


ПРОГРАММА  
ЗАНЯТИЙ ГРУППЫ

# МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНЫЕ ВОПРОСЫ

Вопросные техники в  
психологическом  
консультировании

Август, 2019

[predstavsebe.ru](http://predstavsebe.ru)



ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ГРУППЫ  
"МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНЫЕ  
ВОПРОСЫ"

## ЗАНЯТИЕ 1. ОСНОВЫ МОДЕЛИ

- 1.1. Вопросные техники в психотерапии.
  - 1.2. Транстеоретическая модель изменений.
  - 1.3. Закон соответствия.
- Упражнения.

## ЗАНЯТИЕ 2. РАБОТА С ЭТАПАМИ. ЧАСТЬ 1.

- 2.1. Ловушки взаимодействия.
  - 2.2. Этап Преконтемплейшн.
  - 2.3. Этап обдумывания.
- Упражнения.





ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ГРУППЫ  
"МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНЫЕ  
ВОПРОСЫ"

## ЗАНЯТИЕ 3. КАТАЛИЗАТОРЫ ИЗМЕНЕНИЙ

- 3.1. Катализаторы и их роль.
  - 3.2. Типы вопросов.
  - 3.3. Формула эффективного вопроса.
- Упражнения.

## ЗАНЯТИЕ 4. РАБОТА С ЭТАПАМИ. ЧАСТЬ 2

- 4.1. Этап подготовки.
  - 4.2. Этап действия.
  - 4.3. Сложности этапа действия.
- Упражнения



ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ГРУППЫ  
"МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНЫЕ  
ВОПРОСЫ"


## ЗАНЯТИЕ 5. ТОЧКА ФОКУСИРОВКИ

- 5.1. Что такое точка фокусировки?
  - 5.2. Определение точки фокусировки.
  - 5.3. Обратная связь.
- Упражнения

## ЗАНЯТИЕ 6. РАБОТА С ЭТАПАМИ. ЧАСТЬ 3

- 6.1. Откаты, срывы и ухудшения.
  - 6.2. Стабилизация.
  - 6.3. Поддержание изменений.
- Упражнения





ПРОГРАММА ЗАНЯТИЙ ГРУППЫ  
"МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНЫЕ  
ВОПРОСЫ"

## ЗАНЯТИЕ 7. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ВОПРОСОВ

7.1. Неэффективные вопросы.

7.2. Универсальные вопросы.

7.3. Завершение.

Упражнения

