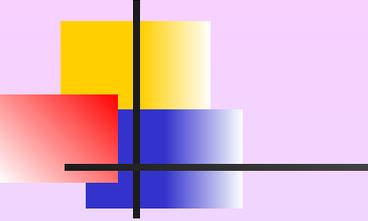


СИМВОЛДРАМА

Кататимно-имагинативная психотерапия



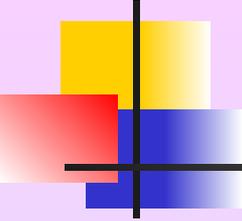
Подготовили
педагоги -психологи:
И.И.Бахтигареева
И.В. Чиркова



**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-
имагинативная
психотерапия

Инициированная
символьная
проекция

Метод
переживания
сновидений
наяву

Имаго-
терапия



Символдраму создал выдающийся немецкий психотерапевт **Ханскарл Лёйнер** (1919-1996).

В качестве метафоры можно охарактеризовать символдраму, как «психоанализ при помощи образов».

Символдрама эффективна при лечении неврозов и психосоматических заболеваний, а также при психотерапии нарушений, связанных с невротическим развитием личности.

Появлению символдрамы, как самостоятельного направления в психотерапии предшествовала длительная экспериментальная работа, проводимая Х. Лёйнером на базе клиники нервных болезней Марбургского университета в 1948 – 1954 гг.

В России символдрама появилась в 1994 году вместе с переведенными Я. Л. Обуховым работами Х. Лейнера.



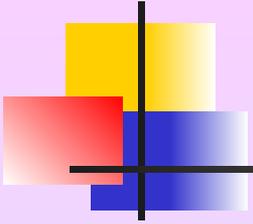
**Ханскарл
Лёйнер**

ГЛАЗ ГОРА – СИМВОЛ

Кататимно-имагинативной психотерапии



- «Глаз Гора» был выбран Х. Лейнером в качестве символа созданного им метода после путешествия по Египту летом 1958 г.
- В Древнем Египте изображение глаза Гора носили на себе как защиту от болезней, прикрепляли к косякам дверей, чтобы злая сила не входила в дом.
- Сегодня лунный «Глаз Гора», смотрящий в бессознательное, символизирует удивительную способность символдрамы заглядывать в глубины человеческой души, возвращать человеку ощущение целостности и внутреннего единства.



Психотерапия - это путешествие спелеологов по темной пещере бессознательного. Психотерапевт несет фонарь и направляет луч света в том или другом направлении, освещая уступы и ходы пути вперед. Клиент сам выбирает направление, сам решает, куда идти, сам принимает ответственность за результаты работы. Нет директивы. Только вера в Человека, его ресурс и силу".
Ханскарл Лёйнер, автор метода Символдрама

Название метода происходит от греческих слов

"ката"- "соответствующий", "зависящий" и **"ТИМОС"** -одно из обозначений "души" (в данном случае имеется ввиду "эмоциональность")

На русский язык название метода можно перевести как-

"эмоционально-обусловленное переживание образов".

Понятие **"имагинативный"** происходит от латинского слова **"имаго"** -"образ"

Основу метода составляет свободное фантазирование в форме образов, "картины" на заданную психотерапевтом тему (**МОТИВ**).

Психотерапевт выполняет при этом контролирующую, сопровождающую, направляющую функцию.



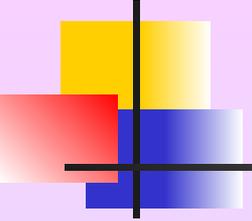
Формы работы:

- индивидуальная,
- групповая,
- для детей и подростков,
- парная, в том числе и семейная

Длительность сеанса:

- для взрослого 20-45 минут,
 - для подростка 10-20 минут,
- Обычно терапия длится 8-15 сессий.
1-2-3 встречи в неделю

В решении каких вопросов помогает символдрама



В психологии:

проблемы во взаимоотношениях;

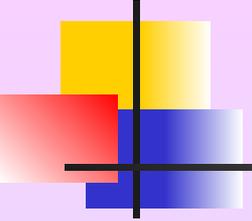
детские психотравмы, связанные с разводом родителей, смертью кого-то из родственников, неприятие сверстниками, первая несчастная любовь;

замкнутость, закомплексованность;

приступы агрессии;

трудные жизненные ситуации: увольнение с работы, развод, несложившиеся отношения.

Благодаря символдраме, вскрывается психосоматика — влияние психологических причин на развитие телесных заболеваний. Это позволяет работать с такими диагнозами, как энкопрез, энурез и заикания.



В психотерапии:

фобии;

навязчивые состояния;

нейро- и психовегетативные нарушения средней тяжести;

психосоматические расстройства;

энкопрез, энурез;

булимия, психогенное переедание, нервная анорексия;

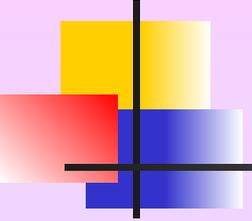
невроты с психической манифестацией;

дезадаптация;

нарушения концентрации внимания, рассеянность, проблемы с обучением;

неврастения;

сексуальные расстройства.



Противопоказания

- Ярко выраженные приступы страха;
- эпилепсия;
- тяжёлые депрессивные состояния;
- нарциссизм;
- истерические неврозы;
- психозы;
- церебрально-органические синдромы;
- отсутствие мотивации;
- заболевания, опасные для жизни: опухоли, аутоиммунные патологии, СПИД;
- возраст менее 6 лет;
- яркие шизоидные и навязчивые особенности;
- запущенные расстройства, которым уже более 3 лет.

Этапы работы

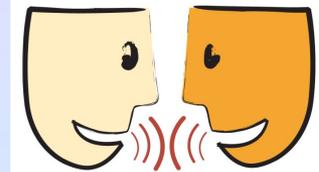
**1 этап.
Релаксация**



**2 этап.
Фантазирование
на определенную
тему**



**3 этап.
Обсуждение
образов**

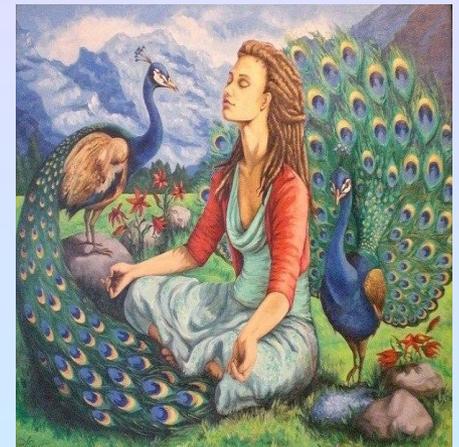


Как проходит терапия

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).



Основные мотивы символдрамы, выделенные Лейнером:

1. Мотивы основной ступени

- Мотив **луга**, символа психологического рая.
- Мотив **ручья**, с просьбой пройти по его течению.
- Мотив **горы**, на которую надо подняться.
- Мотив **дома**, который нужно осмотреть.
- Мотив **леса**, где надо посмотреть, какая символическая фигура выйдет из леса.



Перечисленные пять мотивов считаются стандартными на основной ступени кататимно-имагинативной психотерапии. В большинстве случаев их вполне достаточно для достижения результата

Мотив луга

- можно использовать в качестве вхождения в метод

Образ луга - это **матерински-оральный символ**, отражающий как связь с матерью и динамику первого года жизни, так и актуальное состояние, общий фон настроения.

Фактор настроения может быть представлен в погоде, времени года, времени суток, характере растительности на лугу.

- можно давать пациенту как один раз, так и на многих последующих сеансах.

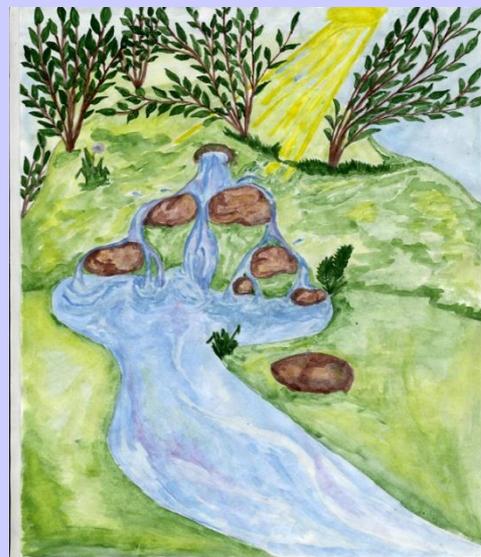
Он может оставаться также только коротким эпизодом, от которого отправляются все последующие мотивы.



Мотив ручья

Ручей - это **орально-материнский символ**, отражающий также динамику **внутренних психических процессов и психическое развитие в целом**, показывающий, насколько непрерывно, гармонично и последовательно протекает внутренняя психическая жизнь. Кроме того, вода - это животворящее начало, дающий оральную подпитку, плодотворный и исцеляющий элемент.

Мотив ручья задается, опираясь на мотив луга.



Основное глубинно-психологическое значение этого многогранного мотива постоянно текущего потока - это символическое **выражение текущего психического развития, беспрепятственного развертывания психической энергии.**

Мотив горы

- это скорее *эдипальный* мотив, затрагивающий *половую идентификацию, отношение с родителями и другими значимыми, авторитетными фигурами.*

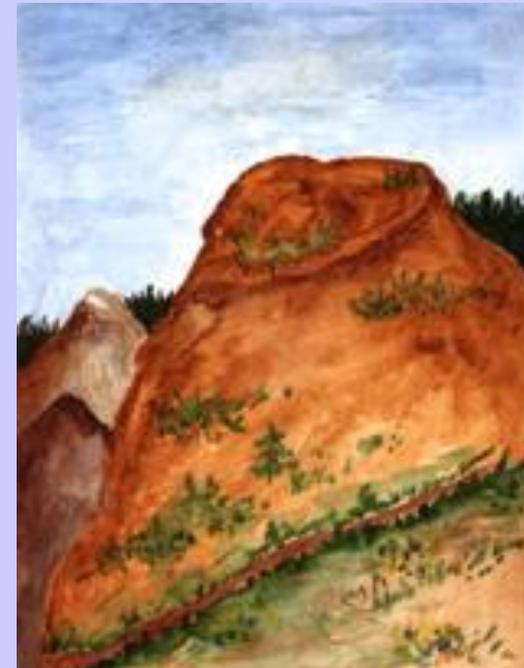
Мотив горы особенно показан в случае

- проблем соперничества, закомплексованности и неуверенности в себе,
- проблем достижения,
- в случае депрессивной пассивности,
- проблем со своей половой идентификацией,
- в случае заикания.

Может занимать в некоторых случаях больше времени, чем обычно продолжается представление других мотивов

Включает в себя **четыре основные составляющие:**

- ✓ рассматривание и точное описание горы издалека,
- ✓ подъем в гору,
- ✓ описание открывающейся с вершины горы панорамы,
- ✓ спуск с горы.



Особенно выраженной объектной зависимости можно считать случай, когда пациент представляет себя в центре горного массива, в котловине, окруженный со всех сторон кольцом гор.

Мотив дома

Мотив дома-многоплановый, и ему отводится особо важное значение в курсе символдрамы.

В мотиве дома, в его комнатах и служебных помещениях, в том, как они оборудованы, находят выражение структуры, в которые пациент проецирует себя и свои желания, пристрастия, семейные проблемы, защитные установки и страхи.



В мотиве дома проявляется актуальная самооценка пациента и переживаемое им в данный момент эмоциональное состояние.

Различные помещения дома символизируют различные стороны личности.

Мотив дома во многом ситуативен. В различные периоды в разных состояниях один и тот же пациент может представлять мотив дома по-разному.

Мотив дома

Пациента просят прежде всего описать дом

- снаружи, а также все, что находится вокруг него;

Уже при внешнем рассмотрении дома следует спросить пациента, что он ему напоминает. Иногда дом бывает похож на собственную дачу, дом бабушки или других важных близких людей. Это же относится и к внутренним частям дома. Данный критерий позволяет судить об объектной зависимости пациента от значимых для него лиц.

- внутри, когда он туда вошел

Когда пациент заходит внутрь дома, следует попросить его точно описать все, что он там видит. Пациент сам определяет последовательность осмотра помещений дома. При этом следует обратить внимание, в какие помещения пациент направится сначала, а какие он избегает. Избегание определенных помещений в доме связано с вытесненными проблемами.

Особое значение имеет **кухня** как место, где он находится и готовится еда.

Кухня символизирует отношение с матерью и отражает прохождение пациентом оральной стадии.

Мотив опушки леса

Цель этого мотива - вызвать представление образа значимого лица или символического существа, воплощающих бессознательные страхи или проблемы. Задание мотива *опушки леса* направлено на ожидание существа, которое выйдет из темноты леса на опушку.

Позволяет проработать глубинные проблемы, бессознательные конфликты первых лет жизни и актуальные ситуативные переживания.



РАБОТА С РИСУНКОМ

Важное место в работе по методу символдрамы занимает рисование пациентом пережитого им образа.

Необходимо дать пациенту полную свободу в **выборе** величины и формата листа бумаги, а также в выборе средств для рисования.

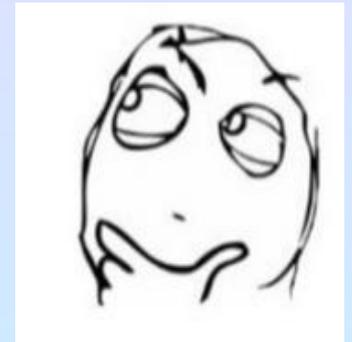
При анализе рисунка используется ряд объективных диагностических критериев:

- ▣ **величина и формат выбранного листа бумаги**
- ▣ **горизонтальное или вертикальное положение листа бумаги**
- ▣ **наличие или отсутствие специально нарисованных пациентом рамок**
- ▣ **средства, которые пациент выбирает для рисования**
- ▣ **наличие или отсутствие перспективы**

При анализе рисунка необходимо учитывать все необычные, отличные от нормы элементы, утрирования, диспропорции, отсутствие определенных частей тела и т. д. **Интерпретация этих признаков проводится в соответствии с принципами классических рисуночных тестов (например, теста "Несуществующее животное").**

2. Мотивы средней ступени

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



3 . 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.

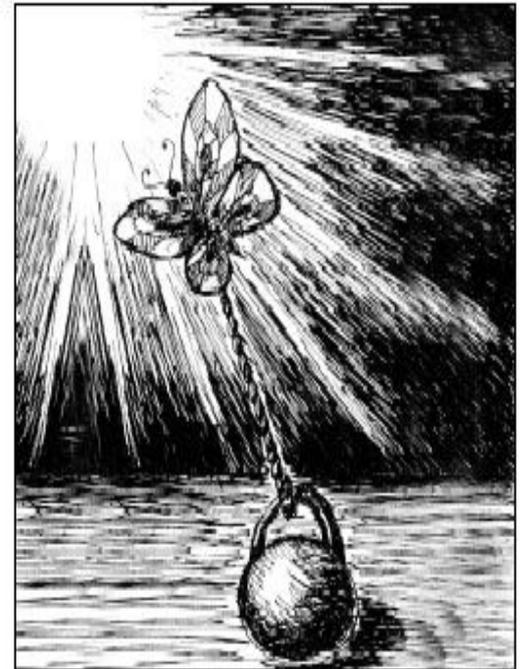


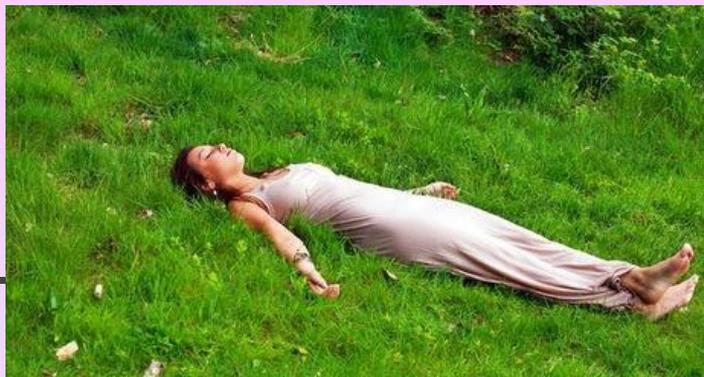
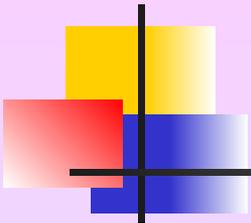
Случай 1.

«Жизнь как бразильский сериал»

Основные жалобы:

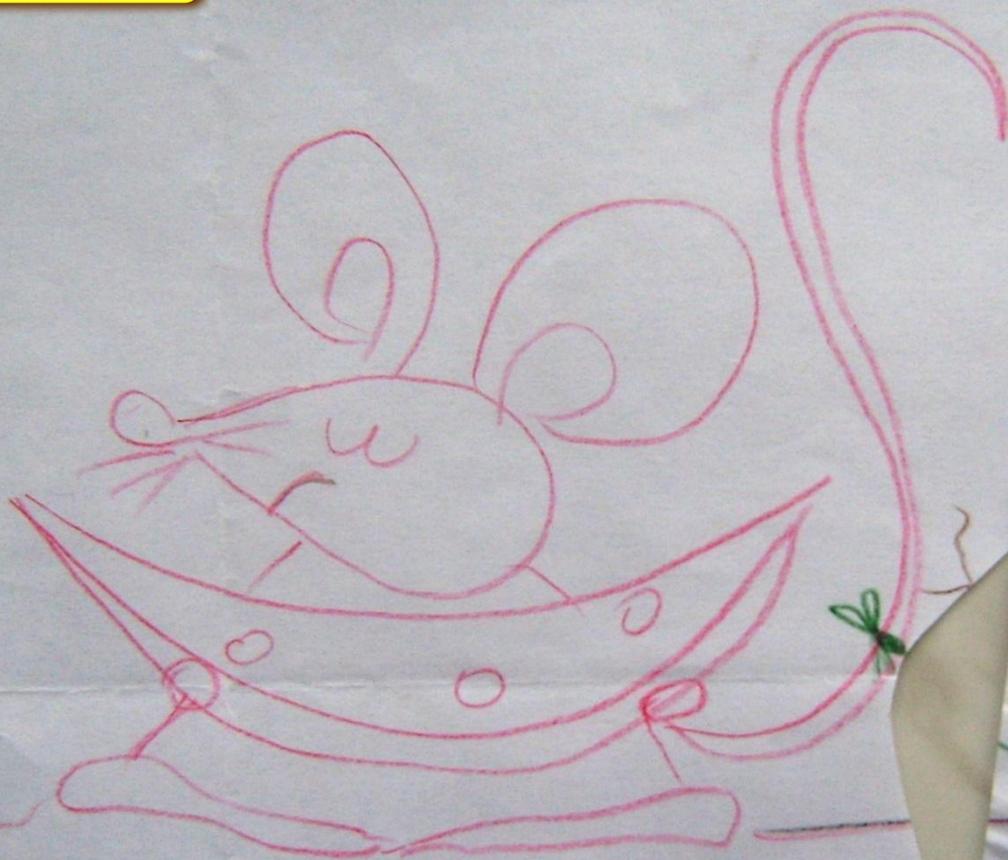
- слабость, усталость
- страх перед будущим
- страх осуждения, неприятия
- потеря смысла и цели в жизни
- «беспричинные» слезы
- сниженное настроение





Образы клиентки

Рисунок 1



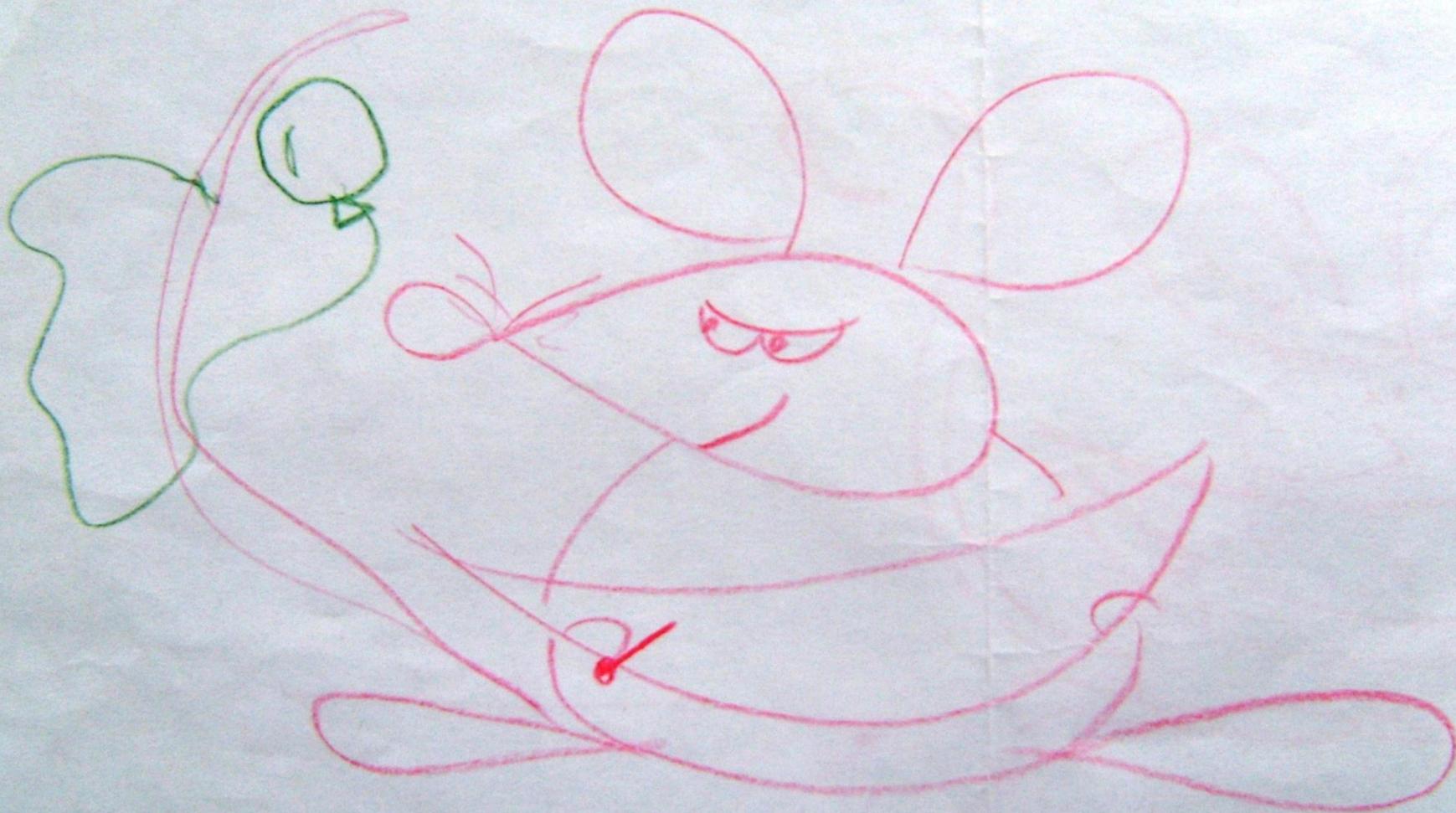
**Фантазирование-визуализация
с элементами арт-терапии**

Рисунок 2



**Образная трансформация
проблемы**

Рисунок 3



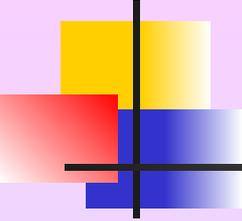
Готовность к преодолению



Символдрама дает возможность глубоко пережить, проработать и принять то, что при использовании когнитивных техник психотерапии оставалось бы на поверхностном уровне. Благодаря этому, даже негативные переживания в образе имеют мощный психотерапевтический эффект.

Это один из самых гуманных и красивых методов в психотерапии, который успешно используется во многих странах мира. В последние годы символдрама становится все более популярной в нашей стране.





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.