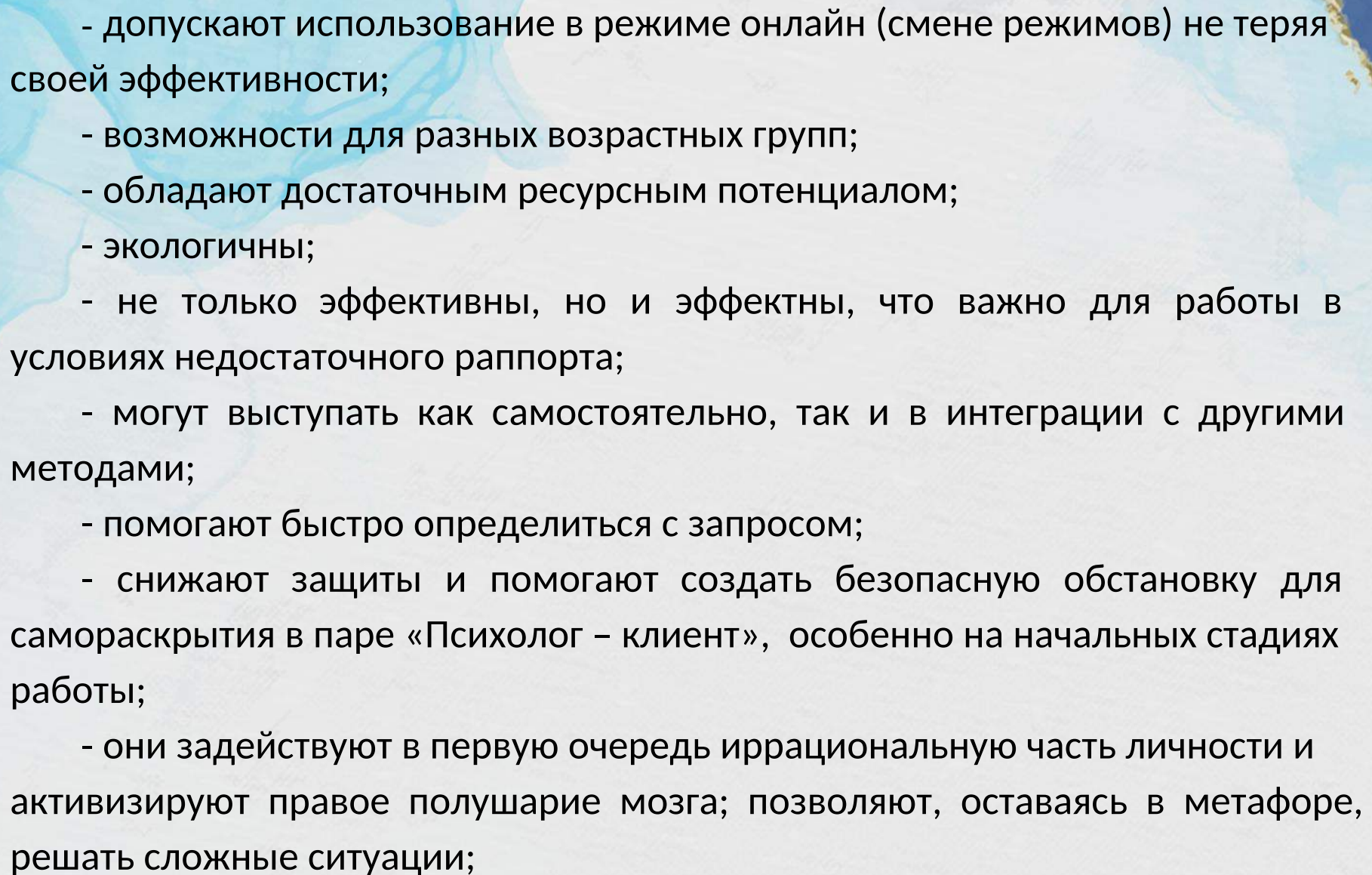


Использование и адаптация техник оказания психологической помощи на примере символдрамы и МАК

**Ильинова Наталья Валерьевна,
педагог-психолог МБОУ СШ№15**

- 
- допускают использование в режиме онлайн (смене режимов) не теряя своей эффективности;
 - возможности для разных возрастных групп;
 - обладают достаточным ресурсным потенциалом;
 - экологичны;
 - не только эффективны, но и эффектны, что важно для работы в условиях недостаточного раппорта;
 - могут выступать как самостоятельно, так и в интеграции с другими методами;
 - помогают быстро определиться с запросом;
 - снижают защиты и помогают создать безопасную обстановку для самораскрытия в паре «Психолог – клиент», особенно на начальных стадиях работы;
 - они задействуют в первую очередь иррациональную часть личности и активизируют правое полушарие мозга; позволяют, оставаясь в метафоре, решать сложные ситуации;

Преимущества метафорических карт инструмента психологической работы

- установление первоначального контакта
- заключение терапевтического договора между вами и клиентом (запрос)
- возможно, пересмотр этого договора в середине работы
- подведение итогов



Варианты использования:

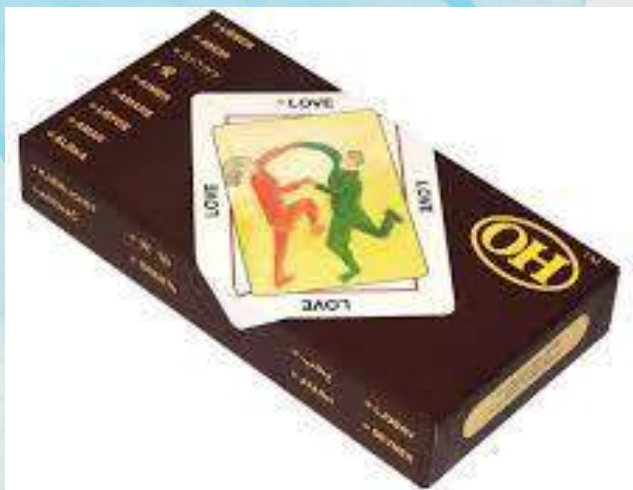
в открытую ВО (произвольно, открыто)

На этапе знакомства, как ресурс

в закрытую ВЗ

(вслепую, наугад)





Первая колода МАК в мире. Создана в 1975 году



- Что изображено на карте? Что вы видите на карте?
- Кто является главным действующим героем изображенной истории?
- Чем истории началась и чем закончилась?
- Кто я на этой картинке?
- Что она для меня означает?
- Что сейчас происходит в моей жизни?
- Как мне сейчас?

Виды МАК

- Универсальные: ОН/ОНА, Эмоции судьбы, Дом моей души, Колыбель, Диксит
- РАБОТА С ТРАВМОЙ: CORE, Из сундучка прошлого, Упасть вверх;
- Архетипичные: Персона, Лица, Архетипы, Тотемные животные;
- ДЕТИ: Роботы, Тинейджеры. Я и все, все; Кактусы
- Сказочные: Мерлин, Мастер сказок, Сага
- Ресурсные: Морена, Сага, Ресурсы и силы, Источник, Дом моей души.



СИМВОЛДРАМА (1948)

"кататимное переживание образов"

от греческих слов

«ката»

(соответствующий,
зависящий)

и

«ТИМОС»

(одно из обозначений
души, эмоциональности)

на русском языке

**«эмоционально
обусловленное
переживание образов»**

или

**«переживание
образов, идущих из
души»**

Базовые мотивы символдрам

- мотив луга - выражение добродушного, уравновешенного, относительно бесконфликтного, лишённого соперничества, плодородного материнского мира.
- мотив ручья - постоянно текущего потока, в котором в то же время проявляется развитие, развертывание психической энергии. Вода как элемент несет в себе жизненную силу.
- мотив горы - хорошая модель для того, чтобы четко показать отражение самых близких людей из раннего детства (эмоционально значимых лиц). Подъем в гору делится на 3 компонента - восхождение, панорама и спуск.
- мотив дома - многоплановый мотив, переживается прежде всего, как выражение собственной личности или одной из ее частей.
- мотив опушки леса - лес является символом бессознательного. Путем выхода из леса на луг вывести на свет сознания отщепленные и вытесненные пациентом тенденции. Занимаясь с ними, пациент принимает и признает их.



Анжелика,
11 лет.

Варвара, 12 лет.



«Психологическая норма» для образа луга

- В норме — видеть луг, ограниченный естественным ландшафтом — перелеском, рощицей, ухоженным полем, рекой и т.д.
- картинка залита ярким солнечным светом, погода хорошая, на небе — солнце.
- обилие трав и цветов, богатая сочная зелень
- время суток: день или утро
- время года: лето или поздняя весна
- пасущиеся на лугу коровы усиливают его материнскую символику

Отклонения от нормы в образе луга

- Серое, пасмурное небо, начинающаяся буря, зимний пейзаж, ранняя весна, поздняя осень
- Бескрайние луга во всю ширь поля воображения
- Луг, превратившийся в жалкую полянку, сжатый со всех сторон тёмным бором



Кирилл, 9 лет



Спасибо за внимание!

