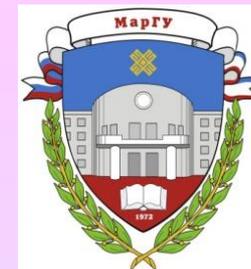
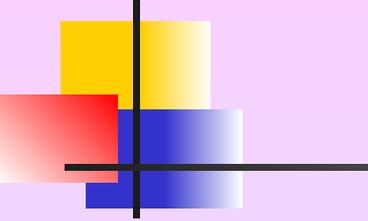


Дрёмина И.Е., канд. психол. наук, доцент кафедры
психологии развития и образования МарГУ



СИМВОЛДРАМА **как средство психологической** **помощи при депрессивных и** **невротических расстройствах**

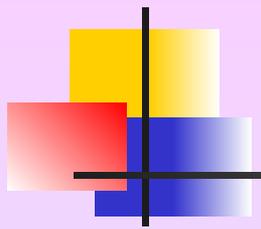




**Если сказать человеку, что здесь в комнате
есть многоцветный воздушный шар,
на котором можно полетать над землей,
то сознание скажет: «Здесь нет никакого шара».
А бессознательное уже открыло окно и
собирается отправиться в путешествие.**



СИМВОЛДРАМА – направление психотерапии, базирующееся на работе с воображением.



Кататимно-имажинативная психотерапия

Инициированная символная проекция

Метод переживания сновидений наяву

Имаготерапия





Символдрама - это «психоанализ при помощи образов». Символдрама эффективна при лечении неврозов и психосоматических заболеваний.

Основу символдрамы составляет фантазирование в форме образов на свободную или заданную тему (мотив). Психолог выполняет при этом сопровождающую функцию.

**Ханскарл
Лёйнер**

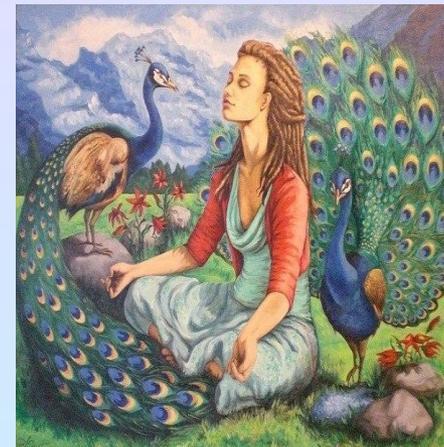


Как проходит терапия

Клиент лежит на кушетке или сидит в кресле; психолог применяет техники расслабления и предлагает клиенту *представлять образы на заданную тему-мотив*. Причем клиент рассказывает о спонтанно представляемых им образах и возникающих при этом переживаниях.



Психотерапия включает три ступени (основную, среднюю и высшую), которые различаются прежде всего своими темами (мотивами).

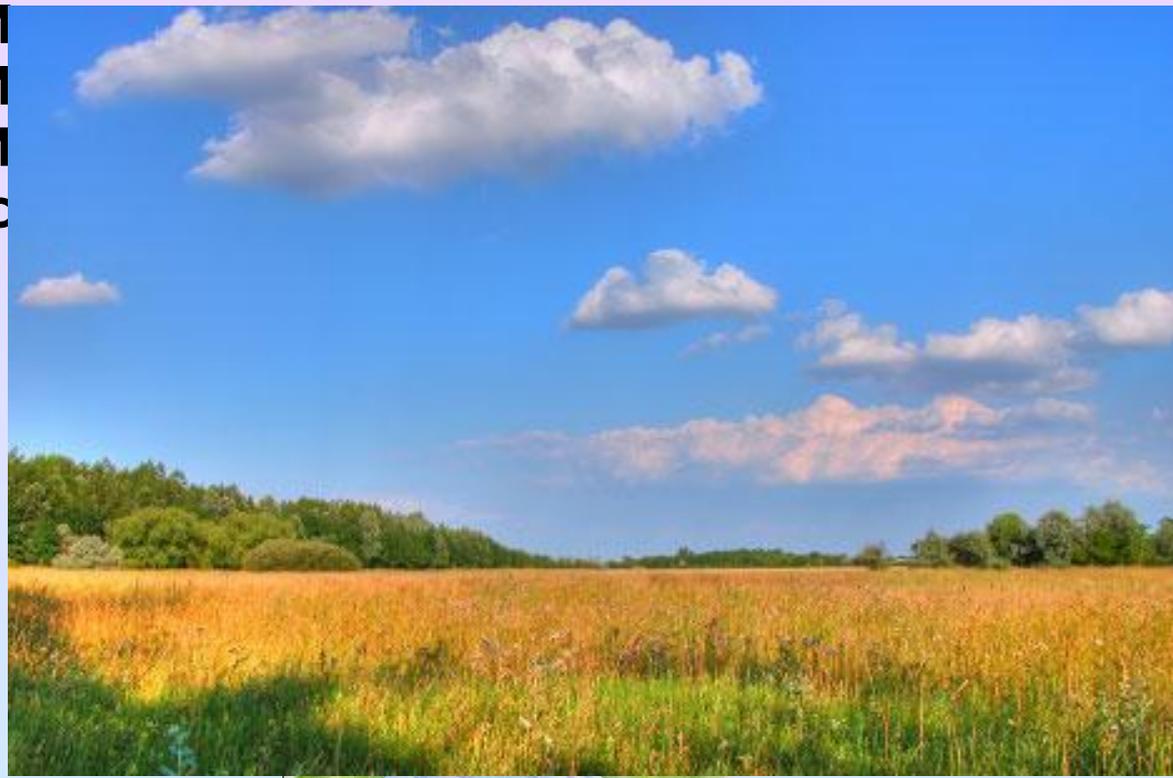




1. Мотивы основной ступени

- Мотив **луга**, символа психологического рая.
- Мотив **ручья**, с просьбой пройти по его течению.

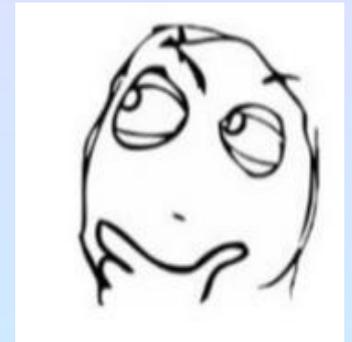
- М
- М
- М
- С





2. Мотивы средней ступени

- Представление **значимого человека**.
- Исследование установки по отношению к **сексуальности**.
- Исследование установки по отношению к **агрессии**.
- Определение **идеала Я**.





2. Мотивы высшей ступени

- Пещера
- Вулкан
- Книга

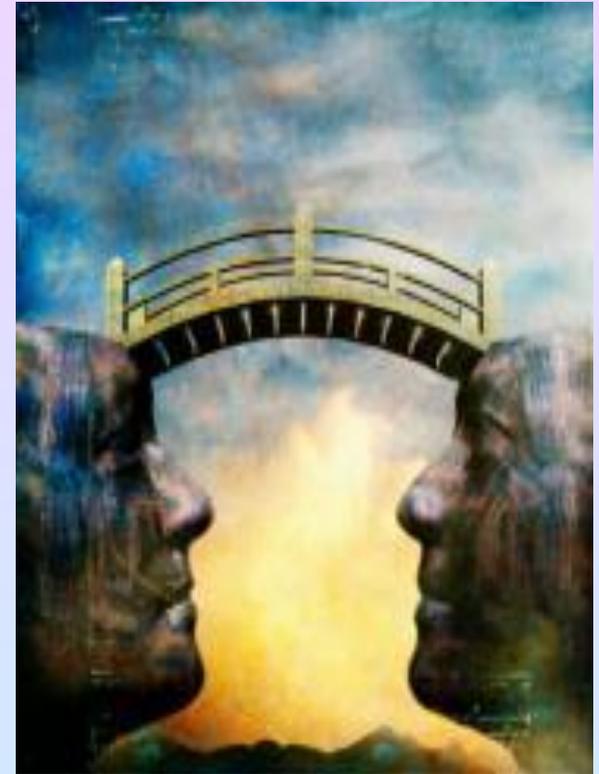


Разновидностью метода символдрамы является *имаготерапия* - использование спонтанно рождающихся у клиента образов, символов, метафор.



Суть метода

Сознание разговаривает при помощи слов. Язык бессознательного – это язык образов и символов. Символдрама помогает установить мостик между сознательными и бессознательными процессами психики. Проблема клиента может быть выражена образами. Образ можно изменить. Трансформация образа ведет к трансформации проблемы.





Этапы работы

**1 этап.
Релаксация**



**2 этап.
Фантазирование
на определенную
тему**



**3 этап.
Обсуждение
образов**

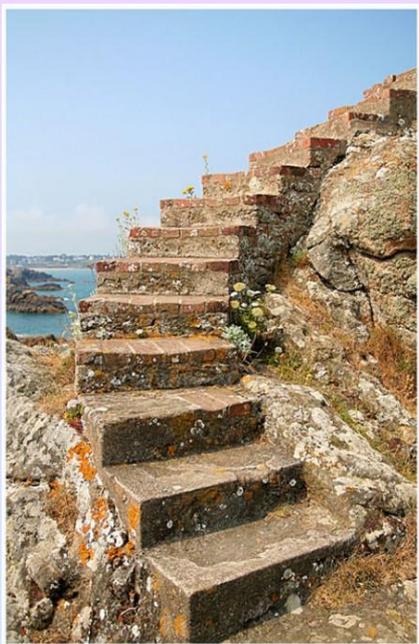
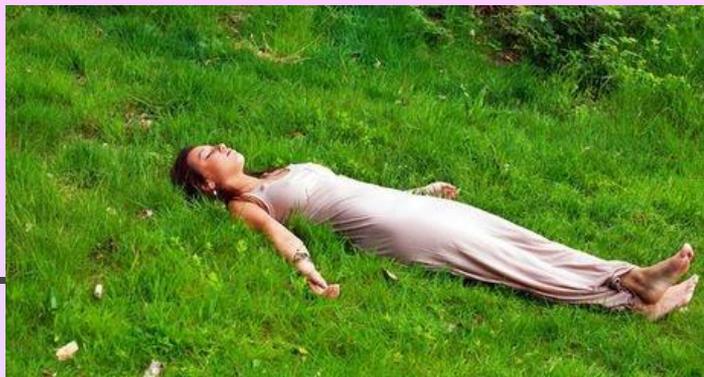
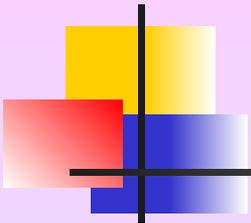
Случай 1.

«Жизнь как бразильский сериал»

Основные жалобы:

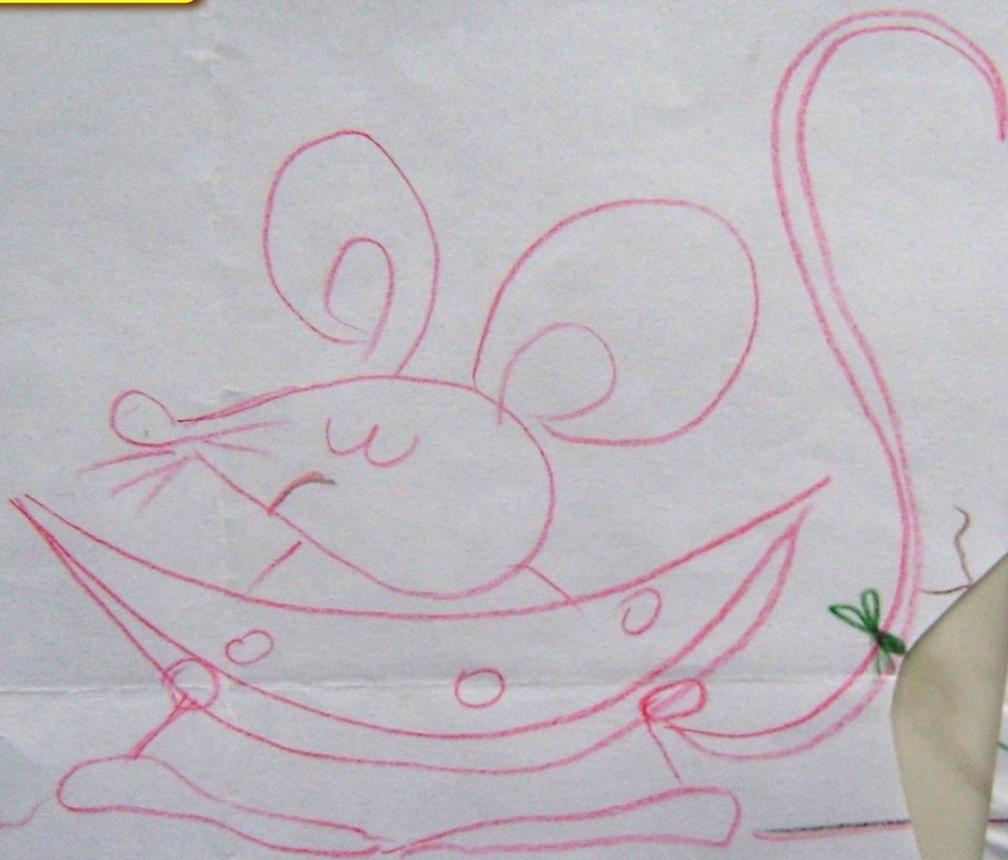
- слабость, усталость
- страх перед будущим
- страх осуждения, неприятия
- потеря смысла и цели в жизни
- «беспричинные» слезы
- сниженное настроение





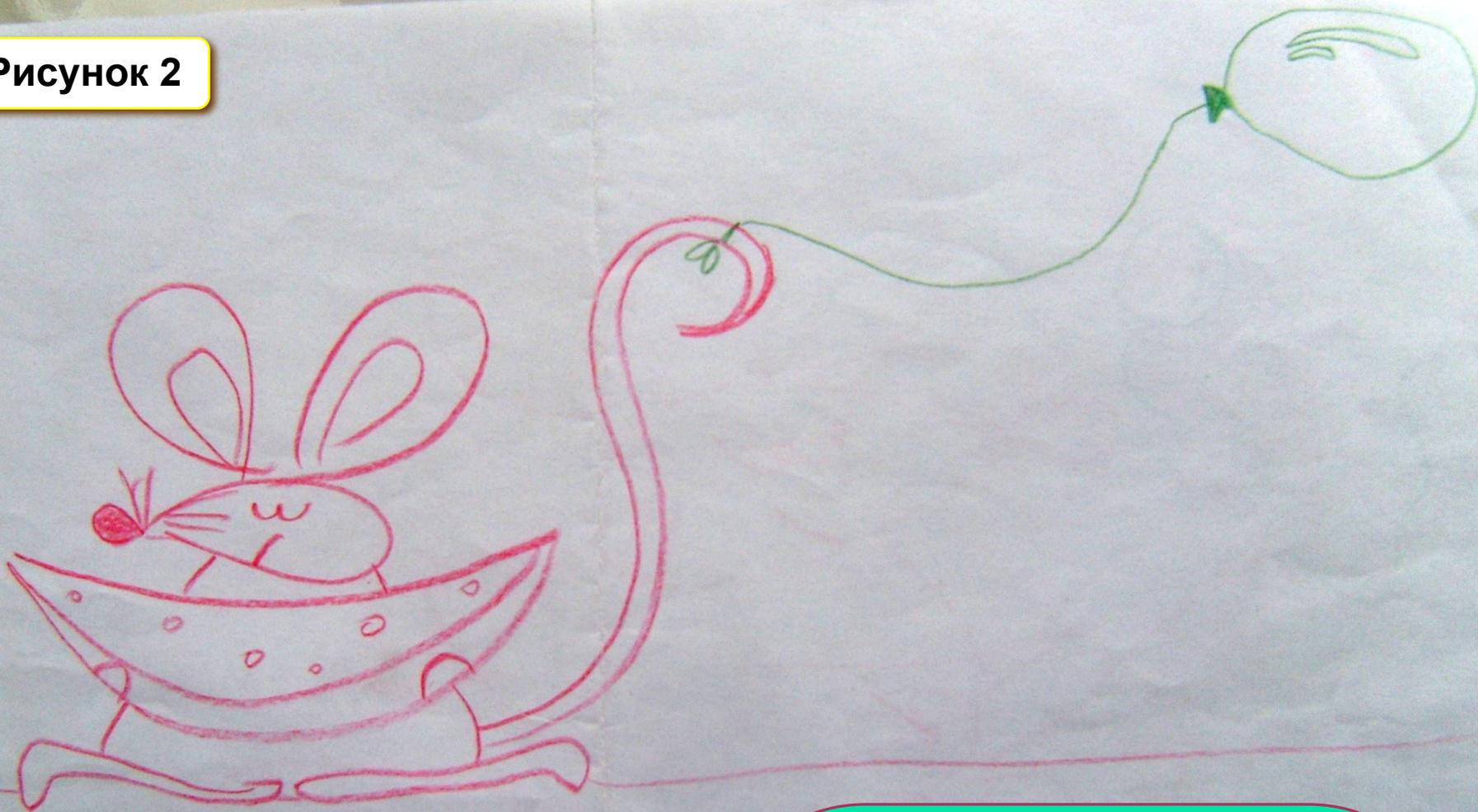
Образы клиентки

Рисунок 1



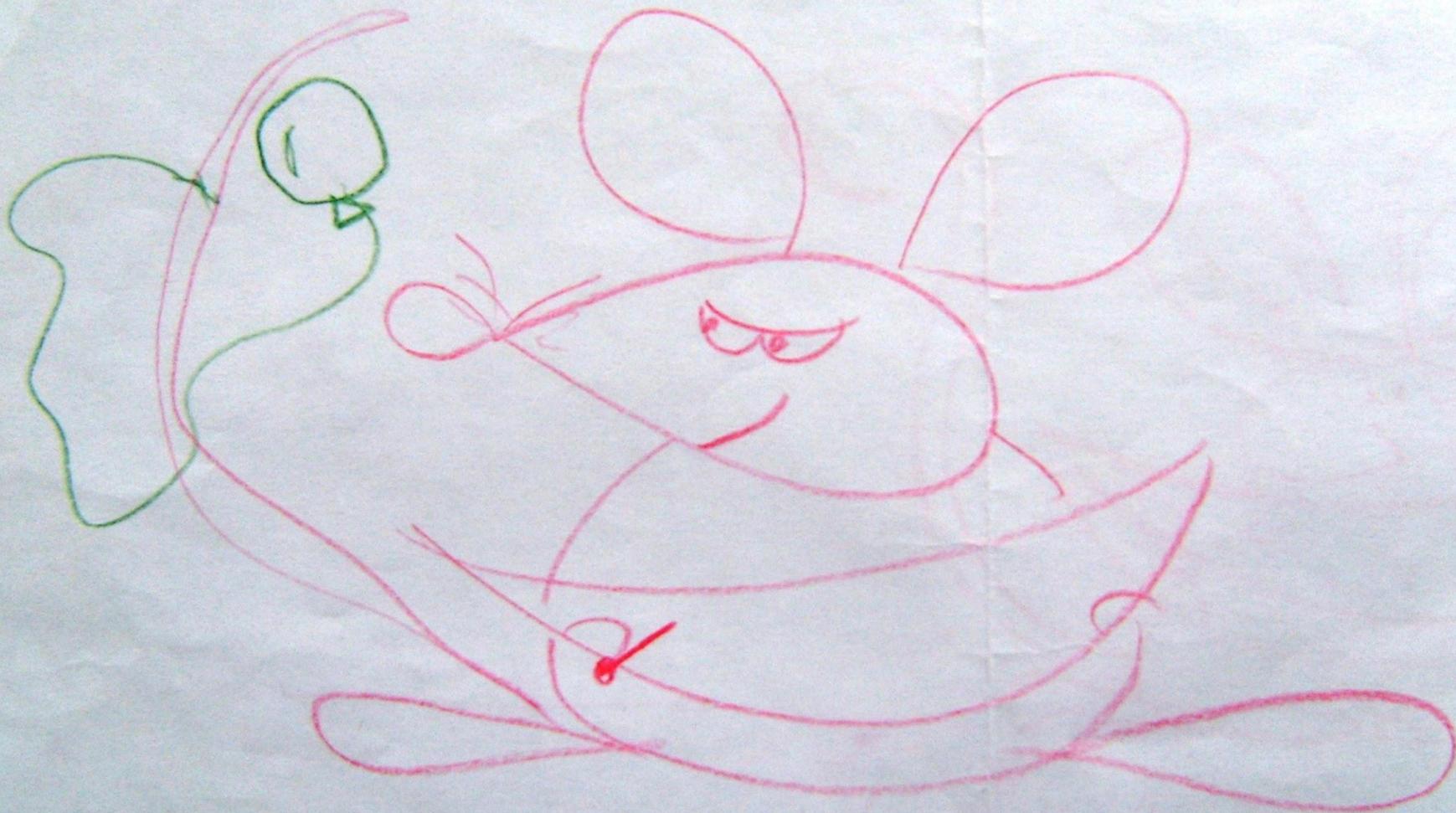
**Фантазирование-визуализация
с элементами арт-терапии**

Рисунок 2



**Образная трансформация
проблемы**

Рисунок 3



Готовность к преодолению

Случай 2. «Медведь-вина»

Основные жалобы:

- Потеря радости и интереса к жизни
- Сильное чувство вины
- Постоянно плохое настроение
- Чувство тревоги и беспомощности

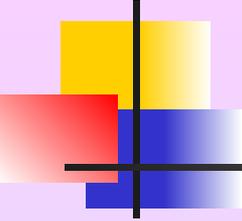


Случай 3. «Ненависть – удавка для души»

Основные жалобы:

- Стресс после разрыва отношений
- Беспокойство, тревога
- Сильное чувство ненависти к сопернице





ЛИТЕРАТУРА



- Васютин А.М. Психохирургия, или психотехники нового поколения. – Ростов н/Д: Феникс, 2004.
- Купер Дж. Энциклопедия символов. – М.: «Золотой век», 1995.
- Лёйнер Х. Кататимное переживание образов. – М.: «Эйдос», 1996.
- Обухов Я.Л. Символдрама: Кататимно-имагинативная психотерапия для детей и подростков. – М: «Эйдос», 1997.
- Стюарт В. Работа с образами и символами в психологическом консультировании. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998.