

Демонстрационный вариант и методические рекомендации
по направлению «Психология»

Профили:

«Консультативная психология. Персонология»

Время выполнения задания – 180 мин.

Предварительные критерии оценивания работ участников олимпиадных состязаний
Максимальный балл за работу – 100 баллов.

1 задание - 30 баллов;

2 задание - 40 баллов;

3 задание - 30 баллов.

I. СПЕЦИАЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Выберите и выполните только один из блоков заданий специальной части в соответствии с выбранной вами программой магистерской подготовки.

Вариант 1:

1. Прочитайте текст и на русском языке ответьте на следующие вопросы. На основании чего Frank и Frank рассматривают ожидания клиентов от терапии в качестве основного механизма психотерапевтического прогресса? Согласны ли Вы с такой оценкой? Какой вклад, на Ваш взгляд, первоначальные ожидания вносят в успех психотерапии? Опираясь на текст и Ваши знания по психологии, обоснуйте возможную пользу предоставления клиентам логических объяснений и обоснований лечения.

Most clients seek out and begin psychotherapy with some initial expectations in mind. Expectations for psychotherapy are defined as clients' beliefs about treatment, including outcome expectations regarding the likelihood of treatment success as well as treatment expectations regarding the roles and process of the therapeutic work (Constantino, Glass, Arnkoff, Ametrano, & Smith, 2011). Outcome expectations in particular are considered by many to be one of the primary mechanisms for client change (Frank & Frank, 1991; Greenberg, Constantino, & Bruce, 2006; Weinberg & Eig, 1999), explaining approximately 15% of the variance in treatment outcomes (Norcross & Lambert, 2011).

The role of outcome expectations as a mechanism of therapeutic change can be grounded in Jerome Frank's conceptual framework for psychotherapy (Frank & Frank, 1991). According to Frank and Frank (1991), clients seek out therapy in a state of demoralization, feeling powerless to change their situation or problems. Psychotherapy of any type then provides a confiding relationship, a healing setting, and a conceptual scheme of a set of procedures that can be used to solve the problems. If clients believe in the set of procedures as a cure (outcome expectations), they will be more likely to fully engage in the procedures. Taking action in this manner and seeing that a potential cure is available helps restore the client's perception of power and control over the problems, which in turn results in an increased general sense of well-being and hope for the future. This increased hope, well-being, and action then translates into reduced symptoms and improved life functioning (Howard, Lueger, Maling, & Martinovich, 1993). Thus, Frank and Frank place outcome expectations as the pivoting variable for change in psychotherapy. Although some would disagree with Frank and Frank's assertion that prognostic beliefs are the main mechanism of therapeutic progress, outcome expectations do seem to play an essential role in therapy. Regardless of the theoretical orientation, if clients do not have some general hope or belief that psychotherapy (or the specific treatment techniques) will work, they will not fully engage in the therapy process (or those techniques). Helping clients develop and maintain

appropriate prognostic expectations is thus an important clinical process that should be a goal of all therapists.

Interventions for Addressing Expectations

Efforts to address outcome expectations should occur throughout therapy and should focus on building clients' hopes in the treatment, their therapist, and themselves. The following five interventions can be used by therapists to help clients develop and maintain appropriate outcome expectations. Clinical examples are provided for each technique.

Presenting a Convincing Treatment Rationale

Most therapy approaches suggest that sometime during the initial phase of therapy the therapist should provide the client with a treatment rationale. The treatment rationale should include both a causal explanation for the problems and a description of how the specific techniques will help in overcoming those problems (Horvath, 1990; Ilardi & Craighead, 1994). A client who believes in the techniques will be more motivated to then engage in them. Therapists can provide a more convincing rationale by including details about what exactly should happen in the treatment (role induction) and by expressing their own confidence in the treatment.

Clinical example

Jason sought treatment from a behavior therapist for symptoms of depression. After conducting a thorough intake the therapist provides Jason with a conceptualization of his depression based on behavioral principles. The therapist then said:

“Depression is actually a very common problem that many people face. And because it is so common, a lot of research has gone into developing and refining treatments for it. One treatment that has repeatedly been found to be effective for depression is behavioral activation. Behavioral activation is...”

The therapist described behavioral activation and provided specific details about Jason's role in the treatment. The therapist then concluded the treatment rationale by saying:

“I mentioned earlier the research that has found behavioral activation to be effective. For example, one recent study found that 75% of their severely depressed clients showed significant decreases in symptoms and impairment with behavioral activation. In this study behavioral activation even outperformed medication. I personally have also seen this treatment work for a lot of people. Now the success of this treatment largely depends on how motivated and active you are in following the treatment guidelines that we just talked about and in doing your homework. It may not all be easy, but if you work hard at this treatment I think we have a really good chance of getting past this depression.”

Research findings

A number of studies have found evidence linking perceptions of treatment credibility to expectations and treatment outcomes. For example, using data from their oft-cited component analysis of cognitive-behavioral therapy, Addis and Jacobson (2000) found that perceived credibility of the assigned treatment condition was significantly correlated with homework compliance, early and mid-therapy improvements, and overall treatment outcomes. In an earlier review of the role of nonspecific factors in cognitive-behavioral therapy for depression, Ilardi and Craighead (1994) point out that many clients make gains before the start of the specific treatment techniques. They propose that belief in a treatment rationale is responsible for much of this early change. The existing research suggests that having a credible treatment rationale is not just important for cognitive-behavioral treatments. Hardy et al. (1995) found that initially their depressed clients rated cognitive-behavioral therapy as more credible than psychodynamic-interpersonal psychotherapy; however, after assignment to a treatment condition, the two therapies were rated as being equally credible by participants. They further found that perceived credibility was an even better predictor of improvement for psychodynamic-interpersonal psychotherapy than it was for cognitive-behavioral therapy.

2. Выберите один из приведенных ниже транскриптов сессии. Используя знания в области основ психологического консультирования и теорий личности, охарактеризуйте содержательные этапы беседы клиента и терапевта/супервизора.

Транскрипт 1.

К. Роджерс (далее – Р.). Хорошо. Ты готов?

Стив (далее – С.): Да.

Р.: Я не знаю, что побудило тебя вызваться в волонтеры. Почему *ты*, почему ты *тут*, но я буду рад услышать все, что у тебя на уме.

С.: Ну, мне предложили побыть волонтером, и я с радостью согласился. Я... мм, я хочу сделать *это* и это та возможность, которую я могу использовать, поэтому я здесь (Р: ок) Мм. И я себя чувствую достаточно напуганным и я еще не решил, о чем расскажу сейчас (Р: угу). Мм... я могу рассказать немного о том, что происходит в моей жизни. Это как раз то, что сейчас стоит на повестке дня, я полагаю... Ммм..

Р.: Но сейчас важно то, что ты немного напуган

С.: Да. (Р: угу). И я чувствую себя действительно выставленным на показ и застенчивым. (Р: угу). Но я так же чувствую... какая-то часть меня радуется тому, что я сижу тут, напротив вас, и говорю с вами (Р: угу)... Иии... меня немного отвлекают шумы позади меня, какой-то грохот. (Р: угу) И я не знаю, что это.

Р.: Я думаю, что это на улице и я не... В любом случае, давай попробуем проигнорировать их.

С.: Окей. Сейчас я уже не так взволнован, как минуту назад. (Р: угу). Хм, самой очевидной для меня вещью, о чем можно поговорить, является мой развод. Бумаги были заполнены весной, и я буду... и развод будет завершен осенью. Гм, и есть много проблем...И тут много материала, который всплывает на поверхность...(Р: угу). Гм... Я хожу в малую группу, которая для меня очень важна. И это очень хорошо для меня. (Р: угу). И... два дня назад я...эх...я проделал интенсивную работу в малой группе (Р: угу). Выпустил много боли (Р: угу). и говорил о том, что происходит со мной и получил удивительную поддержку (Р: угу). от моей группы (Р: угу). Сейчас я чувствую себя слегка... странно, потому что мне нужно повторять (Р: угу). то, о чем я уже говорил

Р.: Я не знаю, то ли это место, с которого нужно начать или нет, но как минимум это помогло тебе, как мне кажется (С: да!). Действительно проявились какие-то вещи. (С: да!) Угу.

С.: Мне грустно от того, что воркшоп закончится через 24 часа (Р: угу). Я чувствую уважение ко многим людям и так же некоторую боль, сожаление о том, что я не провел больше времени с некоторыми людьми. (Р: угу) Двойственное отношение. И сейчас я чувствую какую-то неуклюжесть, потому что, хотя моя задача говорить о чем-то и я не уверен (Р: угу) в том, что с этим делать (Р: угу), я боюсь принятия решения, которое будет не настоящим. (Р: угу) И получается, что часть меня хочет быть пассивной и ждать чего-то, что мне предложат (Р: угу) Мм...

Р.: Угу. Это затруднительное положение, потому что ты не хочешь придумывать проблемы, и если здесь о чем-то и пойдет разговор, то о реальных вещах.

С.: Угу. Это так. (Р: угу, угу) Я... подумал о некоторых вещах, которые я чувствовал в первый час-полтора твоего рассказа (Р: угу). И... меня увлекли некоторые вещи и примеры, что ты рассказывал. И это исходит из... какой-то части меня, которая неистово и глубоко хочет соединения, (Р: угу), мира (Р: угу), принятия (Р: угу) среди людей. И сейчас я не помню конкретных (Р: угу) историй или моментов.

Р.: Но то, что ты знаешь и вспоминаешь, то, что ты чувствуешь – это глубокий голод в тебе (С. Да.) по своего рода привязанности

С.: И это вызывает во мне воспоминания о том, как не хватало мне этой связи когда я был маленьким (Р:Угу). Я рос в доме, в котором все были очень милыми, хорошими, **официально** заботились друг о друге и **официально** не заботились о себе (Р: угу), где не

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

принимались фразы «Я хочу это., я чувствую то...», когда все вокруг потратили уйму времени на одного человека или, по крайней мере, предполагалось что они это сделали. И так же физического контакта (Р: угу) было совсем немного, так же не поощрялось делиться глубокими чувствами (Р: угу). Там было тепло, но это такого рода дистантная теплота. И жажда интимности, которая значит для меня очень много, по отношению к любому человеку, который мне ответит (Р: угу).

Р.: Эта слегка ложная забота в детстве, возможно, усилила ваш голод быть действительно близким. (С. Да.) И возможно... возможно, это зашло слишком далеко.

С.: Да. И вот причина того, что в моем браке я хотел близости и открытости намного больше, чем моя жена и она чувствовала себя, как при клаустрофобии (Р: Угу) и это было для нее слишком, она защищала свое уединенное пространство, что для меня было угрожающим, и однажды буквально вышвырнула меня оттуда.

Р.: И ты не хотел, чтобы она что-то скрывала от тебя?

С.: Да, это правда. Я... я... я хотел чтобы она делилась всем, что с ней происходит, со мной. Я чувствовал себя ненадежно/не безопасно. Я чувствовал себя незащищено если я не чувствовал такой же открытости (Р: Угу) от того человека (Р:Угу), с которым я близок. И... она... казалось... она, она чувствовала необходимость иметь место уединения, закрытое от меня. И постепенно стало известно, что у нее есть связь с другим. И я отчаялся сломать стену отчуждения (Р:Угу). С ее стороны... она чувствовала, что ей нечего больше дать мне.

Р.: И чем больше ты хотел полной открытости и честности (С: Это правда), тем больше она отдалялась.

С.: Это верно. И какая-то моя часть критикует меня за это, потому что один из принципов, которого я придерживаюсь, что людям нужно пространство для них самих (Р: Угу)... и не нужно выплескивать все наболевшее на сердце даже тому, с кем ты живешь бок о бок. Я понимаю, что мой голод по близости идет из моего прошлого (Р: Угу) словно путь облегчения ощущения ненадежности (Р: угу) и это трудно.

Р.: Таким образом (С:...для меня), рассуждая логически, это замечательно, что у нее есть частная жизнь, но на уровне чувств вы жаждете другого.

С.: Да. Ну или хотя бы достаточно для заверения (Р: угу, угу, угу, угу... ум..) (15 сек молчание). Часть меня критично относится к тому, что сейчас происходит, ко всем моим рассуждениям об интеллектуальных раскладах (Р: ум) и к тому факту, что я... я не плачу (Р: угу, угу), не выражаю эмоции интуитивным путем.

Р.: Таким образом, тебя беспокоит то, что ты можешь не оправдать ожидания (С: да) и насколько я понимаю, ты боишься не оправдать свои собственные ожидания.

С.: Да... я проецирую это на людей, которые тут.

Р.: Угу. Люди не будут хорошо думать о вас, пока вы не покажете настоящие эмоции.

С.: Я всегда говорил, что я очень интеллектуальный, (Р: угу) что я могу пользоваться пользоваться интеллектом. И я думаю, что это правда, что я пользуюсь разумом, чтобы дистанцироваться от чувств (Р: угу, угу) (8 секунд тишины). Я выздоравливающий алкоголик. Я был трезв на протяжении 12,5 лет (Р: угу). Алкоголь для меня был способом отпустить контроль и дать волю глубоким эмоциям (Р. Угу), что-то вроде катарсиса.

Р.: Это было ключ, который отпирал ваши чувства.

С.: Угу. (Р: угу) (16 секунд пауза). Я чувствую себя хорошо, сейчас я в порядке.

Р.: Звучит, как будто ты не столько обеспокоен ожиданиями, сколько ты прислушиваешься к своим ощущениям: «Хорошо (С: угу), я здесь» (С: угу)

С.: Ну... и так же я чувствую что мне нужно сделать что-то (Р: угу). И... я полагаю...(смеется)

Р.: Сделать что-то, для чего не нужно сидеть (смеется) (60 сек. пауза)

С.: Мммм..

Р.: (6 сек. молчание). Ты можешь пояснить это «Мммм»?

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

С.: Мм.. когда я сказал «Мммм», я смотрел в твои глаза и то, что я почувствовал, было... (16 сек. тишины) ... спокойствие. И я испытал сострадание, у меня было чувство (Р: Угу.), будто я становлюсь на твое место, и когда я это почувствовал (оно коснулось меня) это и было причиной того, что я сказал «Ммм».

Р.: Внезапно ты смог увидеть, как это воспринимаю я.

С.: Немного. (Р: Угу)

Р.: В этот момент во всяком случае. (С: Угу). Угу

С.: Когда я почувствовал эту связь и, и я чувствую ее сейчас снова, когда смотрю в твои глаза, я чувствую успокоение, в большем мире с собой (Р: Угу), доверяющим... (15 сек пауза) И у меня в голове мелькнула мысль: я выступаю на сцене? (Р: угу, угу). И я не знаю, и волнуюсь слегка об этом.

Р.: Но ты словно смотришь на себя со стороны и думаешь: «Я выступаю на сцене? Я не знаю» (С: угу). Угу. Угу. И часть тебя действительно в тебе, а часть тебя стоит здесь и смотрит на тебя.

С.: И я спрашиваю себя сейчас что, как бы я отреагировал (ответил) на этот (Р: угу) момент если бы кроме тебя и меня здесь никого не было (Р: угу, угу), только ты и я. (Р: угу, у, угу). Я не знаю.

Р.: То есть, возникает вопрос: если бы мы были одни, говорил бы я, делал бы я что-то другое, нежели я делаю сейчас

С.: Хм,хм. Я могу представить о чем бы примерно мы разговаривали. (Р: угу). Наверное, не так бы прислушивался к себе. И вот снова небольшой страх, как меня воспринимают здесь другие...

Р.: Угу. Это не только твоя критика по отношению к себе (самокритика), возможно, но и критикующие высказывания от других (С: угу)

С.: (12 секунд тишины) Не... я много размышляю (медитирую) (Р: угу)... и те размышления, к которым я прихожу... мой опыт открывает мне то, что происходит со мной внутри (Р: угу), и так же позволяет жить с моим беспокойством (Р: угу) и я (Р. Гм гул.) сейчас делаю примерно это (Р: угу)

Р.: То есть, ты задаешь себе вопрос: «Могу ли я подружиться с моей тревогой, беспокойством, страхом?» (С: Угу). Угу.

С.: И это позволяет мне быть открытым. Я открыт, я настоящий. И сейчас у меня нет темы, о которой мог бы говорить. Но я думаю, что у меня она должна быть (Р: Угу)

Р.: Но честная часть тебя говорит «У меня действительно нет темы для разговора, у меня нет того, о чем мне надо поговорить».

С.: На данный момент – нет

Р.: Да, на данный момент.

С.: А сейчас я неожиданно представил себя через полчаса после нашего разговора (Р: угу), когда я буду ругать себя (Р: угу): «У меня была возможность поговорить, так почему же, я не сказал об этом, в конце концов?»

Р.: Угу, угу. То есть, даже там ты критично к себе относишься. (С: смеется) (Р: смеется) (аудитория смеется) (С: Да) (Р: смеется).

С.: И я представил еще кое-что. Через несколько часов после нашей беседы я буду читать лекции в колледже. На факультете этого колледжа есть мужчина, влиятельный мужчина, который опубликовал серьезный труд и который враждебно ко мне относится, писал несколько критических замечаний и писем обо мне факультету (Р: угу). Так же в публикациях выставил меня дураком и представителем всего плохого в американском образовании (Р: угу). Ирония заключается в том, что этот человек имеет внешнее сходство с тобой.

Р.: Я понял (смеется).

С.: И у меня странное ощущение двойственности происходящего (Р: угу) от схожести ваших лиц (Р: угу), потому что все остальное в вас диаметрально противоположно (Р: угу)

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

- Р.: Но, тем не менее, в некотором отношении для тебя я – символ враждебного, критически настроенного человека
- С.:(смеется) Очень дико слышать это от тебя.
- Р.: Хм. Это звучит как реальность.
- С.: Ааа.. я хотел сказать, я не знаю. Ты знаешь, я сидел рядом, пока ты говорил (Р: угу) и я понял что я видел это (Р: угу) в тот момент (угу, хм) и...(вздыхает) я предполагаю, что то, что я говорю, отвечаю тебе и нахожусь с тобой находится под влиянием этой ассоциации (Р: хм, хм) . Я не знаю насколько происходящее здесь связано с этим.
- Р.: Хм. Не уверен насколько это важно, но ты знаешь, что (С: хм) он и я в какой-то степени смешиваемся в этой ситуации.
- С.: У вас физическое сходство. (Р: хм, угу). и сейчас я представляю себя в колледже, что я разговариваю с ним как с тобой (Р: угу, хм). И задаюсь вопросом, как бы это выглядело.
- Р.: Как бы это выглядело если бы ты был сам собой с ним?
- С.: Такое чувство, будто открываешься дьяволу. (Угу, угу)
- Р.: Ты, возможно, делаешь себя уязвимым для очень злых вещей.
- С.: Хм, хм. Я, у меня не было никакой надобности взаимодействовать с ним и он в другом отделе работает (Р: угу).Он отдалял от себя очень многих других (Р: угу) из-за своей враждебности и я думаю, что нет никакой пользы сближаться с ним, но тем не менее, я не знаю.
- Р.: Конечно, в этом нет необходимости и тем более, если ты не уверен. (С: угу)
- С.: Конечно, я чувствую неразрешенность, связанную с ним (Р: угу, угу, хм, угу, хм). Я решил не связываться с ним. Один из моих друзей сказал: «Не трогай скунса – он вонять не будет» (Р: угу, угу, угу) (аудитория смеется). Иииии... он, он сказал мне, он вызывал меня на дебаты, я пригласил его в свой класс, поговорить со студентами. Он сказал: «это словно играть в пинг-понг зефиром». Мяч никогда не отскочит. Я думаю, что какая-то часть меня боится оказаться этим зефиром (Р: а! угу, угу, угу)
- Р.: Я действительно тряпка, как он и говорит, так?
- С.: Действительно что...?
- Р.: Тряпка. Или... (С: да, тряпка) зефир, мягкий (С: ох).
- С.: Кто-то назвал меня «побитая кошка»/ «подкаблучник». И эти слова мне совсем не нравятся.
- Р. Это действительно неприятно.
- С.: Это обидно... я чувствую эту агрессию к женщинам и ко мне тоже. И часть меня задается вопросом, есть ли в этом обвинении доля правды (Р: угу). Моя жена очень сильный человек (Р: угу). Она очень стойкая, может со многим справиться, именно поэтому я ее и выбрал. Она... когда-нибудь она может стать президентом колледжа. И она справится с этой должностью. И с ней я чувствовал, что я не успеваю за ней. Как говорит мой сын: «она – энергичный и удачливый человек/предприимчива» (Р: угу), а я больше домосед (Р: Угу, угу).
- Р.: И поэтому ты задаешь себе вопрос «Есть ли во мне хоть доля той побитой кошки?» / подкаблучника.
- С.: Хм, я спрашивал себя об этом. И я думаю, правда в том, что я боюсь женщин, острых на язык (Р: угу). У меня есть две старшие сестры и одна из них очень сильно меня контролировала и подавляла. Я никогда не слышал от нее... И я нашел способ находиться с ней – умиротворять ее (Р: угу). И я ношу это в себе до сих пор (Р: Угу). Не только с женщинами, которые остряют или злятся, но и с мужчинами.
- Р.: То есть, когда ты встречаешься со злобой, не важно, мужской или женской, ты пытаешься ее унять по мере возможности.
- С.: Уйти, унять (Угу) иногда ответить агрессией (12 секунд тишины). Так же важен для меня страх потери сексуальной близости (Р: угу, угу). с моей женой ощущение присутствия интимности или ее любви было очень сильно связано с тем, доступна ли она сексуально. И если она не хотела заниматься со мной любовью, то я оценивал это как

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

выражение ее чувств по отношению ко мне как к человеку. (Р: угу, угу). И в итоге получалось, что она чувствовала давление от меня заниматься сексом, когда она не хотела этого (Р: угу, угу) и это было причиной нашего расставания.

Р.: Но у тебя есть склонность чувствовать себя отвергнутым, словно навязчивым, если сексуальный аспект не взаимный (С: угу, угу). Угу.

С.: И я часто чувствую, что если бы она относилась ко мне враждебно по другим причинам, то это косвенно отразилось бы (Р: угу) в ее привязанности или сексуальности.

Р.: Угу, угу. Что ж, если она не хочет заниматься любовью, она может быть разгневана на Вас за что-то совсем другое.

С.: Иногда я чувствовал, что это мой собственный вздор. Иногда я чувствовал что это ей (Р. Угу) все равно (Р. Угу. Угу). Я до сих пор прокручиваю «подкаблучник» (Р. Угу, угу.) глубоко в моих мыслях. (Р. Угу.)

Р.: Это слово действительно становится для Вас в некотором роде таким, что его (С. Угу.) необходимо постоянно прокручивать в голове.

С.: Я чувствую себя... немного измененным в... что-то вроде... ощущение неуважения или (Р. Угу.) неуважение – неправильное слово, ощущение отвращения или (6 секунд молчания) (Р. Угу.) защиты.

Р.: Угу, угу. Это слово («побитая кошка»/«подкаблучник») или, возможно, это обвинение действительно заставляет Вас чувствовать себя оскорбленным.

С.: Я считаю оскорбительным... я считаю оскорбительными эти обвинения, признание того, что я обременяю сам себя, и мое стремление успокаивать других... (Р. Угу.) женщин в моей жизни. (Р. Угу, угу, угу.)

Р.: Ваше высказывание о том, что сложно видеть в самом себе, но Вы чувствуете всего лишь: «Да, я успокаиваю женщин, когда они раздражены или язвительны и т.п.»

С.: Да. И я соприкасаюсь сейчас с моими собственными устремлениями и с моей собственной мужественностью, (Р. Угу.) и моей силой как... не просто как личности, как мужчины. (Р. Угу, угу.) И я пугаюсь этого, потому что мое мировоззрение, мои убеждения хотели бы подтверждения того, что я личность (индивидуален) как главной ценности для меня (Р. У.) или для других, (Р. У.) для женщин, (Р. Угу.) и...

Р.: Таким образом, это не совсем приемлемо чувствовать «Я мужчина, я мужественный, я сильный».

С.: Именно так! (Р. Угу. У.) И, и эти чувства... как будто они все происходят из моего страха, что женщины причинят мне боль, но также из моего стремления к справедливости и равенству (Р. Угу, угу.) и (Р. Угу.)...

Р.: И это стремление к равенству делает не совсем правильными эти чувства (С. Угу.) о силе (С. Угу.) и маскулинности (С. Угу.) угу, угу. Я должен сознаться кое в чем. Я совершенно забыл попросить кого-то засечь время, я понятия не имею, превысили ли мы его. Может кто-нибудь сказать мне?

С.: Сейчас одиннадцать двадцать пять.

Р.: Давайте еще... две или три минуты. Если Вы хотите.

С.: Хорошо.

(шесть секунд тишины) (вздых) Я хочу сказать кое-что о феминизме и я, ммм... И я... я боюсь это делать (Р. Угу.), потому что там очень много всего (Р. Угу.), а у нас не так много времени. (Р. Угу.) Я просто хочу сказать, что я хочу считать себя феминистом. Я понимаю, я говорю это не только вам, но и людям, которые слушают меня (Р. Угу.) То есть...

Р.: Угу, угу. Кажется, что недостаточно времени, чтобы сказать это.

С.: Мм... мм... Я испытываю соблазн поговорить о политике, идеологии, ценностях. (Р. Я вижу, угу.) И я, я останавливаю себя в этом. (Р. Угу.) Я не думаю, что я хочу делать это сейчас (Р. Угу, угу, угу.) Я понимаю, что это из-за страха быть неправильно понятным (Р. Угу, хорошо), страха (Р. Угу.), что слова, которые я говорю, будут восприняты не так (Р. Угу.) То есть я просто собираюсь... жить с этим.

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

Р.: Сказать это необходимо для профилактики.

С.: И я просто хочу отпустить это (Р. Угу.) и не цепляться за это. (Р. Угу.) Но то, что я утверждаю прямо сейчас и моя связанность с этим – это мое желание ... чувствовать себя более полноценным как мужчина, и не извиняться за это.

Р.: Хорошо, угу, угу. Я слышу, что вы говорите: «Я хочу, чтобы они знали, что я – феминист, но также я хочу быть свободным, чувствовать себя сильным мужчиной. (С. Да, угу.) Я придаю большое значение равенству, но также я придаю большое значение моему собственному устремлению».

С.: Да, и... и то, как вы выразились по этому поводу, и положение ваших рук, меня сконфузили сами по себе (Р. Хорошо!), потому что я чувствую себя... это так, но (Р. Угу.) для меня, я чувствую, более важно мое влечение к равенству, чем остальное (Р. Хорошо! Хорошо! Хорошо! Угу.).

Р.: Что ж, может быть это «и»: «Я придаю большое значение равенству и я силен сам по себе. (С. Угу.) Я сильный и мужественный, мужчина».

С.: Я чувствую, Я чувствую, что это подтверждение моих человеческих качеств. (Р. Угу, угу, угу. Угу.) (громко плачет).

Р.: Таким образом, вы говорите, что «Я сильный человек. И я хочу подтвердить это для себя и других».

С.: Я сильный мужчина и я утверждаю свои личностные черты, гуманность или равенство. Это ранит, боль других людей ранит меня. (Р. Угу, угу.) (плачет) (Р. Угу. Угу.)

Р.: (девять секунд тишины) И Вы быстро сдерживаете такие порывы, которые представляются вам болезненными и они выглядят почти как смех.

С.: Кто-то сказал это в моей группе: «Твой плач звучит как смех». (Р. Угу.) Я не знаю, что это значит. (Р. Угу) (тринадцать секунд тишины) (делает глубокий вдох) Я дрожу.

Р.: В этом моменте есть что-то очень эмоциональное. (С. Кивает в знак согласия)

С.: (десять секунд тишины) (делает глубокий вдох, плачет громко со всхлипываниями).

Р.: Вы пресекаете эти порывы боли очень быстро.

С.: А?

Р.: Вы пресекаете их очень быстро.

С.: Три минуты истекли (смеется) (делает глубокий вдох, плачет громко со всхлипываниями).

Р.: (девять секунд тишины) Кажется, как будто эти звуки вырываются из очень глубокой части (С. Кивает в знак согласия).

С.: (плачет) Ну, образы, которые приходят на ум, которые... из которых происходит плач – это образы из того, что вы сказали о Южной Африке, а также... страдания разделения, и ран и боли. (Р. мм...)

Р.: (восемь секунд тишины) И это что-то затронуло в Вас. (С. Ммм...) Ммм...

С.: (десять секунд тишины) (делает два глубоких вдоха) Это... Это моя собственная разделенность, мои собственные страдания, (Р. Угу.) моя собственная боль (Р. Угу.). Я полагаю (Р. Угу.), с тех пор, как я был ребенком (Р. Угу) и сейчас (Р. угу.), я не знаю. (Р. Угу.)

Р.: Это вырывается почти произвольно (С. Кивает в знак согласия) угу. Ммм... Это время кажется весьма странным для остановки, но это нормально для Вас? (с. Угу, кивает в знак согласия). Хорошо. Ммм... (вздыхает) После того, как Вы посидите некоторое время, может быть Вы будете готовы чувствовать, расскажете группе, как это видится Вами (как Вы воспринимаете, что Вы чувствуете), и тогда я скажу, как это видится мне. И тогда, если мы захотим, мы можем позволить им принять участие в обсуждении.

С.: Я буду очень рад поступить так. Это звучит очень хорошо и значимо для меня. Я чувствую Ваше принятие, Вашу откровенность, Вы до... вы доверяете мне. Я доверяю людям, которые сидят здесь и слушают. Я верю, что Вы сейчас с тем, что я делаю (Вы сейчас со мной). Я особенно осознаю, что здесь (в этой ситуации) есть больше для меня о том, что делать со всей этой наполненностью материалом, (Р. Угу.) и я не закончил. (Р.

Угу.). Как думается, я могу сказать здесь больше, но я не могу. Я не знаю, что может сейчас быть верным.

Транскрипт 2.

На супервизии молодая тренер жаловалась на хамство подростка 16 лет, который мог в откровенно грубой форме отказаться от выполнения задания, привлекая при этом к себе внимание всей группы. В ходе исследования биографии и особенностей жизни подростка выяснилось, что в семье воспитанию ребенка уделяется мало внимания, а при этом 16-летний юноша не первый год профессионально занимается танцами и вносит существенный вклад в бюджет семьи.

Супервизор (С): То есть, по сути, Саша – совершенно взрослый и финансово независимый от родителей человек. Этим он сильно отличается от стальных ребят в группе?

Тренер (Т): Да, остальные еще совсем дети.

С: И у него, наверное, совсем другие интересы?

Т: Это точно. У него взрослая жизнь – девушки, компании...

С: На что направлен Ваш тренинг? Какие из тех заданий, которые Вы даете на тренинге, могли бы заинтересовать такого не по годам взрослого парня?

Т: Тренинг посвящен улучшению отношений в классе. Даже не знаю, что может быть интересно Саше. У него в классе почти нет друзей, потому что все остальные действительно еще дети.

С: Тогда получается, что для него цель тренинга не актуальна, а уровень заданий не соответствует его психологическому возрасту. Представьте себя на его месте. Вам 16 лет, у Вас уже есть профессия, Вы не только зарабатываете, но даже можете существенно помогать семье, отношения с которой не очень благополучные. Вы приходите на тренинг к психологу, где одноклассники играют в детские, на Ваш взгляд, игры... и что Вы чувствуете? Как Вам в этой ситуации?

Т: Вообще это должно ужасно раздражать – занимаются какими-то глупостями, Какая-то «тесная» ситуация получается.

С: И что хочется сделать в такой ситуации?

Т: Протестовать, конечно. Прямо вижу, как он пытается сдерживаться, чтобы не выложить мне напрямую все, что думает о занятиях.

С: Как Вы думаете, в связи с чем возникает такой протест?

Т: Как будто бы его насильно загоняют в тесные рамки.

С: И он чувствует себя зажатым, ограниченным? Это он пытается показать Вам?

Т: Скорее всего.

С: Но на занятия он ходит. Значит, какой-то смысл для него в этом все-таки есть? Его поведение в отношении группы и заданий – о чем оно может говорить?

Т: Он все время пытается «выпендриться», показать себя и дать всем понять, что занятия – просто ерунда.

С: «Дать всем понять» - как Вы думаете, для него важно, чтобы остальная группа и тренер видели, что он другой, не такой, как они, что он – взрослый? Может быть, это и есть его личная цель, ради которой он приходит на занятия?

Т: Я на его месте очень бы этого хотела.

С: Как Вы могли бы сформулировать эту неосознаваемую цель, если бы у Вас в 16 лет была «взрослая» жизнь?

Т: Показать свое превосходство.

С: А если мы посмотрим как взрослые люди на 16-летнего подростка, который заплатил своим беззаботным детством за такие социальные достижения, как заработок и успех в профессии, какое чувство у Вас возникает в отношении Саши?

Т: Очень большое уважение.

С: С чем оно связано?

Т: Он мог стать обычным дворовым хулиганом, а вместо этого он постоянно ходит на тренировки, не жалеет денег на семью, хотя вообще мог бы уйти из дома. Он использует свои возможности полностью, вместо того чтобы выбрать самый легкий путь и скатиться вниз.

С: То есть он действительно заслуживает того, чтобы его взрослость и его отличие от одноклассников было оценено по достоинству?

Т: Да, он действительно это заслужил.

С: Какую справедливую оценку можно теперь дать Саше?

Т: Сильный человек. Ему в тренинге особые задачи нужны.

3. Опираясь на известные Вам общепсихологические теории и теории личности, раскройте смысл следующего высказывания: «Каждая жизнь - множество дней, чередой один за другим. Мы бредем сквозь самих себя, встречая разбойников, призраков, великанов, стариков, юношей, жен, вдов, братьев по духу, но всякий раз встречая самих себя» (Джеймс Джойс).

Вариант 2:

1. Прочитайте текст и на русском языке ответьте на следующие вопросы. На основании чего Frank и Frank рассматривают ожидания клиентов от терапии в качестве основного механизма психотерапевтического прогресса? Согласны ли Вы с такой оценкой? Какой вклад, на Ваш взгляд, первоначальные ожидания вносят в успех психотерапии? Опираясь на текст и Ваши знания по психологии, обоснуйте возможную пользу интервенций, направленных на укрепление веры консультируемых в психотерапевтов.

Most clients seek out and begin psychotherapy with some initial expectations in mind. Expectations for psychotherapy are defined as clients' beliefs about treatment, including outcome expectations regarding the likelihood of treatment success as well as treatment expectations regarding the roles and process of the therapeutic work (Constantino, Glass, Arnkoff, Ametrano, & Smith, 2011). Outcome expectations in particular are considered by many to be one of the primary mechanisms for client change (Frank & Frank, 1991; Greenberg, Constantino, & Bruce, 2006; Weinberg & Eig, 1999), explaining approximately 15% of the variance in treatment outcomes (Norcross & Lambert, 2011).

The role of outcome expectations as a mechanism of therapeutic change can be grounded in Jerome Frank's conceptual framework for psychotherapy (Frank & Frank, 1991). According to Frank and Frank (1991), clients seek out therapy in a state of demoralization, feeling powerless to change their situation or problems. Psychotherapy of any type then provides a confiding relationship, a healing setting, and a conceptual scheme of a set of procedures that can be used to solve the problems. If clients believe in the set of procedures as a cure (outcome expectations), they will be more likely to fully engage in the procedures. Taking action in this manner and seeing that a potential cure is available helps restore the client's perception of power and control over the problems, which in turn results in an increased general sense of well-being and hope for the future. This increased hope, well-being, and action then translates into reduced symptoms and improved life functioning (Howard, Lueger, Maling, & Martinovich, 1993). Thus, Frank and Frank place outcome expectations as the pivoting variable for change in psychotherapy. Although some would disagree with Frank and Frank's assertion that prognostic beliefs are the main mechanism of therapeutic progress, outcome expectations do seem to play an essential role in therapy. Regardless of the theoretical orientation, if clients do not have some general hope or belief that psychotherapy (or the specific treatment techniques) will work, they will not fully engage in the therapy process (or those techniques). Helping clients develop and maintain appropriate prognostic expectations is thus an important clinical process that should be a goal of all therapists.

Interventions for Addressing Expectations

Efforts to address outcome expectations should occur throughout therapy and should focus on building clients' hopes in the treatment, their therapist, and themselves. The following five interventions can be used by therapists to help clients develop and maintain appropriate outcome expectations. Clinical examples are provided for each technique.

Increasing the Client's Faith in the Therapist

In addition to believing in the treatment, it is important for clients to believe in their therapist's ability to be a helping agent (Hoyt, 1996; Strong, 1968; Swift, Greenberg, Whipple, & Kominiak, 2012). Not only is it important for clients to know that their therapist is someone they can trust and that their therapist will understand them, they also need to know that their therapist has skills and competencies in treating their particular type of problems. More than half a century ago, Strong (1968) suggested that therapists can be perceived as more credible when they are perceived as being an expert (influenced by reputational cues and psychological knowledge), attractive (influenced by similarity in background and appearance), and trustworthy (influenced by genuineness, warmth, and empathy). More recently, in a meta-analytic review, Hoyt (1996) found credibility ratings to be influenced significantly by reputational (e.g., framed diploma), verbal (e.g., use of psychological jargon), and nonverbal (e.g., attentiveness, organization, posture) cues of the therapist.

Clinical example

Sam sought treatment for panic disorder. Part way through the initial visit, he asked the therapist whether he had ever treated anyone with a panic disorder before. The therapist responded by saying:

"It sounds like you have some worries about whether or not these panic attacks will ever go away and more specifically, about whether or not I will be able to help you. I know what you are experiencing can be pretty scary and it sounds like you want to make sure you are getting the best help possible. There are a number of therapists out there, so let me tell you a little about myself. I graduated with my doctorate in clinical psychology just over 2 years ago. Since graduating I have actually focused most of my practice on helping people with anxiety problems, both individually and in groups. Many of my clients experience panic attacks, some infrequently and some on a daily basis just like you. I have seen a lot of success in helping these clients get to the point where panic attacks are no longer a problem for them. I don't want to take all the credit for that success though. I see therapy as a collaborative process. You are the expert in your experiences and problems and, based on my training and clinical experience, I have expertise in treating these types of problems. If you are willing to give it a try, I am willing to also work my hardest to help you overcome your panic attacks."

Research findings

Hoyt's (1996) meta-analysis also examined the relationship between therapist credibility and treatment outcomes. The results from that meta-analysis indicated a strong relationship between credibility and client satisfaction ($d = 1.33$), a moderate relationship with attitude change ($d = 0.69$), and a slightly smaller relationship with behavior change ($d = .41$). Similarly, in a more recent interesting study that included ratings from 32 clients, Goates-Jones and Hill (2008) found that perceived therapist credibility explained roughly 60% of the variance in client-rated outcomes, 25% of the variance in therapist-rated outcomes, and 22% of the variance of target problem change after a single session of therapy.

2. Выберите один из приведенных ниже транскриптов сессии. Используя знания в области основ психологического консультирования и теорий личности, охарактеризуйте тактику психотерапевта/супервизора и его интервенции.

Транскрипт 1.

К. Роджерс (далее – Р.). Хорошо. Ты готов?

Стив (далее – С.): Да.

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

Р.: Я не знаю, что побудило тебя вызваться в волонтеры. Почему *ты*, почему ты *тут*, но я буду рад услышать все, что у тебя на уме.

С.: Ну, мне предложили побыть волонтером, и я с радостью согласился. Я... мм, я хочу сделать *это* и это та возможность, которую я могу использовать, поэтому я здесь (Р: ок) Мм. И я себя чувствую достаточно напуганным и я еще не решил, о чем расскажу сейчас (Р: угу). Мм... я могу рассказать немного о том, что происходит в моей **жизни**. Это как раз то, что сейчас стоит на повестке дня, я полагаю... Ммм..

Р.: Но сейчас важно то, что ты немного напуган

С.: Да. (Р: угу). И я чувствую себя действительно выставленным на показ и застенчивым. (Р: угу). Но я так же чувствую... какая-то часть меня радуется тому, что я сижу тут, напротив вас, и говорю с вами (Р: угу)... Иии... меня немного отвлекают шумы позади меня, какой-то грохот. (Р: угу) И я не знаю, что это.

Р.: Я думаю, что это на улице и я не... В любом случае, давай попробуем проигнорировать их.

С.: Окей. Сейчас я уже не так взволнован, как минуту назад. (Р: угу). Хм, самой очевидной для меня вещью, о чем можно поговорить, является мой развод. Бумаги были заполнены весной, и я буду... и развод будет завершен осенью. Гм, и есть много проблем...И тут много материала, который всплывает на поверхность...(Р: угу). Гм... Я хожу в малую группу, которая для меня очень важна. И это очень хорошо для меня. (Р: угу). И... два дня назад я...эх...я проделал интенсивную работу в малой группе (Р: угу). Выпустил много боли (Р: угу). и говорил о том, что происходит со мной и получил удивительную поддержку (Р: угу). от моей группы (Р: угу). Сейчас я чувствую себя слегка... странно, потому что мне нужно повторять (Р: угу). то, о чем я уже говорил

Р.: Я не знаю, то ли это место, с которого нужно начать или нет, но как минимум это помогло тебе, как мне кажется (С: да!). Действительно проявились какие-то вещи. (С: да!) Угу.

С.: Мне грустно от того, что воркшоп закончится через 24 часа (Р: угу). Я чувствую уважение ко многим людям и так же некоторую боль, сожаление о том, что я не провел больше времени с некоторыми людьми. (Р: угу) Двойственное отношение. И сейчас я чувствую какую-то неуклюжесть, потому что, хотя моя задача говорить о чем-то и я не уверен (Р: угу) в том, что с этим делать (Р: угу), я боюсь принятия решения, которое будет не настоящим. (Р: угу) И получается, что часть меня хочет быть пассивной и ждать чего-то, что мне предложат (Р: угу) Мм...

Р.: Угу. Это затруднительное положение, потому что ты не хочешь придумывать проблемы, и если здесь о чем-то и пойдет разговор, то о реальных вещах.

С.: Угу. Это так. (Р: угу, угу) Я... подумал о некоторых вещах, которые я чувствовал в первый час-полтора твоего рассказа (Р: угу). И... меня увлекли некоторые вещи и примеры, что ты рассказывал. И это исходит из... какой-то части меня, которая неистово и глубоко хочет соединения, (Р: угу), мира (Р: угу), принятия (Р: угу) среди людей. И сейчас я не помню конкретных (Р: угу) историй или моментов.

Р.: Но то, что ты знаешь и вспоминаешь, то, что ты чувствуешь – это глубокий голод в тебе (С. Да.) по своего рода привязанности

С.: И это вызывает во мне воспоминания о том, как не хватало мне этой связи когда я был маленьким (Р:Угу). Я рос в доме, в котором все были очень милыми, хорошими, **официально** заботились друг о друге и официально не заботились о себе (Р: угу), где не принимались фразы «Я хочу это..., я чувствую то...», когда все вокруг потратили уйму времени на одного человека или, по крайней мере, предполагалось что они это сделали. И так же физического контакта (Р: угу) было совсем немного, так же не поощрялось делиться глубокими чувствами (Р: угу). Там было тепло, но это такого рода дистантная теплота. И жажда интимности, которая значит для меня очень много, по отношению к любому человеку, который мне ответит (Р: угу).

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

- Р.: Эта слегка ложная забота в детстве, возможно, усилила ваш голод быть действительно близким. (С. Да.) И возможно... возможно, это зашло слишком далеко.
- С.: Да. И вот причина того, что в моем браке я хотел близости и открытости намного больше, чем моя жена и она чувствовала себя, как при клаустрофобии (Р: Угу) и это было для нее слишком, она защищала свое уединенное пространство, что для меня было угрожающим, и однажды буквально вышвырнула меня оттуда.
- Р.: И ты не хотел, чтобы она что-то скрывала от тебя?
- С.: Да, это правда. Я... я... я хотел чтобы она делилась всем, что с ней происходит, со мной. Я чувствовал себя ненадежно/не безопасно. Я чувствовал себя незащищено если я не чувствовал такой же открытости (Р: Угу) от того человека (Р:Угу), с которым я близок. И... она... казалось... она, она чувствовала необходимость иметь место уединения, закрытое от меня. И постепенно стало известно, что у нее есть связь с другим. И я отчаялся сломать стену отчуждения (Р:Угу). С ее стороны... она чувствовала, что ей нечего больше дать мне.
- Р.: И чем больше ты хотел полной открытости и честности (С: Это правда), тем больше она отдалялась.
- С.: Это верно. И какая-то моя часть критикует меня за это, потому что один из принципов, которого я придерживаюсь, что людям нужно пространство для них самих (Р: Угу)... и не нужно выплескивать все наболевшее на сердце даже тому, с кем ты живешь бок о бок. Я понимаю, что мой голод по близости идет из моего прошлого (Р: Угу) словно путь облегчения ощущения ненадежности (Р: угу) и это трудно.
- Р.: Таким образом (С:...для меня), рассуждая логически, это замечательно, что у нее есть частная жизнь, но на уровне чувств вы жаждете другого.
- С.: Да. Ну или хотя бы достаточно для заверения (Р: угу, угу , угу, угу... ум..) (15 сек молчание). Часть меня критично относится к тому, что сейчас происходит, ко всем моим рассуждениям об интеллектуальных раскладах (Р: ум) и к тому факту, что я... я не плачу (Р: угу, угу), не выражаю эмоции интуитивным путем.
- Р.: Таким образом, тебя беспокоит то, что ты можешь не оправдать ожидания (С: да) и насколько я понимаю, ты боишься не оправдать свои собственные ожидания.
- С.: Да... я проецирую это на людей, которые тут.
- Р.: Угу. Люди не будут хорошо думать о вас, пока вы не покажете настоящие эмоции.
- С.: Я всегда говорил, что я очень интеллектуальный, (Р: угу) что я могу пользоваться пользоваться интеллектом. И я думаю, что это правда, что я пользуюсь разумом, чтобы дистанцироваться от чувств (Р: угу, угу) (8 секунд тишины). Я выздоравливающий алкоголик. Я был трезв на протяжении 12,5 лет (Р: угу). Алкоголь для меня был способом отпустить контроль и дать волю глубоким эмоциям (Р: Угу), что-то вроде катарсиса.
- Р.: Это было ключ, который отпирал ваши чувства.
- С.: Угу. (Р: угу) (16 секунд пауза). Я чувствую себя хорошо, сейчас я в порядке.
- Р.: Звучит, как будто ты не столько обеспокоен ожиданиями, сколько ты прислушиваешься к своим ощущениям: «Хорошо (С: угу), я здесь» (С: угу)
- С.: Ну... и так же я чувствую что мне нужно сделать что-то (Р: угу). И... я полагаю...(смеется)
- Р.: Сделать что-то, для чего не нужно сидеть (смеется) (60 сек. пауза)
- С.: Мммм..
- Р.: (6 сек. молчание). Ты можешь пояснить это «Мммм»?
- С.: Мм.. когда я сказал «Мммм», я смотрел в твои глаза и то, что я почувствовал, было... (16 сек. тишины) ... спокойствие. И я испытал сострадание, у меня было чувство (Р: Угу.), будто я становлюсь на твое место, и когда я это почувствовал (оно коснулось меня) это и было причиной того, что я сказал «Ммм».
- Р.: Внезапно ты смог увидеть, как это воспринимаю я.
- С.: Немного. (Р: Угу)
- Р.: В этот момент во всяком случае. (С: Угу). Угу

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

С.: Когда я почувствовал эту связь и, и я чувствую ее сейчас снова, когда смотрю в твои глаза, я чувствую успокоение, в большем мире с собой (Р: Угу), доверяющим... (15 сек пауза) И у меня в голове мелькнула мысль: я выступаю на сцене? (Р: угу, угу). И я не знаю, и волнуюсь слегка об этом.

Р.: Но ты словно смотришь на себя со стороны и думаешь: «Я выступаю на сцене? Я не знаю» (С: угу). Угу. Угу. И часть тебя действительно в тебе, а часть тебя стоит здесь и смотрит на тебя.

С.: И я спрашиваю себя сейчас что, как бы я отреагировал (ответил) на этот (Р:угу) момент если бы кроме тебя и меня здесь никого не было (Р: угу, угу), только ты и я. (Р: угу, у, угу). Я не знаю.

Р.: То есть, возникает вопрос: если бы мы были одни, говорил бы я, делал бы я что-то другое, нежели я делаю сейчас

С.: Хм,хм. Я могу представить о чем бы примерно мы разговаривали. (Р: угу). Наверное, не так бы прислушивался к себе. И вот снова небольшой страх, как меня воспринимают здесь другие...

Р.: Угу. Это не только твоя критика по отношению к себе (самокритика), возможно, но и критикующие высказывания от других (С: угу)

С.: (12 секунд тишины) Не... я много размышляю (медитирую) (Р: угу)... и те размышления, к которым я прихожу... мой опыт открывает мне то, что происходит со мной внутри (Р: угу), и так же позволяет жить с моим беспокойством (Р: угу) и я (Р. Гм гул.) сейчас делаю примерно это (Р: угу)

Р.: То есть, ты задаешь себе вопрос: «Могу ли я подружиться с моей тревогой, беспокойством, страхом?» (С: Угу). Угу.

С.: И это позволяет мне быть открытым. Я открыт, я настоящий. И сейчас у меня нет темы, о которой мог бы говорить. Но я думаю, что у меня она должна быть (Р: Угу)

Р.: Но честная часть тебя говорит «У меня действительно нет темы для разговора, у меня нет того, о чем мне надо поговорить».

С.: На данный момент – нет

Р.: Да, на данный момент.

С.: А сейчас я неожиданно представил себя через полчаса после нашего разговора (Р: угу), когда я буду ругать себя (Р: угу): «У меня была возможность поговорить, так почему же, я не сказал **об этом**, в конце концов?»

Р.: Угу, угу. То есть, даже там ты критично к себе относишься. (С: смеется) (Р: смеется) (аудитория смеется) (С: Да) (Р: смеется).

С.: И я представил еще кое-что. Через несколько часов после нашей беседы я буду читать лекции в колледже. На факультете этого колледжа есть мужчина, влиятельный мужчина, который опубликовал серьезный труд и который враждебно ко мне относится, писал несколько критических замечаний и писем обо мне факультету (Р: угу). Так же в публикациях выставил меня дураком и представителем всего плохого в американском образовании (Р: угу). Ирония заключается в том, что этот человек имеет внешнее сходство с тобой.

Р.: Я понял (смеется).

С.: И у меня странное ощущение двойственности происходящего (Р: угу) от схожести ваших лиц (Р: угу), потому что все остальное в вас диаметрально противоположно (Р: угу)

Р.: Но, тем не менее, в некотором отношении для тебя я – символ враждебного, критически настроенного человека

С.:(смеется) Очень дико слышать это от тебя.

Р.: Хм. Это звучит как реальность.

С.: Ааа.. я хотел сказать, я не знаю. Ты знаешь, я сидел рядом, пока ты говорил (Р: угу) и я понял что я видел это (Р: угу) в тот момент (угу, хм) и...(вздыхает) я предполагаю, что то, что я говорю, отвечаю тебе и нахожусь с тобой находится под влиянием этой ассоциации (Р: хм, хм) . Я не знаю насколько происходящее здесь связано с этим.

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

- Р.: Хм. Не уверен насколько это важно, но ты знаешь, что (С: хм) он и я в какой-то степени смешиваемся в этой ситуации.
- С.: У вас физическое сходство. (Р: хм, угу). и сейчас я представляю себя в колледже, что я разговариваю с ним как с тобой (Р: угу, хм). И задаюсь вопросом, как бы это выглядело.
- Р.: Как бы это выглядело если бы ты был сам собой с ним?
- С.: Такое чувство, будто открываешься дьяволу. (Угу, угу)
- Р.: Ты, возможно, делаешь себя уязвимым для очень злых вещей.
- С.: Хм, хм. Я, у меня не было никакой надобности взаимодействовать с ним и он в другом отделе работает (Р: угу). Он отдалял от себя очень многих других (Р: угу) из-за своей враждебности и я думаю, что нет никакой пользы сблизиться с ним, но тем не менее, я не знаю.
- Р.: Конечно, в этом нет необходимости и тем более, если ты не уверен. (С: угу)
- С.: Конечно, я чувствую неразрешенность, связанную с ним (Р: угу, угу, хм, угу, хм). Я решил не связываться с ним. Один из моих друзей сказал: «Не трогай скунса – он вонять не будет» (Р: угу, угу, угу) (аудитория смеется). Иииии... он, он сказал мне, он вызывал меня на дебаты, я пригласил его в свой класс, поговорить со студентами. Он сказал: «это словно играть в пинг-понг зефиром». Мяч никогда не отскочит. Я думаю, что какая-то часть меня боится оказаться этим зефиром (Р: а! угу, угу, угу)
- Р.: Я действительно тряпка, как он и говорит, так?
- С.: Действительно что...?
- Р.: Тряпка. Или... (С: да, тряпка) зефир, мягкий (С: ох).
- С.: Кто-то назвал меня «побитая кошка»/ «подкаблучник». И эти слова мне совсем не нравятся.
- Р. Это действительно неприятно.
- С.: Это обидно... я чувствую эту агрессию к женщинам и ко мне тоже. И часть меня задается вопросом, есть ли в этом обвинении доля правды (Р: угу). Моя жена очень сильный человек (Р: угу). Она очень стойкая, может со многим справиться, именно поэтому я ее и выбрал. Она... когда-нибудь она может стать президентом колледжа. И она справится с этой должностью. И с ней я чувствовал, что я не успеваю за ней. Как говорит мой сын: «она – энергичный и удачливый человек/предприимчива» (Р: угу), а я больше домосед (Р: Угу, угу).
- Р.: И поэтому ты задаешь себе вопрос «Есть ли во мне хоть доля той побитой кошки?» / подкаблучника.
- С.: Хм, я спрашивал себя об этом. И я думаю, правда в том, что я боюсь женщин, острых на язык (Р: угу). У меня есть две старшие сестры и одна из них очень сильно меня контролировала и подавляла. Я никогда не слышал от нее... И я нашел способ находиться с ней – умиротворять ее (Р: угу). И я ношу это в себе до сих пор (Р: Угу). Не только с женщинами, которые острят или злятся, но и с мужчинами.
- Р.: То есть, когда ты встречаешься со злобой, не важно, мужской или женской, ты пытаешься ее унять по мере возможности.
- С.: Уйти, унять (Угу) иногда ответить агрессией (12 секунд тишины). Так же важен для меня страх потери сексуальной близости (Р: угу, угу). с моей женой ощущение присутствия интимности или ее любви было очень сильно связано с тем, доступна ли она сексуально. И если она не хотела заниматься со мной любовью, то я оценивал это как выражение ее чувств по отношению ко мне как к человеку. (Р: угу, угу). И в итоге получалось, что она чувствовала давление от меня заниматься сексом, когда она не хотела этого (Р: угу, угу) и это было причиной нашего расставания.
- Р.: Но у тебя есть склонность чувствовать себя отвергнутым, словно навязчивым, если сексуальный аспект не взаимный (С: угу, угу). Угу.
- С.: И я часто чувствую, что если бы она относилась ко мне враждебно по другим причинам, то это косвенно отразилось бы (Р: угу) в ее привязанности или сексуальности.

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

Р.: Угу, угу. Что ж, если она не хочет заниматься любовью, она может быть разгневана на Вас за что-то совсем другое.

С.: Иногда я чувствовал, что это мой собственный вздор. Иногда я чувствовал что это ей (Р. Угу) все равно (Р. Угу. Угу). Я до сих пор прокручиваю «подкаблучник» (Р. Угу, угу.) глубоко в моих мыслях. (Р. Угу.)

Р.: Это слово действительно становится для Вас в некотором роде таким, что его (С. Угу.) необходимо постоянно прокручивать в голове.

С.: Я чувствую себя... немного измененным в... что-то вроде... ощущение неуважения или (Р. Угу.) неуважение – неправильное слово, ощущение отвращения или (6 секунд молчания) (Р. Угу.) защиты.

Р.: Угу, угу. Это слово («побитая кошка»/«подкаблучник») или, возможно, это обвинение действительно заставляет Вас чувствовать себя оскорбленным.

С.: Я считаю оскорбительным... я считаю оскорбительными эти обвинения, признание того, что я обременяю сам себя, и мое стремление успокаивать других... (Р. Угу.) женщин в моей жизни. (Р. Угу, угу, угу.)

Р.: Ваше высказывание о том, что сложно видеть в самом себе, но Вы чувствуете всего лишь: «Да, я успокаиваю женщин, когда они раздражены или язвительны и т.п.»

С.: Да. И я соприкасаюсь сейчас с моими собственными устремлениями и с моей собственной мужественностью, (Р. Угу.) и моей силой как... не просто как личности, как мужчины. (Р. Угу, угу.) И я пугаюсь этого, потому что мое мировоззрение, мои убеждения хотели бы подтверждения того, что я личность (индивидуален) как главной ценности для меня (Р. У.) или для других, (Р. У.) для женщин, (Р. Угу.) и...

Р.: Таким образом, это не совсем приемлемо чувствовать «Я мужчина, я мужественный, я сильный».

С.: Именно так! (Р. Угу. У.) И, и эти чувства... как будто они все происходят из моего страха, что женщины причинят мне боль, но также из моего стремления к справедливости и равенству (Р. Угу, угу.) и (Р. Угу.)...

Р.: И это стремление к равенству делает не совсем правильными эти чувства (С. Угу.) о силе (С. Угу.) и маскулинности (С. Угу.) угу, угу. Я должен сознаться кое в чем. Я совершенно забыл попросить кого-то засечь время, я понятия не имею, превысили ли мы его. Может кто-нибудь сказать мне?

С.: Сейчас одиннадцать двадцать пять.

Р.: Давайте еще... две или три минуты. Если Вы хотите.

С.: Хорошо.

(шесть секунд тишины) (вздых) Я хочу сказать кое-что о феминизме и я, ммм... И я... я боюсь это делать (Р. Угу.), потому что там очень много всего (Р. Угу.), а у нас не так много времени. (Р. Угу.) Я просто хочу сказать, что я хочу считать себя феминистом. Я понимаю, я говорю это не только вам, но и людям, которые слушают меня (Р. Угу.) То есть...

Р.: Угу, угу. Кажется, что недостаточно времени, чтобы сказать это.

С.: Мм... мм... Я испытываю соблазн поговорить о политике, идеологии, ценностях. (Р. Я вижу, угу.) И я, я останавливаю себя в этом. (Р. Угу.) Я не думаю, что я хочу делать это сейчас (Р. Угу, угу, угу.) Я понимаю, что это из-за страха быть неправильно понятным (Р. Угу, хорошо), страха (Р. Угу.), что слова, которые я говорю, будут восприняты не так (Р. Угу.) То есть я просто собираюсь... жить с этим.

Р.: Сказать это необходимо для профилактики.

С.: И я просто хочу отпустить это (Р. Угу.) и не цепляться за это. (Р. Угу.) Но то, что я утверждаю прямо сейчас и моя связанность с этим – это мое желание ... чувствовать себя более полноценным как мужчина, и не извиняться за это.

Р.: Хорошо, угу, угу. Я слышу, что вы говорите: «Я хочу, чтобы они знали, что я – феминист, но также я хочу быть свободным, чувствовать себя сильным мужчиной. (С. Да,

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

угу.) Я придаю большое значение равенству, но также я придаю большое значение моему собственному устремлению».

С.: Да, и... и то, как вы выразились по этому поводу, и положение ваших рук, меня сконфузили сами по себе (Р. Хорошо!), потому что я чувствую себя... это так, но (Р. Угу.) для меня, я чувствую, более важно мое влечение к равенству, чем остальное (Р. Хорошо! Хорошо! Хорошо! Угу.).

Р.: Что ж, может быть это «и»: «Я придаю большое значение равенству и я силен сам по себе. (С. Угу.) Я сильный и мужественный, мужчина».

С.: Я чувствую, Я чувствую, что это подтверждение моих человеческих качеств. (Р. Угу, угу, угу. Угу.) (громко плачет).

Р.: Таким образом, вы говорите, что «Я сильный человек. И я хочу подтвердить это для себя и других».

С.: Я сильный мужчина и я утверждаю свои личностные черты, гуманность или равенство. Это ранит, боль других людей ранит меня. (Р. Угу, угу.) (плачет) (Р. Угу. Угу.)

Р.: (девять секунд тишины) И Вы быстро сдерживаете такие порывы, которые представляются вам болезненными и они выглядят почти как смех.

С.: Кто-то сказал это в моей группе: «Твой плач звучит как смех». (Р. Угу.) Я не знаю, что это значит. (Р. Угу) (тринадцать секунд тишины) (делает глубокий вдох) Я дрожу.

Р.: В этом моменте есть что-то очень эмоциональное. (С. Кивает в знак согласия)

С.: (десять секунд тишины) (делает глубокий вдох, плачет громко со всхлипываниями).

Р.: Вы пресекаете эти порывы боли очень быстро.

С.: А?

Р.: Вы пресекаете их очень быстро.

С.: Три минуты истекли (смеется) (делает глубокий вдох, плачет громко со всхлипываниями).

Р.: (девять секунд тишины) Кажется, как будто эти звуки вырываются из очень глубокой части (С. Кивает в знак согласия).

С.: (плачет) Ну, образы, которые приходят на ум, которые... из которых происходит плач – это образы из того, что вы сказали о Южной Африке, а также... страдания разделения, и ран и боли. (Р. мм...)

Р.: (восемь секунд тишины) И это что-то затронуло в Вас. (С. Ммм...) Ммм...

С.: (десять секунд тишины) (делает два глубоких вдоха) Это... Это моя собственная разделенность, мои собственные страдания, (Р. Угу.) моя собственная боль (Р. Угу.). Я полагаю (Р. Угу.), с тех пор, как я был ребенком (Р. Угу) и сейчас (Р. угу.), я не знаю. (Р. Угу.)

Р.: Это вырывается почти произвольно (С. Кивает в знак согласия) угу. Ммм... Это время кажется весьма странным для остановки, но это нормально для Вас? (с. Угу, кивает в знак согласия). Хорошо. Ммм... (вздыхает) После того, как Вы посидите некоторое время, может быть Вы будете готовы чувствовать, расскажете группе, как это видится Вами (как Вы воспринимаете, что Вы чувствуете), и тогда я скажу, как это видится мне. И тогда, если мы захотим, мы можем позволить им принять участие в обсуждении.

С.: Я буду очень рад поступить так. Это звучит очень хорошо и значимо для меня. Я чувствую Ваше принятие, Вашу откровенность, Вы до... вы доверяете мне. Я доверяю людям, которые сидят здесь и слушают. Я верю, что Вы сейчас с тем, что я делаю (Вы сейчас со мной). Я особенно осознаю, что здесь (в этой ситуации) есть больше для меня о том, что делать со всей этой наполненностью материалом, (Р. Угу.) и я не закончил. (Р. Угу.). Как думается, я могу сказать здесь больше, но я не могу. Я не знаю, что может сейчас быть верным.

Транскрипт 2.

На супервизии молодая тренер жаловалась на хамство подростка 16 лет, который мог в откровенно грубой форме отказаться от выполнения задания, привлекая при этом к себе

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

внимание всей группы. В ходе исследования биографии и особенностей жизни подростка выяснилось, что в семье воспитанию ребенка уделяется мало внимания, а при этом 16-летний юноша не первый год профессионально занимается танцами и вносит существенный вклад в бюджет семьи.

Супервизор (С): То есть, по сути, Саша – совершенно взрослый и финансово независимый от родителей человек. Этим он сильно отличается от стальных ребят в группе?

Тренер (Т): Да, остальные еще совсем дети.

С: И у него, наверное, совсем другие интересы?

Т: Это точно. У него взрослая жизнь – девушки, компании...

С: На что направлен Ваш тренинг? Какие из тех заданий, которые Вы даете на тренинге, могли бы заинтересовать такого не по годам взрослого парня?

Т: Тренинг посвящен улучшению отношений в классе. Даже не знаю, что может быть интересно Саше. У него в классе почти нет друзей, потому что все остальные действительно еще дети.

С: Тогда получается, что для него цель тренинга не актуальна, а уровень заданий не соответствует его психологическому возрасту. Представьте себя на его месте. Вам 16 лет, у Вас уже есть профессия, Вы не только зарабатываете, но даже можете существенно помогать семье, отношения с которой не очень благополучные. Вы приходите на тренинг к психологу, где одноклассники играют в детские, на Ваш взгляд, игры... и что Вы чувствуете? Как Вам в этой ситуации?

Т: Вообще это должно ужасно раздражать – занимаются какими-то глупостями, Какая-то «тесная» ситуация получается.

С: И что хочется сделать в такой ситуации?

Т: Протестовать, конечно. Прямо вижу, как он пытается сдерживаться, чтобы не выложить мне напрямую все, что думает о занятиях.

С: Как Вы думаете, в связи с чем возникает такой протест?

Т: Как будто бы его насильно загоняют в тесные рамки.

С: И он чувствует себя зажатым, ограниченным? Это он пытается показать Вам?

Т: Скорее всего.

С: Но на занятия он ходит. Значит, какой-то смысл для него в этом все-таки есть? Его поведение в отношении группы и заданий – о чем оно может говорить?

Т: Он все время пытается «выпендриться», показать себя и дать всем понять, что занятия – просто ерунда.

С: «Дать всем понять» - как Вы думаете, для него важно, чтобы остальная группа и тренер видели, что он другой, не такой, как они, что он – взрослый? Может быть, это и есть его личная цель, ради которой он приходит на занятия?

Т: Я на его месте очень бы этого хотела.

С: Как Вы могли бы сформулировать эту неосознаваемую цель, если бы у Вас в 16 лет была «взрослая» жизнь?

Т: Показать свое превосходство.

С: А если мы посмотрим как взрослые люди на 16-летнего подростка, который заплатил своим беззаботным детством за такие социальные достижения, как заработок и успех в профессии, какое чувство у Вас возникает в отношении Саши?

Т: Очень большое уважение.

С: С чем оно связано?

Т: Он мог стать обычным дворовым хулиганом, а вместо этого он постоянно ходит на тренировки, не жалеет денег на семью, хотя вообще мог бы уйти из дома. Он использует свои возможности полностью, вместо того чтобы выбрать самый легкий путь и скатиться вниз.

С: То есть он действительно заслуживает того, чтобы его взрослость и его отличие от одноклассников было оценено по достоинству?

Т: Да, он действительно это заслужил.

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.

С: Какую справедливую оценку можно теперь дать Саше?

Т: Сильный человек. Ему в тренинге особые задачи нужны.

3. Опираясь на известные Вам общепсихологические теории и теории личности, раскройте смысл следующего высказывания: «Для того, чтобы быть полностью связанным с другим человеком, вам придется сначала найти связь с самим собой. Если мы не можем смириться со своим одиночеством, мы начинаем использовать другого как укрытие от изоляции» (Ирвин Ялом).

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

• **Предварительные критерии оценивания:**

1. Полнота освещения проблемы.
2. Оригинальность и нетривиальность подхода к разработке проблемы.
3. Опора на релевантные психологические, философские и культурные тексты в разработке проблемы, ссылки на соответствующих авторов теорий и концепций.
4. Академичность текста, логичность и последовательность изложения идей.
5. Наличие авторской позиции.

• **Перечень и содержание тем олимпиадных состязаний:**

Общая характеристика, критерии сравнительного анализа, исследовательское и практическое значение теорий личности. Теория личности С.Л. Рубинштейна. Понятие личности как субъекта жизни. Определение личности в категории жизненных отношений. Понятия внутреннего и внешнего мира личности. Категория бессознательного в психоанализе. Процессы и содержания бессознательного. Индивидуальная психология А. Адлера. Развитие психоанализа в теориях Э. Фромма и К. Хорни. Типологии личности Э. Фромма. Основные категории и идеи аналитической психологии личности К.Г. Юнга. Понятия архетипа и основы гуманистической теории личности К. Роджерса. Источники, условия, закономерности становления личности. Иерархия мотивационной сферы человека, по А. Маслоу. Понятие самоактуализирующейся личности. Основные положения транзактного анализа Э. Берна. Понятия «эго-состояний», транзакций, сценариев личности. Тенденции развития теорий личности в современной психологии.

Теоретико-методологический фундамент психологического консультирования и немедицинской психотерапии. Предмет, цели, задачи психотерапии. Процесс и результаты психотерапии. Психологическое консультирование и психотерапия: сходство и различия. Нравственные, моральные и юридические аспекты регуляции психотерапевтической деятельности. Основные школы психологического консультирования и психотерапии. Психоаналитическое, клиентоцентрированное, когнитивное, экзистенциальное направления – специфика, взаимовлияние, синтез.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Лэнгле А. Person. Экзистенциально-аналитическая теория личности. М.: Генезис, 2005. 159 с.
2. Никошкова Е.Н. Англо-русский словарь по психологии. М.: РУССО, 2006.
3. Петровский В.А. Человек над ситуацией. М.: Смысл, 2010.
4. Предмет и метод психологии. Антология. / Сост. и отв. редактор Е.Б. Старовойтенко. М.: Академический проект. 2005.
5. Роджерс К. Клиенто-центрированная психотерапия. М.: Рефл-бук, 1997.
6. Роджерс К. Консультирование и психотерапия. М.: Эксмо-Пресс, 1999
7. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. СПб.: Питер, 2012. 224 с.
8. Старовойтенко Е.Б. Культурная психология личности. М.: Академия, 2007. 310 с.
9. Старовойтенко Е.Б. Психология личности в парадигме жизненных отношений. М.: 2004. 255 с.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
11. Холл К., Линдсей Г. Теории личности. М. Психотерапия, 2008. 652 с.
12. Шумский В.Б. Экзистенциальная психология и психотерапия: теория, методология, практика. М.: Издательский дом ГУ-ВШЭ, 2010. 183 с.
13. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. М.: Независимая фирма «Класс», 2004. 576

Олимпиада для студентов и выпускников вузов – 2015 г.