайте – давайте первый приходящий в голову. Не пропускайте ничего, обязательно отвечайте подряд на каждый вопрос.

Текст методики

1. Нельзя не считаться с настроением жены/мужа.
2. Я редко испытываю чувство вины.
3. Я часто задумываюсь над тем, чего ожидает от меня жена/муж: каких слов, дел и т.п.
4. В последнее время у меня часто что-либо болит.
5. После ссор я быстро прихожу в себя.
6. В последнее время у меня часто бывает такое чувство, будто голова стянута обручем.
7. Никогда не случалось, чтобы я нетактично поступил/ла по отношению к преподавателю.
8. Редко случается так, что я упрекаю жену/мужа в прошлых ошибках.
9. Я не имею никаких недостатков.
10. Я не могу быстро изменить линию своего поведения по отношению к жене/мужу в зависимости от требования ситуации.
11. Я почти никогда не ввязываюсь в ссоры в публичных местах (в очереди, автобусе, кинозале и т.п.).
12. В последнее время меня часто беспокоит желудок.
13. Меня стали раздражать знакомые, друзья, и я стал/ла чаще с ними ссориться.
14. Лучше прибегать к обману или замалчиванию, чем принимать радикальное решение по семейным проблемам.
15. Я часто сам/а себе неприятен/на.

16. За зло, которое мне причиняет жена/муж, я плачу ей/ему тем же.
17. Никогда не опаздывал/ла на работу или на учебу.
18. Временами мне так и хочется выругаться.
19. У моей/го жены/мужа практически нет достоинств.
20. Жена/муж часто намеренно хочет меня обидеть.
21. Я обычно очень тщательно, в деталях продумываю сложившуюся семейную ситуацию.
22. Если семейная жизнь не сложилась, то лучше сразу развестись.
23. У нас в семье все в порядке и я не пойму, почему моя/и жена/муж недовольна/ен.
24. У меня редко бывает плохое настроение.
25. Когда жена/муж меня очень обижает, я не могу долго этого забыть.
26. Вообще я неплохой человек, но жена/муж не достойна/ен хорошего отношения к себе.
27. Мне часто жалко себя.
28. За последнее время состояние моего здоровья не ухудшилось.
29. Я не желаю обсуждать с женой/мужем мои недостатки: у нее/него хватает своих.
30. Почти не бывает, что я иронично, с сарказмом подшучиваю над женой/мужем.
31. Обычно я пытаюсь не думать о конфликте с женой/мужем, стараюсь не замечать ее/его.
32. Меня многое интересует, я человек любознательный.
33. Порой у меня возникает такое чувство, что я больше не участник семейных ссор и конфликтов, я как бы их наблюдатель.
34. Никакие дела (работа, учеба и т.п.) не снижают моего внутреннего напряжения, не позволяют хоть на время забыть семейные проблемы.
35. В жизни не было ни одного случая, чтобы я нарушил/ла обещание.
36. Я часто уступаю жене/мужу, чтобы улучшить наши отношения.
37. Часто бывает так, что я долго не разговариваю с женой/мужем.
38. Считают, что любые кардинальные решения семейной проблемы опасны и неэффективны: нужно лишь немного изменить ситуацию, чтобы было возможно жить вместе.
39. Несколько раз в неделю меня стали беспокоить неприятные ощущения под ложечкой.
40. Все кажется мне каким-то серым, безликим и одинаковым.
41. Все, что происходит у меня в семье, ужасно неприятно, но я не одинок/а в своих проблемах (у многих так), и это меня несколько успокаивает.
42. Я мог/ла бы простить обиду, нанесенную мне женой/мужем, но не забыть ее.
43. У меня почти никогда не бывает желания крушить и ломать все вокруг.
44. Я часто задумываюсь, как на моем месте поступил бы другой человек.
45. В семейной жизни я всегда руководствуюсь благими намерениями, и странно, что жена/муж этого не понимает.
46. Иногда я люблю немного прихвастнуть.
47. Я понимаю тех людей, которые отдают значительную часть времени семье.
48. Я часто думаю о том, что детский период моей жизни был самым лучшим, и хочется снова стать ребенком.
49. Современный брак не имеет никакой ценности: обычно люди вступают в брак лишь по необходимости.
50. Мои мысли и действия бывают часто замедленны.
51. Предпочитаю уклоняться от выяснения отношений с женой/мужем.

52. У меня редко возникают раздражение и гнев по отношению к жене/мужу.

53. Из-за постоянных ссор с женой/мужем я зол/зла на весь мир: могу выместить раздражение на всяком, кто «подвернется под руку».

54. Иногда в голову приходят такие мысли, в которых никому не хочется признаваться.

55. Современные женщины/мужчины не могут быть хорошими женами/мужьями.

56. В последнее время я стала часто "ощущать" свое сердце.

57. Обычно я не говорю жене/мужу, что мы очень разные по характеру, темпераменту, интересам.

58. Жизнь неженатых/незамужних мужчин/женщин имеет значительные преимущества.

59. В последнее время я значительно больше стал(ла) интересоваться тем, как укрепить свое здоровье (диетой, бегом, йогой и т.п.).

60. Часто я ощущаю нереальность, неестественность своих отношений с женой/мужем.

61. Я редко грущу.

62. Сложившаяся семейная ситуация меня угнетает, но я считаю себя не в состоянии что-либо предпринять.

63. Обычно я заранее продумываю, как себя вести в сложной семейной ситуации.

64. Некоторые считают, что я бываю слишком строг/а к мнениям жены/мужа, но я уверен/а, что она/он этого заслуживает.

65. Я всегда пытаюсь понять жену/мужа, несмотря даже на то, что она/он таких попыток не предпринимает.

66. В последнее время я стал/а больше заботиться о своем здоровье.

67. Большинство проблем, возникающих в семейной жизни, не имеет однозначного решения.

68. Мне нравятся люди, с которыми мне приходилось встречаться, даже те, которым я не симпатичен/на.

69. Порой я могу причинять душевную или физическую боль жене/мужу.

70. В моей семье не все благополучно, но я верю, что все будет так, как суждено.

71. Ничего особенного не произошло: поскандалили, поссорились, в жизни всякое бывает.

72. Я почти всегда могу сдержаться и не наговорить лишнего, не сделать жене/мужу неприятное.

73. Когда я получаю от кого-нибудь письмо, то всегда отвечаю в тот же день.

74. В последнее время я часто и без причин стал(а) наказывать сына (дочь).

75. Я часто ощущаю свою бесполезность и бессилие.

76. На работе я почти никогда не ввязываюсь в ссоры и конфликты с сотрудниками и начальством.

77. Мне совсем не хочется, чтобы меня пожалели, посочувствовали мне.

78. Мне почти никогда не хочется сказать или сделать что-либо приятное родителям своей/его жены/мужа.

79. Иногда я люблю посмеяться, слушая неприличные шутки, остроты.

80. Я редко чувствую усталость.

81. Мои знакомые считают, что я не совсем правильно оцениваю семейную ситуацию: чрезвычайно упрощаю ее или, наоборот, усложняю.

82. Я часто злюсь на своих родителей и ссорюсь с ними.

83. Я ничего не могу сделать для улучшения семейной ситуации: это зависит не от меня, а является проявлением общей закономерности, характерной для современной

семьи.

84. Хочется уехать, забыться.

85. Не собираюсь менять свои привычки, даже если они не нравятся жене/мужу.

86. Иногда случается, что я говорю неправду.

87. Я способен/на многое сделать.

88. Мне часто говорят, что я неправильно понимаю свою/его жену/мужа.

89. У меня часто бывает ощущение физической слабости.

Ключ. Каждый ответ, совпавший с ключом, оценивается в один балл.

1. Неконструктивные установки на брак:
"+" - 14, 22, 29, 38, 51, 85
"-" - 1, 8, 36, 44, 57, 65
2. Депрессия:
"+" - 15, 27, 40, 50, 75, 89
"-" -2, 24, 32, 61,80, 87
3. Протективные механизмы:
"+" - 19, 23, 31, 45, 48, 71, 81, 84, 88
"-" - 3, 21, 63, 77
4. Дефензивные механизмы:
"+" - 26, 33, 41, 49, 55, 58, 60, 62, 70, 83
"-" - 34, 47
5. Агрессия:
"+" - 13, 16, 18, 53, 69, 74, 82
"-" - 11, 30, 43, 52, 72, 76, 78
6. Соматизация тревоги:
"+" - 4, 6, 12, 39,,56, 59, 66
"-" - 28
7. Фиксация на психотравме:
"+" - 20, 25, 37, 42, 64
"-" - 5, 10, 67
8. Контрольная шкала:
"+" - 7, 9, 19, 35, 68, 73
"-" - 46, 54, 79, 86

Описание шкал

Шкала неконструктивных установок на брак (НУ) диагностирует такие виды установок брачного партнера, которые дезинтегрируют семейную структуру, препятствуют терапевтической реконструкции супружеских отношений.

Шкала депрессии (Д) включает утверждения, выражающие 3 вида депрессии: классическую ("заторможенность", замедленность аффекта и интеллекта), астеническую (слабость, вялость и т.п.) и апатическую (снижение интереса, безразличие), а также чувство вины, которое может включаться в депрессию.

Шкала протективных механизмов (ПМ) диагностирует тот тип защит, который приводит к недопущению в сознание психотравмирующей информации (вытеснение, отрицание затруднений, регрессия и т.п.).

Шкала дефензивных механизмов (ДМ) диагностирует тот тип защит, который обозначен как «реинтерпретативная активность» – психотравмирующая информация допускается в сознание за счет ее искаженной реинтерпретации (рационализация, изоляция, интеллектуализация и т.п.).

В шкалу агрессии (А) вошли утверждения, связанные как с прямой физической и вербальной агрессией, так и со смещенной.

В шкалу соматизация тревоги (СТ) включены утверждения, касающиеся общей

соматизации (голова — сердце — желудок, общая озабоченность здоровьем).

Шкала фиксации на психотравме (Ф) включает утверждения, свидетельствующие о "застревании" аффекта и интеллекта на психической травме.

Шкалы опросника являются внутренне согласованными, функционально независимыми.

Контрольная шкала интерпретируется по сырым баллам. Если пациент, набирает 6 и более баллов, то опросник не интерпретируется. В противном случае необходимо подсчитать полученные данные («сырые» баллы) и перевести их в Т-показатели по каждой шкале (см. таблицу № 1).

Таблица № 1

Перевод «сырых» баллов в Т-шкалу

«Сырые»	Т — баллы						
баллы	НУ	Д	ПМ	ДМ	А	СТ	Ф
0	25	20	23	31	30	34	29
1	31	24	27	36	33	40	35
2	36	29	31	41	37	45	41
3	41	33	36	46	40	50	47
4	47	37	40	51	44	51	53
5	52	42	45	59	47	60	59
6	58	46	49	61	51	66	65
7	63	50	54	66	54	71	71
8	68	55	58	70	58	76	77
9	74	59	62	75	61		
10	79	64	67	80	65		
11	84	68	71	85	68		
12	90	72	76	90	72		
13	80		75				
14			79				

Если испытуемый набрал менее 30 баллов, то выраженность признака низкая, если 30-40 баллов — наблюдается средняя выраженность признака с тенденцией к низкой, 60-70 баллов – средняя с тенденцией к высокой выраженности, свыше 70 баллов – признак ярко выражен.