

Практическое задание

1. Перечислите методы поведенческой диагностики.

- 1) *Наблюдение за поведением в реальной жизни или приближенной к ней ролевых играх;*
- 2) *Диагностическая беседа – диагноз на основе самоотчета клиента;*
- 3) *Проективные тесты, личностные тесты, интервью с близкими, ролевая игра и т.д.*

2. Прочитайте стенограмму отрывка консультативной сессии.

Прокомментируйте с точки зрения когнитивно-поведенческого терапевта:

- 1) с какими иррациональными убеждениями столкнулась клиентка?
- 2) как терапевт помогает преодолеть ей дезадаптивные установки?

Какие приемы использует?

- 3) что бы вы добавили в процесс терапии?

Клиентка, молодая женщина, последние два с половиной года в декретном отпуске по уходу за ребенком. Обратилась в связи с тем, что приглашают на хорошую доходную работу, но ухаживать за двухлетней дочерью некому. Хорошая знакомая с педагогическим образованием и опытом работы в качестве няни соглашается помочь и быть с дочерью, пока мать находится на работе. Сомнения клиентки — выходить на работу и оставлять дочь с няней или ухаживать за ребенком самостоятельно и потерять перспективную работу — послужили причиной обращения к психотерапевту.

Клиентка: Я не могу нанять няню для ребенка. Я должна за ним ухаживать сама. Терапевт:

Почему?

К.: Что же я буду за мать такая, что у меня ребенок с чужим

человеком сидеть будет? Т.: Вы считаете это неправильным? К.:

Да. Мать должна сама ухаживать за ребенком. Т.: Вы в этом абсолютно

уверены? К.: Конечно уверена. Иначе и быть не должно. Т.: Через полгода заканчивается срок вашего декретного отпуска. Что вы намерены делать?

К.: Отдам дочь в ясли.

Т.: А что будете делать вы?

К.: Подыщу какую-нибудь работу. Буду работать и ухаживать за дочерью.

Т.: Тогда в чем сомнения? Вы видите перспективу, знаете, что намерены делать, откуда терзания по поводу поступившего от работодателя предложения?

К.: Нам очень пригодились бы те деньги, которые можно заработать на этой работе.

Т.: Я правильно понимаю, что с одной стороны — вам нужны деньги, с другой стороны — вы должны ухаживать за своей дочерью сами?

К.: Да. Точно так и есть.

Т.: Вы говорите, что должны сами ухаживать за дочерью. Поясните, почему именно так?

К.: Я же мать.

Т.: И что это обязывает вас саму все делать?

К.: Конечно.

Т.: Как вы намерены отдать ребенка в детский сад, ведь получается, что ею будут заниматься другие люди?

К.: Да. Я об этом как-то не задумывалась. Вы правы, вот вторая проблема.

Т.: Но хочется понять, почему вы должны ухаживать за ребенком и почему это нельзя доверить няне?

К.: Как это можно доверить постороннему человеку?

Т.: Я не предлагаю вам сейчас довериться кому-либо. Я прошу вас обосновать долженствование — «Мать должна сама ухаживать за ребенком».

К.: По-другому просто ненормально.

Т.: Почему нормально, что мать сама должна ухаживать?

К.: Я вас не понимаю.

Т.: У меня есть основания сомневаться в справедливости вашего заявления, что вы сами должны ухаживать за ребенком и никто другой. Вам, как и мне, хорошо известно, что во многих семьях для этих целей привлекается профессиональная няня. Может быть они не правы, что так поступают, и возможно правы вы. Но причины и основания для этой правоты мне не понятны. Попробуйте найти доказательства справедливости вашего утверждения.

К.: А-а-а... Поняла.

Т.: Хорошо. Каковы доказательства?

К.: Ребенок только в контакте с матерью может получить необходимую ему любовь. Мать всегда позаботится сначала о нем, а няня будет заботиться в первую очередь о себе. Ведь она работает, чтобы заработать денег.

Т.: Все?

К.: Мне кажется этого более чем достаточно.

Т.: Проанализируем первое доказательство. Сколько любви вашему ребенку надо?

К.: Ну, на такой вопрос трудно ответить.

Т.: Хорошо. Выражение любви — это время, которое тратится на данное чувство, сила проявления этого чувства или то и другое вместе?

К.: И время надо, и конечно от того, как это чувство выражается, тоже многое зависит.

Т.: Если вы не видели ребенка какое-то время, допустим, он спал, соответственно в это время он не получал вашу любовь, то при встрече с ним вы ее выражаете сильнее, чем в обычной обстановке?

К.: Да. Конечно.

Т.: Таким образом, более интенсивное выражение чувства может компенсировать, что вы не виделись какое-то время?

К.: Да, получается так.

Т.: Тогда, если бы вы устроились на работу, это не означало бы, что вы станете выражать меньше любви к ребенку, чем он сейчас получает ее в течение дня. Времени на выражение чувства у вас будет меньше, но дефицит можно компенсировать интенсивностью. Так? К.: Получается, что да?!

Т.: Перейдем ко второму пункту вашего доказательства — «Мать всегда позаботится сначала о нем, а няня в первую очередь будет заботиться о себе. Ведь она работает, чтобы заработать денег». К.: Да, так.

Т.: Няня получает деньги за заботу о ребенке или за что? К.: Ну конечно за заботу.

Т.: То есть ей выгодно заботиться о вашем ребенке? К.: Я как-то не задумывалась. По всей видимости так и есть. Т.: Тогда справедливо будет говорить, что няне выгодно заботиться о ребенке? К.: Нуда.

Т.: Как видно, оба ваши доказательства того, что именно мать должна заботиться о ребенке, опровергнуты?

К.: Н-да. Получается. Но я не могу сказать, что от этого стала способной оставить ребенка с няней. Тревожно все равно.

Т.: А с чем будет связана тревога? С тем, каково самочувствие ребенка, как о нем заботится няня или с тем, что вы ему вечером любви недодадите?

К.: Любви-то я понимаю, что дать смогу. Но вот, как он себя будет чувствовать с другим человеком?

Т.: Почему бы не поставить эксперимент и не понаблюдать за тем, как няня и ребенок будут общаться? В зависимости от того, как сложится их общение, вы сможете делать выводы.

К.: Да, попробовать стоит.

Далее терапевт и клиентка обсудили регламент эксперимента и разработали план, по которому этот эксперимент должен был

происходить. Однако на следующий день клиентка вновь засомневалась, стоит или нет ей оставлять ребенка чужому человеку (няне).