

Програма Майстер курсу навчання Позитивної психотерапії

Частина 1

550 годин; 18 модулів, мінімальний термін 2 роки

- 330 годин теоретичних семінарів (11 модулів)
- 210 годин самопізнання, групового і/або індивідуального (7 модулів)
- 10 годин підготовка до екзамену

Звання і кваліфікація – Кандидат в Сертифікований Позитивний психотерапевт

Тренінг поглибить знання учасників про Позитивну психотерапію та інші методи і навчить застосовувати здобуті знання в професійному консультуванні та терапевтичних ситуаціях.

Іспит для МК Частина I

ЗНАННЯ ТА САМОРЕФЛЕКСІЯ

Письмове есе як відображення впливу тренінгу на самого себе (самопізнання): Опишіть свій розвиток у Позитивній психотерапії з саморефлексією, що ґрунтується на вивченні рекомендованої літератури з позитивної психотерапії (5 сторінок).

Усний колоквиум, заснований на письмовому есе, теоретичному питанні (2 питання для відповіді: з ППТ та із психіатрії).

ВМІННЯ ПРАЦЮВАТИ З КЛІЄНТОМ

Іспит з розгляду кейсу. Екзаменатор коротко описує кейс і просить випробуваного сформулювати, наприклад, діагноз симптому, актуальний, основний та внутрішній конфлікти; описати стратегію роботи, проблеми та ситуації на консультаціях, власні реакції та почуття, відгуки клієнтів). Кейси з психіатричними діагнозами (патологія) можуть бути від учасників чи тренерів.

Оцінюється 2 екзаменаторами: один може бути тренером з теорії, іншому ми рекомендуємо бути психіатром. Тренер із самопізнання не

може бути екзаменатором.

Сертифікат – Кандидат у Позитивні Психотерапевти

Частина 2

650 годин; мінімальна тривалість: 1 рік

- 500 годин практики з клієнтами (у приватній практиці, лікарнях тощо)
- 150 годин супервізії (групової чи індивідуальної)

Кожен модуль складається з 30 годин:

- 3 дні по 7 академічних годин (1 академічна година = 45 хвилин)
- Іспит для МК Частина 2
- 5 кейсів – 2 з них з тривалою терапією (більше 40-100 годин терапії) та 3 кейси зі середньо-/короткостроковим втручанням (20-40 сеансів)

СКЛАД ТА ПРОГРАМА МОДУЛІВ МАЙСТЕР КУРСУ ППТ:

Модуль 1: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Саморозкриття у рамках навчання ППТ докорінно відрізняється від особистої психотерапії та інших форм самопізнання

Є три теми, які відіграють центральну роль самопізнання:

1. Рефлексія та зміна особистих (у тому числі, біографічних) умов, необхідних для терапевтичного досвіду та дій.
2. Визнання значущих аспектів своїх переживань та дій у контексті терапевтичних стосунків.
3. Усвідомлення важливих аспектів переживань та дій у контексті особистого розвитку під час навчання.

Що таке навчальне саморозкриття (СР)?

1. Насамперед, навчальне СР має допомогти студентам (кандидатам, які проходять навчання) розвинути психодинамічну, психотерапевтичну ідентичність та здатність до саморефлексії.
2. Вони мають зіткнутися зі своїм центральним внутрішнім конфліктом та зі своєю структурою особистості.

3. Вони повинні випробувати на собі, як працює психотерапія та наскільки складною вона може бути.

Особисте проживання несвідомого – центральний аспект психодинамічного СР. Хоча навчальне СР і має справу з особистими проблемами, але це не особиста терапія.

Студент – не пацієнт, а майбутній колега та майбутній психотерапевт. Якщо у процесі навчального саморозкриття студент та/або його тренер виявляють, що є багато невирішених особистих питань, то студенту слід пройти індивідуальну терапію. Це також означає, що особиста терапія не може зараховуватися як навчальне саморозкриття.

Який зміст навчального саморозкриття?

- Саморозкриття має підготувати студентів до роботи з психотерапевтичними пацієнтами.
- Не повинно залишатися «сліпих зон», табуйованих тем чи несвідомого уникнення окремих тем у роботі з психотерапевтичними пацієнтами.

Головними кінцевими цілями навчального саморозкриття є розвиток таких характеристик особистості терапевта:

- Досвід психотерапевтичних інтервенцій, методів та технік, набутий у процесі роботи над власними конфліктними проблемами.
- Усвідомлене сприйняття та рефлексія власних афектів у таких темах, як агресія, гнів, влада, сексуальність, гроші, смерть, хвороба – з якими пізніше доведеться зіткнутися у терапії.
- Робота зі здатністю до інтроспекції та зі своїми «сліпими зонами» (наприклад, з переконаннями, з переносом).
- Рефлексія особистих вимог до терапевтичної роботи та несвідомих мотивів вибору професії та методу.
- Створення психотерапевтичної ідентичності з огляду на свої ресурси та обмеження (психічна гігієна).
- Поінформованість про етичну поведінку представника лікувальної професії.

Модуль 2: ПСИХОДИНАМІКА В ППТ

- Психодинамічна та психоаналітична терапія (Фрейд, Адлер, Юнг та розвиток їхніх шкіл) – різний образ людини в різних школах психотерапії, відмінності та спільні риси.
- Огляд того, як психодинаміку сприймають в різних школах та конкретний образ у ППТ.
- Теорія психічного апарату, мотивів, поведінки, відносин у психодинаміці, OPD.
- Теорія психосексуального розвитку в класичній психодинаміці та ППТ.
- Чотири виміри минулих прикладів як орієнтована на ресурси психодинамічна концептуалізація.
- Сфери конфліктної реакції та механізми захисту та компенсації.
- Конфліктна модель позитивної психотерапії: актуальний конфлікт, ключовий конфлікт, внутрішній конфлікт і базовий конфлікт з точки зору психодинамічного міркування.
- Механізми захисту та компенсації в психодинамічній теорії та ППТ.
- Позитивне трактування психоаналітичних термінів.
- Позитивна психотерапія як метамодель.

Модуль 3: ПСИХОДИНАМІЧНИЙ СЕТІНГ ТА ВЗАМОСТОСУНКИ В ППТ

- Чотири сфери взаємодії терапевта: терапевт і клієнт, колеги, культура, сімейні моделі, погляд на людство.
- Загальні фактори психотерапії.
- Терапевтична поведінка (налаштування, слухання, опитування, конотація, конфронтація, розповідь, тренування здібностей).
- Терапевтична відповідальність.
- П'ять можливостей терапевта в терапевтичному процесі та поведінці.
- Перенос та контрперенос та їх використання в діагностиці, терапії та консультації.
- Перенос та контрперенос в самопереживанні.
- Модель супервізії в ППТ. Представлення кейсу та зустрічний переказ.
- Етичні проблеми в психотерапії.

Модуль 4: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Модуль 5: ПСИХОДИНАМІЧНИЙ ПРОЦЕС В ППТ

- Три етапи взаємодії: потреби пацієнта на кожному етапі, втручання на кожному етапі.
- П'ять етапів стратегії управління психодинамікою в ППТ.
- Диференціаційний аналіз і диференціація змісту. WIPPF і DAI.
- Психодинамічні втручання в ППТ і розвиток первинних здібностей.
- Резистентність у терапії. Як це зрозуміти і використовувати в терапії.
- Методи дистанціювання/ спостереження; інвентаризація/ розуміння/ формулювання; стимуляція/ позитивна інтерпретація/ ситуаційне заохочення; вербалізація; розширення/ планування лікування; управління самодопомогою.

Модуль 6: ПЕРШЕ ІНТЕРВ'Ю В ФОРМАТІ ППТ

- Перше інтерв'ю в Позитивній психотерапії як терапевтичний засіб.
- Позитивний підхід у роботі зі змістом при першій співбесіді: позитивна функція розладів/захворювань/конфліктів.
- Навчання позитивному/транскультуральному погляду на розлади/конфлікти (використання мовних малюнків і висловів).

Етап 1. Спостереження. Чотири сфери здоров'я, енергії та реакції на конфлікт. Макротравмуючі ситуації та психосоматичні реакції. Таблиця самоспостереження.

Етап 2. Інвентаризація. Базова ситуація і модель для моделювання. DAI. Психодинамічне формулювання актуальних, ключових, базових і внутрішніх конфліктів.

Етап 3. Позитивна інтерпретація симптомів/ конфліктів як психодинамічне формулювання.

Етап 4. Вербалізація. Три сфери діагностики в ППТ (реакції/ симптоми/ відносини, внутрішні концепції та конфлікти, структура особистості). Вибір терапевтичної спрямованості.

Етап 5. Розширення цілей. Обговорення критеріїв прогресу в терапії та терапевтичного контракту. Оцінка діагнозу та ефективності проведеної терапії.

Модуль 7: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Модуль 8: ПЛАНУВАННЯ ТЕРАПІЇ ТА ІНТЕРВЕНЦІЙ В ППТ

- Чотири сфери збалансованого планування терапії та п'ять етапів стратегії.
- Зміст як предмет терапевтичного сеансу.
- П'ятиступінчаста стратегія планування подальших сесій.
- Зосередження цілей самодопомоги на змісті Актуальних і Базових конфліктів.
- Метафори, історії та гумор. Позитивні інтерпретації. Словесні малюнки. Лист до органа. Релаксація. Тренування органів. Гіпносугестивні втручання.
- Транскультуральні інструменти.
- Навчання вторинним актуальним здібностям і поведінковим втручанням.
- Психодраматичні втручання. Втручання, орієнтовані на тіло.

Модуль 9: ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ (ЧАСТИНА 1)

- Психопатологічні симптоми та синдроми. Класифікації.
- Психіатричні невідкладні стани.
- Розлади, пов'язані з тривогою або страхом. Кейс. Етіологія. Діагностика. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії. Терапевтичні підходи. Психофармакологія.
- Обсесивно-компульсивні або споріднені розлади. Кейс. Етіологія. Діагностика. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії. Терапевтичні підходи. Психофармакологія.

Модуль 10: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Модуль 11: ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ (ЧАСТИНА 2)

- Розлади настрою. Кейс. Діагностика. Етіологія. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії. Терапевтичні підходи.
- Статеві дисфункції. Кейс. Діагностика. Етіологія. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії.
- Спрямованість терапевтичного підходу.
- Розлади годування або харчування. Кейс. Етіологія. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії.

- Спрямованість терапевтичного підходу та стратегії.
- Розлади, спричинені вживанням психоактивних речовин або залежною поведінкою. Кейс. Діагностика. Етіологія. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії. Терапевтичні підходи.
- Психотичні розлади. Кейс. Діагностика. Етіологія. Інтерпретація ППТ і п'ять етапів стратегії. Терапевтичні підходи.

Модуль 12: ОСОБИСТІТЬ, ХАРАКТЕР І ТРАВМА

- Розлади особистості. Кейси. Діагностика. Етіологія.
- Позитивна інтерпретація.
- Теорія прихильності та ППТ.
- Структура особистості та особистісні здібності в ППТ.
- Фокус терапевтичного підходу та стратегії.
- Травма.

Модуль 13: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Модуль 14: САЛЮТОГЕНЕЗ, ПСИХОСОМАТИКА, РОЗЛАДИ, ПОВ'ЯЗАНІ ЗІ СТРЕСОМ

- Салютогенез: визначення нормального та ненормального, здоров'я та хвороби, благополуччя та розладу.
- Уявлення пацієнта про здоров'я та розлади. Транскультуральні аспекти здоров'я та розладів.
- Психосоматичні моделі: психофізіологія стресу та психосоматична дуга.
- Стійкість: чотири виміри факторів ризику, вразливості, життестійкості, фактори життестійкості.
- Розлади, пов'язані з тілесними стражданнями і тілесними переживаннями (психосоматичні). Кейси. Діагностика. Етіологія. Інтерпретація ППТ і п'ятиступінчаста стратегія. Терапевтичні підходи.
- Емоційне вигоряння. Життєвий баланс. Самодопомога.
- ПТСР та інші розлади, пов'язані зі стресом – позитивна інтерпретація, конфліктна реакція та п'ятиступінчаста стратегія. Терапевтичні підходи.
- Консультування, пов'язане з питаннями втрати. Як справлятися з проблемами смерті та втрати.

Модуль 15: МІЖСОБИСТІСНІ КОНФЛІКТИ. СІМЕЙНА ТА ТЕРАПІЯ ПОДРУЖНІХ ПАР

- Динаміка міжособистісних конфліктів.
- Роль терапевта в консультуванні подружніх пар, полегшенні конфлікту та сімейній терапії. Перенос і контрперенос в сімейній терапії.
- Транскультуральні аспекти сімей і транскультуральний підхід у сімейній терапії.
- Пацієнт як терапевт свого оточення. Сімейна терапія без партнера.
- Геніалогічне дерево сімейних концепцій.
- П'ять кроків для сімейної терапії.
- Психосоматичні та психотичні розлади в сім'ї. Носій симптому. Взаємодія із соціальним середовищем.
- Криза в сім'ї. Кризові інтервенції.
- Передшлюбне консультування. Пари в групах і групи для пар.
- Дитяча та підліткова психотерапія.

Модуль 16: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Модуль 17: ЗАСТОСУВАННЯ ПОЗИТИВНОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

- Позитивна групова терапія (сеттінг, стратегія, динамічне управління).
- Позитивне посередництво в конфлікті. Комунікативні техніки і правила медіації та розв'язання конфліктів.
- Сесії та тренінги культурної адаптації. Транскультуральна освіта лікарів та інших спеціалістів.
- Особисті ресурси.
- Застосування активного підходу самодопомоги.

Модуль 18: САМОПІЗНАННЯ/САМОРОЗКРИТТЯ

Після успішного проходження Майстер-курсу учасники отримують сертифікати: «Європейський сертифікований позитивний психотерапевт», виданий WAPP та «Європейський сертифікат з психотерапії», виданий EAP (за бажанням).