

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/69849>

Тип работы: Реферат

Предмет: Психология

Введение 3

1. Системная семейная психотерапия 5

2. Техники Эмоционально фокусированной терапии семьи (ЭФТ) 10

Заключение 15

Список литературы 16

Введение

Эмоционально-фокусированная терапия (ЭФТ) – структурированный краткосрочный подход к супружеской терапии, созданный в 80-ые гг. XX века канадскими психологами Сьюзан Джонсон и Лесли Гринбергом (Greenberg & Johnson, 1988). Терапию назвали фокусированной на эмоциях, чтобы подчеркнуть исключительную важность эмоциональных процессов в организации паттернов взаимодействия в паре и в ключевых аспектах внутреннего опыта партнеров по близким отношениям. За последние 20 лет подход сильно развился, усовершенствовался и стал признанной практикой в области супружеской терапии. Исследования доказывают эффективность ЭФТ: 70-73% пар после 10-12 сессий были полностью удовлетворены супружескими отношениями, значительные улучшения в супружеских отношениях были зафиксированы в 90% случаев (Johnson & Whiffen, 1999).

ЭФТ – интегративный подход, синтез гуманистической, основанной на переживании терапии и структурного направления системной семейной психотерапии. Теоретической базой ЭФТ служит теория привязанности Джона Боулби и его последователей. Сьюзан Джонсон предлагает следующий образ: «представьте, что вместе собрались Карл Рождерс, Сальвадор Минухин, Джон Боулби и обсуждают, как помочь пациенту, неудовлетворенному близкими отношениями. В результате такой беседы могла бы появиться ЭФТ» (Johnson, 2004).

ЭФТ дает четкие ответы на следующие вопросы:

- Какова природа взрослых любовных отношений?
- В чем причины супружеского дистресса, побуждающего людей обращаться за профессиональной помощью?
- Благодаря чему происходят изменения в терапии?
- На какие вербальные и невербальные аспекты поведения супругов нужно обращать внимание?
- Что делать с экстремальными эмоциями, переживаемыми супругами в кабинете психолога?
- Какие стратегии и интервенции использовать для того, чтобы помочь парам восстановить отношения?

ЭФТ – это клинический метод, опирающийся на хорошо разработанную объяснительную теорию, подтвержденную многочисленными исследованиями из различных областей психологии (психология развития, социальная психология, психология личности, нейробиология). Терапевт, практикующий ЭФТ, понимает, что ему делать, как делать, и зачем делать.

1. Системная семейная психотерапия

Люди обращаются к психологу за помощью, когда у них возникает какая-либо жизненная трудность, мешающая им, от которой они хотят избавиться, что-то изменить, еще говорят проблема, хотя проблема — это более сложно. Так вот, люди обращаются к психологу, и психолог помогает. Он это делает потому, что он обучен помогать в таких случаях, помогать людям в их жизненных трудностях и есть в широком смысле работа практического психолога. Есть разные формы помощи, но, как правило, это происходит в процессе консультаций (еще говорят терапевтических сессий) т.е. одной или нескольких встреч психолога с человеком.

Каждый психолог работает в рамках какого-либо подхода. Давно и много практикующие психологи вырабатывают свой подход, но все психологи сейчас обучаются в рамках какого-то определенного подхода, какого-то конкретного метода оказания психологической помощи. Этих методов много. Когда говорят об

этих методах, говорят о психотерапиях, гештальтпсихотерапия, когнитивно-поведенческая психотерапия, ориентированная на решение краткосрочная психотерапия и т.п. Таких психотерапий сейчас множество (несколько тысяч зарегистрированных). Даже, когда речь идет о единичной психологической консультации, психолог консультирует в контексте метода, которому обучался, говорят: «В терапевтической модальности». Метод, в котором обучался специалист, оказывает непосредственное влияние на то, что и как происходит в процессе консультаций (сессий).

Человек, обращающийся за помощью, сталкивается с выбором не только специалиста, но и метода, которым ему будет оказана помощь.

Рассмотрим одно из направлений психотерапии, системной семейной психотерапии (ССТ). Это не отдельный метод психотерапии, а целое направление, объединяющее вместе много методов. ССТ, что следует из названия, работает с семьями и семейными проблемами, но далеко не только с ними. ССТ работает так же и с отдельными людьми и любыми их жизненными сложностями. Человек воспринимается системным семейным терапевтом, как часть системы взаимодействующих друг с другом людей. Его жизненная трудность, с которой он обращается, воспринимается как симптом всей этой системы людей. Поэтому в названии этого направления присутствует слово «системная».

Система – это живой (постоянно меняющийся) организм, состоящий из конкретных людей, постоянно друг с другом взаимодействующих. Система так же взаимодействует с внешним миром, с другими людьми, не входящими в систему, подвергается воздействию внешних по отношению к ней факторов. Система стремится к сохранению своего состояния, сохранению

1. Бадхен А.А., Бадхен М.В., Зелинский С.М. (2007), Мастерство психологического консультирования, Санкт-Петербург, Речь
2. Боулби Дж. (2003). Привязанность, Москва, Гардарика
3. Изард К. (2002). Психология эмоций, Санкт-Петербург, Питер
4. Крейн У. (2002). Теории развития, Санкт-Петербург, прайм-ЕВРОЗНАК
5. Николс М., Шварц Р., (2004). Семейная терапия. Концепции и методы, Москва, ЭКСМО
6. Психология привязанности и ранних отношений: Тексты. (2005) Мельникова М.С. (Сост.), Ижевск: ERGO, 2005.
7. Роджерс К. (2008). Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в области практической работы, М, Психотерапия.
8. Экман П. (2010). Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь, Санкт-Петербург, Питер

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/69849>