



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Односессионная терапия как модель предоставления услуги.

**СЕРГЕЙ ПАДВЕ,
ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ.
ЧЛЕН СОВЕТА СЕКЦИИ РЭПТ в АКПП.
СПИКЕР И ПРЕПОДАВАТЕЛЬ в АКПП.
ПРЕПОДАВАТЕЛЬ в ИНСТИТУТЕ ИМАТОН.
ASSESSED COMPETENT PRACTITIONER IN SST
(BPS APPROVED CERTIFICATE).**

Что такое односессионная терапия?

- Когда клиент не приходит на вторую сессию;
- Когда мы договариваемся об одной сессии заранее;
- Абсолютное большинство демонстрационных сессий;
- “Случайное” консультирование.

Существовала с момента появления психотерапии.

Фрейд и “Катарина”, Фрейд и Малер;

демо-сессии Адлера и Эллиса;

Эриксон и “королева африканских фиалок”;

Глория (Роджерс, Эллис, Перлз)...



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Что такое односессионная терапия?

**ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННАЯ РАБОТА ТЕРАПЕВТА И КЛИЕНТА,
СОСРЕДОТОЧЕННАЯ НА ПОМОЩИ КЛИЕНТУ ЗА ОДНУ СЕССИЮ
ПРИ ПОНИМАНИИ, ЧТО ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПОМОЩЬ
ВОЗМОЖНА.**



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Односессионная терапия или терапия-одной-проблемы (Single Session Therapy (SST) vs One-At-A-Time Therapy (OAATT)?

Иногда синонимы, иногда **SST** - фокус на одной сессии, а **OAATT** - фокус на одной проблеме.

Есть ли принципиальная разница?

Зависит от модели предоставления услуги и терапевтической модели.



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Что может происходить потом?

- **Ничего;**
- **Дополнительные односеансионные консультации;**
- **Обращение за дополнительной
средне/долгосрочной терапией, контакты с
другими специалистами.**



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Что такое односессионная терапия?

В. Влоом (1981, 1992) - РАЗРАБОТКА МОДЕЛИ УСЛУГИ.

М. TALMON (1990) - АНАЛИЗ ~ 200 SST “ПО ФАКТУ” - 78% - ЯВНЫЕ УЛУЧШЕНИЯ.

НОУТ, ROSENBAUM, TALMON (1992) - ПЕРВОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ.

~ 60% КЛИЕНТОВ ВЫБРАЛО 1 СЕССИЮ.

~ 80% ИЗ НИХ РАССКАЗАЛИ О ЗНАЧИТЕЛЬНЫХ УЛУЧШЕНИЯХ.

НЕ ВЫЯВЛЕНО ЗНАЧИМОЙ РАЗНИЦЫ В УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ МЕЖДУ SST И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОЙ ТЕРАПИЕЙ.



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Что такое односессионная терапия?

SLIVE & BOBELE (2011) –WALK-IN THERAPY -
ВОЗМОЖНОСТЬ “СРОЧНОЙ, ШАГОВОЙ ДОСТУПНОСТИ
ПСИХОТЕРАПИИ”

J. YOUNG – “ВСТРОЕННЫЙ ПОДХОД” - SST КАК ХАБ ДЛЯ
ДАЛЬНЕЙШЕГО ВЫБОРА.

W. DRYDEN – UK INITIATIVES - РАЗРАБОТКА МОДЕЛИ
ПРЕДСТАВЛЕНИЯ УСЛУГИ.



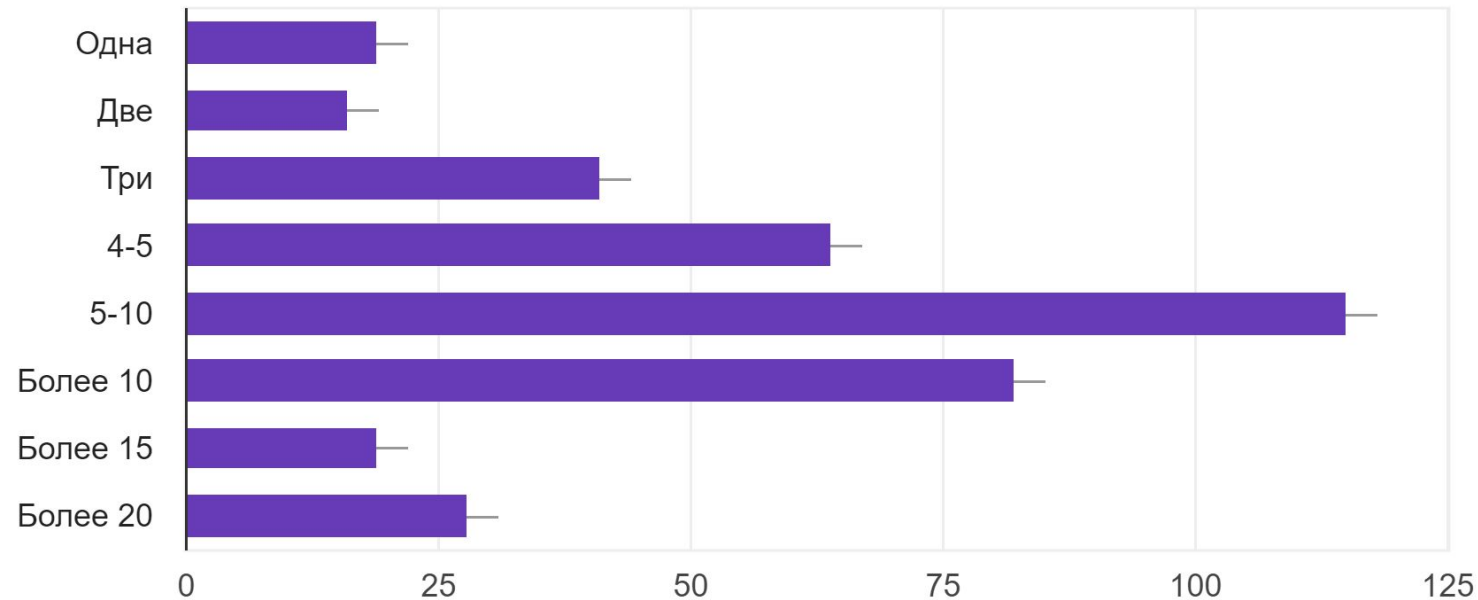
ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Что такое односессионная терапия?

Какое количество сессий, вне зависимости от результата, происходит у вас чаще всего с одним клиентом?

332 ответа



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Что такое односессионная терапия?

SOURCE: THE VICTORIAN DEPARTMENT OF HUMAN SERVICES.

- **Анализ 9,608 взрослых клиентов, которые начали терапию в период с января 1999 по сентябрь 2003 в PacificCare Behavioral Health (организация, относящаяся к системе здравоохранения США с 5 000 000 членами), наиболее часто встречающееся число сессий одного клиента с терапевтом - 1.**

Это говорит о наших “возможностях” по управлению терапией. Клиенты, а не терапевты чаще определяют продолжительность терапии. (Brown & Jones, 2005)



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Когда вам нужна помощь? Сможете подождать?

Большинство консультантов представляют помощь в модели “доступности” - в зависимости от листа ожидания.

Часть клиентов хочет получить помощь в точке “необходимости”.

POINT OF NEED vs POINT OF AVAILABILITY.

Хотите ли вы предоставлять такую помощь?

Основная задача на первой консультации (СВТ) - чтобы клиент пришел на вторую. Согласны ли вы?



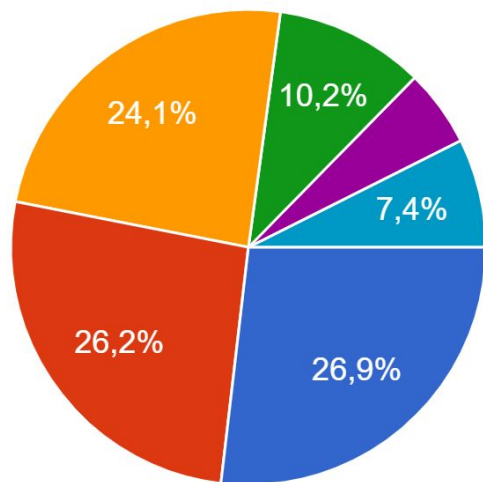
ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Лист ожидания

Какое у вас средний "лист ожидания" клиентов?

324 ответа



- 1-2 дня
- 3-5 дней
- Неделя
- 2 недели
- 3 недели
- Месяц и более



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Почему SST может быть оправдана как форма предоставления услуги?

- **КЛИЕНТЫ ПРИМЕРНО В 50% СЛУЧАЕВ САМОСТОЯТЕЛЬНО ПРИНИМАЮТ РЕШЕНИЕ О ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ ТЕРАПИИ (ПРЕКРАЩАЯ ЕЕ). (BROWN & JONES, 2005);**
- **МЫ ПЫТАЕМСЯ ПРЕДСКАЗАТЬ ДЛИТЕЛЬНОСТЬ ТЕРАПИИ И ЕЕ УСПЕШНОСТЬ ДЛЯ КЛИЕНТА, НО У НАС СЛАБО ЭТО ПОЛУЧАЕТСЯ);**



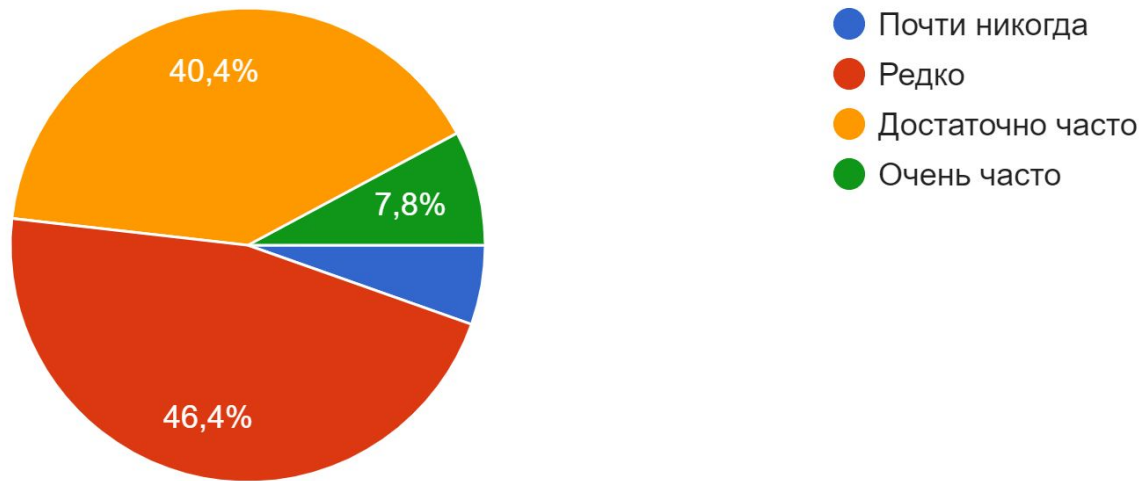
ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Клиенты самостоятельны в принятии решения о прекращении терапии.

Как часто ваши клиенты (вне зависимости от причины и достигнутого результат) самостоятельно принимают решение остановить... вообще не приходят без объяснения причин.

332 ответа



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Почему SST может быть оправдана как форма предоставления услуги?

- БОЛЬШОЕ КОЛИЧЕСТВО ЗАПРОСОВ СВЯЗАНЫ СО “СРОЧНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ”;
- ОЧЕРЕДИ В “ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРАВМПУНКТ” МОГУТ БЫТЬ ТАКИЕ ЖЕ КАК И НА ЗАПИСЬ К СПЕЦИАЛИСТАМ;
- ЛЮДИ С ПОДОБНЫМИ ЗАПРОСАМИ ВСЕ РАВНО ИДУТ:
- ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ “ШАРЛАТАНЫ” - “ЛЮБАЯ ПРОБЛЕМА ЗА 1 СЕССИЮ”;
- НЕПОДГОТОВЛЕННЫЕ СПЕЦИАЛИСТЫ, КОТОРЫЕ НЕ ВЛАДЕЮТ НАВЫКАМИ, ДАЮТ ПРОСТЫЕ СОВЕТЫ (! НО ИНОГДА ПОМОГАЮТ!);
- НАШИ КВАЛИФИЦИРОВАННЫЕ КОНКУРЕНТЫ ИЗ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ/КОУЧИНГА/ТЕРАПИИ.



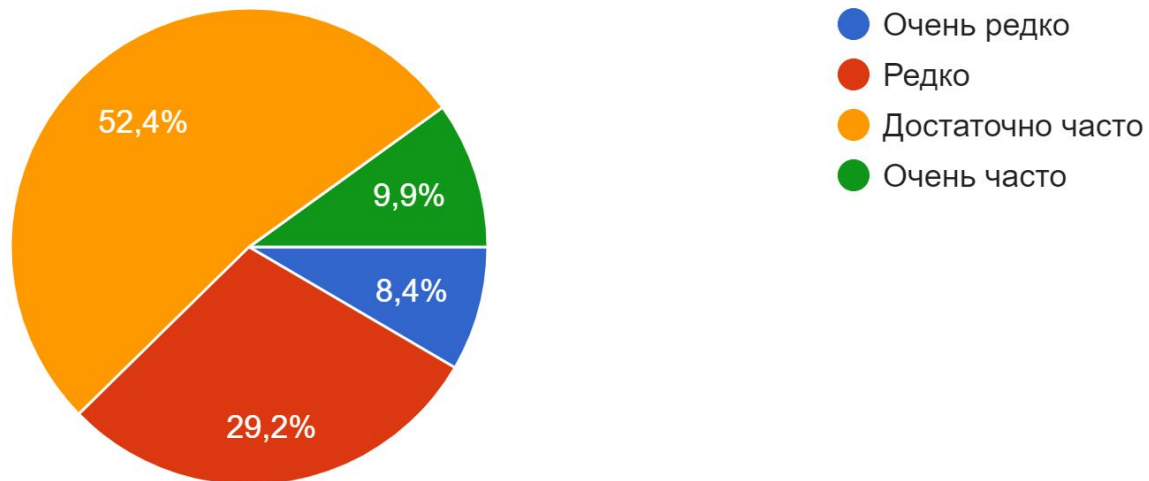
ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Почему SST может быть оправдана как форма предоставления услуги?

Как часто к вам обращаются за "срочной" психологической помощью? Когда надо принять важное решение, выйти из "тупика", найти точку опоры и т.п.

332 ответа



Возможные цели SST.

- СПРАВИТСЯ С ДЕМОРАЛИЗОВАННОСТЬЮ, СИСТЕМНО УКРЕПИТЬ “НАДЕЖДУ”;
- ВЫЙТИ ИЗ ТУПИКА;
- ПРОЙТИ ВМЕСТЕ С ВАМИ ПАРУ ШАГОВ - ДАЛЬШЕ ОНИ САМИ;
- ИНОГДА НУЖНЫ УСЛОВИЯ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ РАЗОБРАТЬСЯ;
- ВОССОЕДИНЕНИЕ СО СВОИМИ СИЛЬНЫМИ СТОРОНАМИ;
- ПОМОЩЬ В ПРИНЯТИИ РЕШЕНИЯ И ПРОВЕРКА ВОЗМОЖНЫХ ПОСЛЕДСТВИЙ;
- РЕПЕТИЦИЯ РЕШЕНИЯ, АКТИВАЦИОННЫЙ ПЛАН - МОСТ МЕЖДУ СЕССИЕЙ И ПРОБЛЕМОЙ.



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Переоценка важности продолжительности (оценки и диагностики) и недооценка важности и силы “сейчас”.

А. Эллис - лучший способ диагностики - ПОСМОТРЕТЬ КАК КЛИЕНТ ВЕДЕТ СЕБЯ НА СЕССИИ.

Э. Хемингуэй - Лучший способ узнать - МОЖЕТЕ ЛИ ВЫ ДОВЕРЯТЬ КОМУ-ТО - ЭТО ДОВЕРЯТЬ ЕМУ.

Мы можем помогать людям за короткое время.

Важно, чтобы все были к этому готовы. И клиент и терапевт.



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

**SST - это не модальность психотерапии,
это модель предоставления услуги.**

**ФАКТОРЫ, СВЯЗАННЫЕ С ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ КЛИЕНТА И
ТЕРАПЕВТА К ОДНОЙ СЕССИИ, СТРУКТУРА СЕССИИ, ДИЗАЙН
СЕССИИ, ФОРМАТ ОБРАТНОЙ СВЯЗИ, ФОРМАТ
ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ - ЯВЛЯЮТСЯ БОЛЕЕ ЗНАЧИМЫМИ В
КОНТЕКСТЕ РЕЗУЛЬТАТА, ЧЕМ ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ
МОДАЛЬНОСТЬ.**

**ЭТО НАКЛАДЫВАЕТ ОТПЕЧАТОК НА ФОРМАТ ПОДГОТОВКИ К
ЗАНЯТИЯМ SST.**



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Как сделать SST эффективной?

- Идея, что клиенту можно помочь уже на первой (и, возможно, единственной сессии). Помощь должна быть быстрой.
- Важно сразу определить будет ли это SST: предварительное общение, опросники, анкета.
- Важно подготовить клиента к сессии (что на ней будет происходить).
- Важно сформировать реалистичность ожиданий.
- Сбор релевантной информации (что я должен знать, чтобы помочь вам?)



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Как сделать SST эффективной?

- Дизайн сессии будет влиять на эффективность.
- Построение рабочего альянса в минимальные сроки.
- Реалистичность запроса.
- Постоянная обратная связь.
- Сфокусированность клиента на проблеме.
- Связь с будущим.
- Идентификация внутренних ресурсов.
- Идентификация внешних ресурсов.
- Репетиция решения на сессии.
- Обсуждение возможных препятствий.
- Грамотное завершение сессии.
- Бустер-сессия.



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Кому вряд-ли поможет SST?

- Клиенты, которые хотят долгосрочную терапию.
- Те, кому сложно вступать в контакт и доверять терапевту.
- Те, кто нуждаются в длительной терапии.
- Клиенты с запутанными запросами.
- Кому сложно выбрать специфическую тему.
- Экзистенциальные неврозы и т.п.
- Клиенты, которые боятся быть “покинутыми” терапевтом.



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

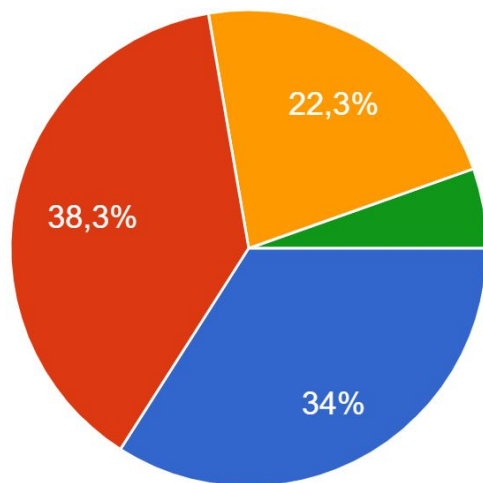
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Нужна ли нам SST?

Как вам кажется, имеет ли смысл лично вам, в своей практике, предлагать односессионную терапию как услугу?

332 ответа



- Однозначно "да"
- Скорее "да"
- Скорее "нет"
- Мне это не нужно



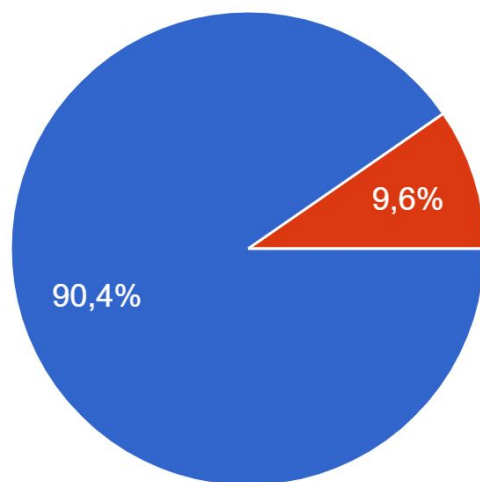
ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Нужна ли нам SST?

Считаете ли вы, что для односессионной терапии нужна специальная подготовка?

332 ответа



- Подготовка нужна
- Специальная подготовка не обязательна



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ
СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Список литературы

Single-Session Therapy and Its Future: What SST Leaders Think Routledge; 1st edition (9 Nov. 2020)

The Single-Session Counselling Primer: principles and practice The Single-Session Counselling Primer: principles and practice PCCS Books - ebooks (June 24, 2020)

Single-Session Therapy: Distinctive Features (Psychotherapy and Counselling Distinctive Features) Routledge; 1st edition (18 Feb. 2019)

Single-Session Therapy by Walk-In or Appointment: Administrative, Clinical, and Supervisory Aspects of One-at-a-Time Services. Routledge; 1st edition (May 14, 2018)

Single Session Therapy: Maximizing the Effect of the First (and Often Only) Therapeutic Encounter Published August 16th 1990 by Jossey-Bass



ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ

СЕРГЕЙ ПАДВЕ

WWW.PADVE.RU

Спасибо за внимание!

Сергей Падве, психолог-консультант,
член совета секции РЭПТ в АКПП.

Ведущий семинаров базового и продвинутого курсов в АКПП.
Преподаватель в Институте практической психологии “Иматон”.

s.padve@gmail.com



WWW.PADVE.RU