

# Использование техники поиска уникальных эпизодов из нарративной практики для помощи студентам первых курсов в адаптации

---

**ОРЛОВА СВЕТЛАНА ИГОРЕВНА**

**КАНДИДАТ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ НАУК, ПСИХОЛОГ-КОНСУЛЬТАНТ  
ПЛАТФОРМЫ КОРПОРАТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ «ПОНИМАЮ»,  
ПРЕПОДАВАТЕЛЬ ПСИХОЛОГИИ, Г. ЗЕЛЕНОГРАД**

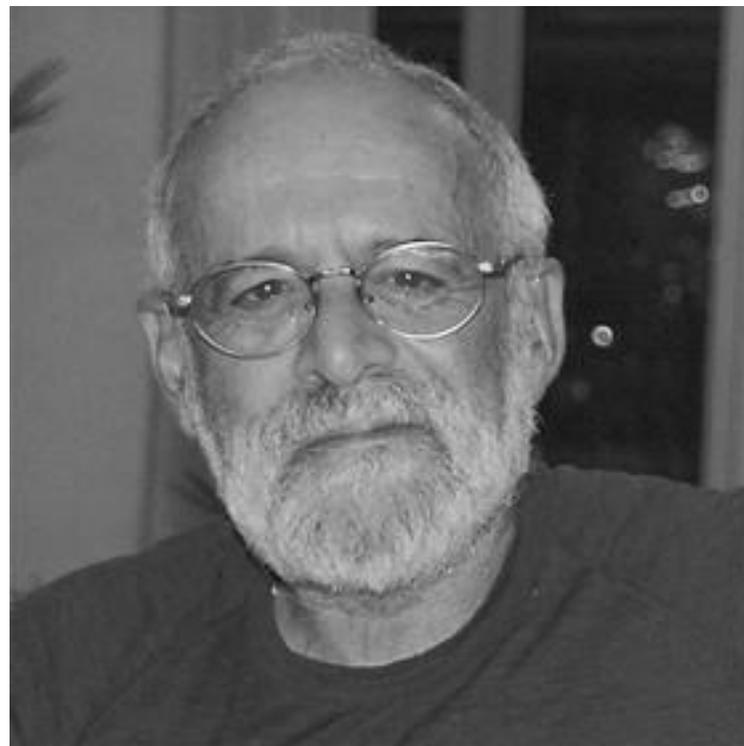
# Нарративная практика: с 1970-х гг.

---

Майкл Уайт



Дэвид Эпстон



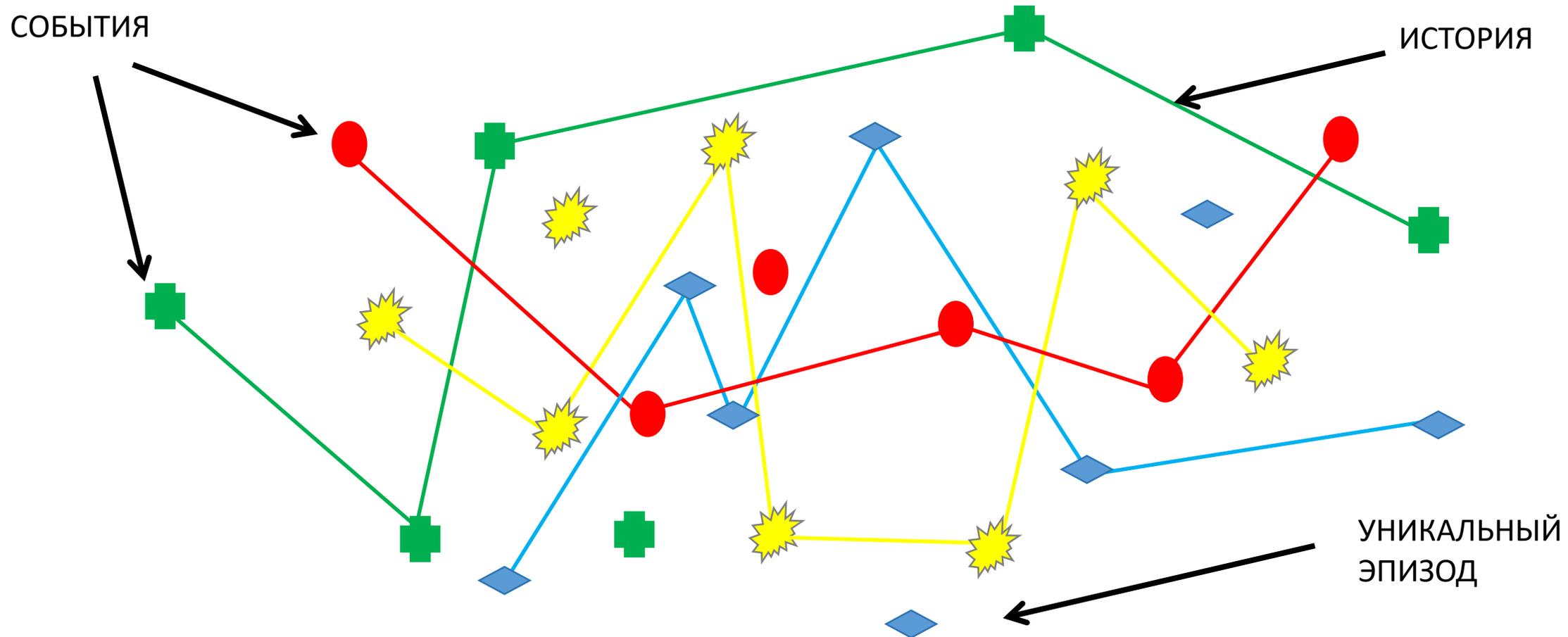
## **НАРРАТИВ:**

- история, повествование

**Клиент:** эксперт по своей жизни, опыту

**Терапевт:** специалист по активному выслушиванию, задаванию вопросов

# Нарративная метафора





Я везу  
тяжёлую  
тачку с  
камнями

Я работаю,  
чтобы  
кормить  
свою семью

Я строю  
храм

# ОСНОВЫ НАРРАТИВНОЙ ПРАКТИКИ

---

**История** – события, объединённые в осмысленный сюжет.

**Доминирующая история** – та, которую изначально рассказывает клиент.

**Проблемная история** – доминирующая история, поддерживающая проблему.

**Альтернативная история (предпочитаемая):** создаётся в процессе терапии. Человек в ней может действовать в соответствии со своими принципами, ценностями, желаниями.

**Пересочинение** процесс создания новой истории.



# УНИКАЛЬНЫЙ ЭПИЗОД (ИСКЛЮЧЕНИЕ)

---

- любой аспект опыта: событие, действие, высказывание, намерение, желание, мысль, убеждение...
- часто из прошлого, но может быть и из настоящего, из будущего, воображаемое.
- лежит за пределами проблемной истории или противоречит ей.
- часто игнорируется человеком.
- имеет положительное значение для человека.
- точка входа в альтернативную историю.
- создаёт основу для проведения бесед пересочинения.

# СТРУКТУРА ПРОЦЕССА РАССПРАШИВАНИЯ

---

## 1. Обсуждение конкретного события.

В терминах, максимально близких к опыту. Небыстро. Словами клиента.

## 2. Исследование последствий УЭ.

В отношениях с различными людьми. Последствия реальные и потенциальные.

## 3. Оценка УЭ и его последствий. «Это хорошо или плохо?»

Предварить обобщением предыдущих двух этапов интервью. Сложность, неоднозначность позиции.

## 4. Обоснование оценки. «Почему это хорошо / плохо?»

Предварить обобщением предыдущих трёх этапов интервью. Опыт других людей. Отклик на догадки близких («горячо/холодно»).

# Использование техники УЭ со студентами

---

- ✓ насыщение истории деталями на уровне опыта (событий) и на уровне идентичности (смыслов).
  - ✓ Децентрация: в центре – опыт клиента, терапевт лишь суммирует слова клиента.
  - ✓ Первичное авторство – у клиента, только он знает, как лучше назвать то, что с ним происходит.
- ❖ Студенты первых курсов: поступление как точка входа в альтернативную историю успеха.

---

Литература: Уайт М. «Карты нарративной практики». М: Генезис, 2022.

Материалы по нарративной практике на русском языке: Дарья Кутузова.

# Спасибо за внимание!

