Протокол сессии IFS

Клиент | Дата | Сессия №

1. Краткий контекст

С чем пришел клиент, ключевые события.

2. Ведущие темы и аффекты

Названные в сессии темы, чувства, телесные реакции.

3. Части и их защитная роль

Какие части проявились, словами клиента, и от чего каждая бережет.

4. Доступ к Self

Признаки Self: спокойствие, любопытство, сострадание, и как клиент относится к части.

5. Поляризации и разрешение защитников

Какие части тянут в разные стороны и дает ли защитник доступ.

6. Бремена и разгрузка

Бремя словами клиента, личное или наследственное, и реально пройденный шаг.

7. Договоренности и домашняя работа

Задания и наблюдения до следующей встречи.

8. Риски

Только прозвучавшие сигналы. Пусто, если не было.

9. Особенности речи и мышления

Заметное в форме речи. Обычно пусто.

10. План следующей сессии

К чему вернуться.

Протокол сессии IFS: образец заполнения

Клиент Анна, 34 (вымышленная) | Дата 12.11 | Сессия № 4

1. Краткий контекст

Пришла после конфликта с руководителем, неделю плохо спит.

2. Ведущие темы и аффекты

Тревога → «сжимается в груди перед планеркой».

3. Части и их защитная роль

Менеджер «Проверяющая» → перепроверяет отчет 5 раз, чтобы не к чему было придраться.

4. Доступ к Self

Любопытство к Проверяющей: «устала от нее, но вижу, что она старается помочь».

5. Поляризации и разрешение защитников

Проверяющая ↔ часть, которая хочет спать, Проверяющая готова отойти на минуту.

6. Бремена и разгрузка

«Я недостаточно хороша» → у юной части, свидетельствования еще не было, защитник просит времени.

7. Договоренности и домашняя работа

Замечать Проверяющую перед планерками и благодарить ее.

8. Риски

Не звучали.

9. Особенности речи и мышления

Не отмечены.

10. План следующей сессии

Спросить у Проверяющей разрешения познакомиться с юной частью.