ИТОГОВОЕ ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ

Творческая работа «Письмо психолога»

Для обозначения этой работы существует много терминов – «психотерапевтическое письмо», «психотерапевтическая переписка», «письменная психологическая помощь», «терапия письмом». В.Ю. Меновщиков предлагает ввести новое наименование – СКРИБИОТЕРАПИЯ (от лат. skribio – «писать» и therapia – «лечение).

Напишите письмо одному из следующих клиентов:

- подростку 15 лет, который ненавидит людей и которого спасли от попытки суицида;
- женщине 40 лет, которая узнала об изнасиловании своей 14-летней дочери;
- мужчине 42 лет, регулярно применяющего насилие по отношению к своим сыновьям 6 и 10 лет, объясняющегося данный факт тем, что необходимо вырастить «настоящих мужиков»;
- мужчине 35 лет, который с женой пережил пять «замерших» беременностей;
- маме мальчика 7 лет, которая не знает, как сказать сыну о смерти его отца, с которым она в разводе, но которого мальчик очень любит;
- бездетной женщине 46 лет, которая практически парализована. Врачи по состоянию здоровья сделали ей прогноз еще на 1 год жизни; она этого не знает, но догадывается. Думает о смерти, но говорить об этом боится;
- мужчине 56 лет, потерявшей жену в результате автокатастрофы, с которой не было детей, в браке были 15 лет.

Опорные пункты для написания письма:

1. Обратите внимание на важность установления контакта и эмпатического отношения к клиенту.
2. Сообщите безоценочную психологическую информацию.
3. Обозначьте распределение ответственности.

4. Уточните возможности психолога и адресата.
5. Обозначьте свою позицию через обратную связь.
6. Постарайтесь выразить клиенту вашу поддержку.
7. Наметьте перспективы адресата.
8. Конкретные приемы, которые использует консультант, давая клиенту обратную связь:

- ✓ Пересказ – цитирование того, что было написано клиентом
- ✓ Уточнение (обращение к клиенту с просьбой что-то дополнить и разъяснить),
- ✓ Дальнейшее развитие мысли собеседника (письменное изложение подтекста, выдвижение гипотез относительно причин произошедшего или дальнейшего хода событий)
- ✓ Сообщение о восприятии консультантом состояния клиента, зеркальное отражение его чувств
- ✓ Сообщение о восприятии консультантом самого себя и своих чувств в данной ситуации
- ✓ Замечания о ходе письменного диалога (при получении повторных писем).

После написания письма опишите свои чувства, мысли, телесные ощущения, впечатления, трудности, сложности, озарения и т.п. - т.е. все, что сопровождало вас в процессе написания этой работы.