

Утверждаю:
Директор МКОУ для детей-
сирот и детей, оставшихся
без попечения родителей
«Верх-Чебулинский
районный детский дом»
_____ Л.П. Максимова

Приказ № _____
от «___» _____ 20___ г.

Программа
индивидуальных психокоррекционных занятий
с подростками в кризисной ситуации, после
травматического события
муниципального казенного образовательного учреждения
для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей
«Верх-Чебулинский районный детский дом»
2015-2016 учебный год

Программа принята
на педагогическом совете
МКОУ «Верх-Чебулинский
районный детский дом»
Протокол № ____
от «___» _____ 20___ г.

Пояснительная записка

Личность, как объект жизненного процесса подвергается воздействию различных событий жизни как позитивных, так и негативных. Не исключены и такие, как травматические события или ситуации, после которых личностные психологические ресурсы человека исчерпываются и ему необходима помощь.

Травматические события, обладающие мощным негативным следствием, такие как: потеря значимого взрослого, экстремальные ситуации, угроза жизни для самого себя и значимого близкого, потеря любимого животного, психологические и физические травмы и др. психогенные ситуации, вызывают травматический стресс. Психологические последствия травматических событий выражаются в посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР), возникающем как затяжная или отсроченная реакция на ситуации, сопряжённая с серьёзной угрозой жизни и психическому и физическому здоровью.

Программа предназначена для психокоррекционной работы с подростками младшего и старшего возраста (11 – 17 лет), находящихся в кризисном состоянии после травматического события (потеря значимого взрослого, экстремальные ситуации, угроза жизни для самого себя и значимого близкого, потеря любимого животного, психологические и физические травмы и др. психогенные ситуации).

Цель программы:

Психокоррекция эмоционально-личностной сферы подростка, находящегося в кризисной ситуации после травматического события.

Задачи:

1. Диагностировать адаптационные ресурсы подростка и степень влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние.
2. Активизировать ресурсы психики, формировать ощущение защищённости в этом мире.
3. Корректировать симптомы ПТСР.
4. Создавать внутренний, “хороший” неперсонифицированный объект, как ресурс восстановления личности после травмы.
5. Соединить тела и эмоций, работа на соединение “Я – плохого” и “Я-хорошего”, “Я” и травматическое событие.

Форма работы. Основная форма коррекционной работы на первых этапах – индивидуальная. Не исключена и групповая работа на заключительных этапах коррекции, так как социализация подростка после травмы является одним из ресурсов личности (ведущий вид деятельности подростка по периодизации Д. Б. Эльконина – “интимно-личностное общение”).

Психокоррекционная работа по данной программе строится на базе психодинамического (З.Фрейд) и экзистенциально гуманистического подхода (К.Г. Юнг, Х. К. Лейнер) с использованием техник символдрамы (кататимно-имагинативная психотерапия, КИП или направленное активное воображение – НАВ) [1; 4; 5; 6; 7; 9; 12], песочной психотерапии [1; 11; 13] и арт-терапии (техники использования мандалы) [3; 8; 14], сказкотерапии [1; 2].

При работе с психологическими травмами и ПТСР предполагается минимально срок психокоррекционной работы – 1 год, с режимом встреч 1-2 раза в неделю. Возможности метода символдрамы таковы, что уже краткосрочная коррекция в режиме работы педагога-психолога (15-20 встреч) даёт ощутимые результаты и положительную динамику в эмоционально-личностной сфере и подросток имеет возможность начать восстанавливаться после травмы и быть социально-активным участником жизненного процесса.

Данная программа состоит из 25 индивидуальных встреч по 1 академическому часу.

Организационные условия:

Для реализации продуктивной работы необходимы: уютное помещение с креслами (для индивидуальной работы), бумага, ватман, краски, пастель, цветные карандаши, фломастеры, пластилин, глина, аудиоаппаратура и записи релаксационной музыки.

Теоретическое обоснование методов психокоррекционной работы в данной программе: Символдрама, известная также как кататимно-имагинативная психотерапия – это метод глубоко ориентированной психотерапии, который клинически высоко эффективный при краткосрочном лечении неврозов и психосоматических заболеваний, а также при психотерапии нарушений, связанных с невротическим развитием личности. Преимуществом данного метода является его глубокая теоретическая обоснованность и тщательная разработка всего комплекса терапевтических действий. Метод разработан известным немецким психотерапевтом профессором Ханскарлом Лейнером (1919-1996). Применительно к работе с детьми и подростками символдрама развивалась известным немецким детским психоаналитиком и социальным педагогом Гюнтером Хорном. Психотерапевтический спектр данного метода базируется на раскрытии бессознательных конфликтов и распространяется на области творческого развития и удовлетворения архаических потребностей. Способствуя переживаниям пациента, метод оказывает глубокое психотерапевтическое воздействие. Основу символдрамы (кататимно-имагинативная психотерапия, КИП) составляет фантазирование в форме образов на свободную или заданную психотерапевтом тему (мотив). Мотивы, используемые в символдраме, были выработаны в ходе долгой экспериментальной работы. В настоящее время применяется более 150 символдраматических мотивов. Все мотивы имеют как правило, широкий диапазон диагностического и терапевтического применения. Психолог-специалист предлагая клиенту темы для кристаллизации его образной фантазии, выполняет при этом сопровождающую, направляющую и контролирующую функцию в соответствии со специально разработанными правилами. Темы мотивов соотносятся с проблематикой личности, её аффективными нарушениями, в том числе с периодом детского развития, а также в случаях определенных заболеваний и патологических симптомов. Важная роль в работе по методу символдрамы отводится работе с рисунком, который рисуется после сеанса представления образов. В основе работы с рисунком лежит специальная техника диагностической и психокоррекционной работы с наполненными эмоциями образами. Это не только стимулирует творческое начало клиента, но и оказывает систематизирующее, терапевтическое воздействие на понимание эмоций и чувств. Работа с рисунком позволяет способствовать повышению уровня осознания проблем, лучшего понимания себя и своего внутреннего ребенка, достижения большей зрелости личности, формирует уверенность в своих возможностях, в том числе и в умении строить семейные отношения, воспитывать детей.

Творческая работа с мандалами может помочь человеку укрепить связь между сознательным и бессознательным “Я”. Одно из главных преимуществ работы с мандалами – это то, что каждый человек раскрывает себя сам с помощью своего Внутреннего Ребёнка, с помощью созерцания, карандашей, красок и определенного количества свободного времени. *Мандалы* — это нечто большее, чем просто рисунки, выполненные на бумаге, ткани или песке, *это есть способ объединения того, что было разобщено в единое целое.* Для клиента мандала — это не столько законченный художественный объект, а сколько *способ обобщения и упорядочивания себя, своего внутреннего мира.* Творческая работа с мандалой из-за её концентрической структуры привносит нужную энергию во внутренний мир человека для восстановления равновесия и спокойствия, чтобы человек чувствовал себя такими же “круглым” и цельным, как мандала.

Тематический план:

Направление работы	Номер встречи п/п	Тематическое содержание (методики диагностики, упражнения, психотехники, символдраматический мотив)	Форма работы	Кол-во часов
Диагностический блок	1	Встреча с подростком, психотерапевтическая беседа, согласование рамок работы, определение путей помощи подростку.	Инд.	1 ак.ч.
	2	Диагностические методики: САН, Диагностическая анкета критических ситуаций подростков.	Инд.	1 ак.ч.
	3	Диагностическая методика “Человек-Человек под дождём – Дождь в сказочной стране” [3] (диагностика адаптационных ресурсов и степени влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние, ресурсная способность противостоять негативным влияниям стрессовой ситуации)	Инд.	1 ак.ч.
	5	Тест-мотив (символдрама) “Луг” [6;8] (“ландшафт души”, диагностика эмоционального состояния)	Инд.	1 ак.ч.
Коррекционный блок	6	Мотив (символдрама) “Смена времен года” [6;8] (первичное снятие симптомов ПТСР, активизация ресурсов психики)	Инд.	1 ак.ч.
	7	Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков.	Инд.	1 ак.ч.

8	Мотив (символдрама) “Моё защищённое место” [6;8] (активизация ресурсов психики, формирование ощущения защищённости в этом мире) Картина по мотиву. Аналитическая беседа.	Инд.	1 ак.ч.
9	Мотив (символдрама) “Внутренний помощник” [6;8] (создание внутреннего, “хорошего” неперсонифицированного объекта)	Инд.	1 ак.ч.
10	Мотив (символдрама) “Мост” [6;8] (соединение тела и эмоций, работа на соединение “Я – плохого” и “Я-хорошего”, “Я” и травматическое событие)	Инд.	1 ак.ч.
12	Арт-техника “9 маленьких мандал” (так как при травматических событиях имеет место развитие алекситимии, то необходима работа с чувствами и эмоциями)	Инд.	1 ак.ч.
13	Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков (проработка эмоций)		
14	Мотив (символдрама) “Внутренний ребенок” [6;8] (создание внутреннего “хорошего” персонифицированного объекта)	Инд.	1 ак.ч.
15	Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков.	Инд.	1 ак.ч.
16	Травмоэкспозиция: мотив (символдрама, NLP) “Посмотреть на ситуацию, как в кинотеатре”	Инд.	1 ак.ч.
17	Работа с интроектом Зла: мотив (символдрама) “Путь Героя” [6;8]	Инд.	1 ак.ч.
18	Мотив (символдрама) “Я прекрасный цветок растущий к солнцу” [6;8]	Инд.	1 ак.ч.
19	Композиция на тему “Картина про	Инд.	1 ак.ч.

		меня” (диагностика эмоционального состояния в процессе коррекционной работы, диагностика внутреннего мировосприятия)		
	20	Мотив (символдрама) “Триумфальное шествие” [6;8]	Инд.	1 ак.ч.
	21	Работа с открытками (Активизация чувствования, переживание и отреагирование.)	Груп.	1 ак.ч.
Блок оценки коррекционных воздействий	22	Тест-мотив (символдрама) “Луг” [6;8] (“ландшафт души”, мониторинг эмоционального состояния)	Инд.	1 ак.ч.
	23	Диагностическая методика “Человек-Человек под дождём – Дождь в сказочной стране” [3] (мониторинг адаптационных ресурсов и степени влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние, ресурсная способность противостоять негативным влияниям стрессовой ситуации)	Инд.	1 ак.ч.
	24	Диагностические методики: САН (мониторинг) Коррекционно-аналитическая работа по символизму рисунков.	Инд.	1 ак.ч.
	25	Терапевтическая беседа с подростком , подведение итогов, оценка подростком своего самочувствия и жизненной активности, проговаривание о возможности возвращения к индивидуальной работе, если подросток почувствует в этом необходимость	Инд.	1 ак.ч.
	26	Консультативная беседа с воспитателями.	Инд.	1 ак.ч.

Литература:

1. **Боев И. В.** Символдрама: коррекция личностных и поведенческих нарушений: монография / И. В. Боев, Я. Л. Обухов. – Ставрополь: Сервисшкола, 2009. – 167 с.
2. **Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М.** Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.– СПб.: Издательство “Речь”, 2005.-340 с.: ил.
3. **Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Кудзилов Д. Б.** Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.
4. **Копытин А. И.** Руководство по групповой арт-терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 320 с.
5. Киевское общество символдрамы. Из архива Ханскарла Лейнера. – Киев, 2000.
6. **Лейнер Ханскарл.** Кататимное переживание образов: Основное Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; ступень; Семинар: пер. с нем. – М.: “Эйдос”, 1996.
7. Материалы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса школы. Департамент образования города Алматы. Институт повышения квалификации и переподготовки кадров системы образования города Алматы. Алматы.: 2006. – С.19
8. **Обухов Я.Л.** Символдрама: Кататимно-имагинативная психотерапия детей и подростков. – М., “Эйдос”, 1997
9. **Обухов Я. Л.** Образ – рисунок – символ // Журнал практического психолога. 1996. №4. С. 44-54.
10. **Пурнис Н. Е.** Арт – терапия. Аспекты трансперсональной психологии. – СПб.: Речь, 2008. – 208 с.
11. Символдрама. Сборник научных трудов Е.К. Агеенковой, Т.Б. Василец, И.Е. Винова и др. Под ред. Я.Л. Обухова и В.А. Поликарпова. Мн.: Европейский гуманитарный университет, 2001
12. **Сидоров П. И., Парняков А. В.** Введение в клиническую психологию. – М.: “Академический проект”, 2000.
13. **Штейнхард Ленор.** Юнгианская песочная психотерапия.– СПб.: Питер, 2001.- 320с.: ил. (Серия “Практикум по психотерапии”)
14. **Шевелёва Е. В.** Опыт психолого-коррекционной работы по методу символдрамы в условиях ПМПС школы-лицея // Мектептегі психология – Психология в школе. 2009. – №2. – С. 24-26
15. **Шевелёва Е. В.** Песочная терапия в практике психолога ПМПС школы. // Мектептегі психология – Психология в школе. 2009 – №3. – С.41-43
16. **Грин Шиа** Практический курс медитации для начинающих: 60 мандал для рисования и раскрашивания.– М.: АСТ; Астрель, 2007
17. **Dora M. Kallff.** Introduction to Sandplay Therapy. Journal of Sandplay Therapy, Volume 1, Number 1, 1991.

Пояснительная записка

Личность, как объект жизненного процесса подвергается воздействию различных событий жизни как позитивных, так и негативных. Не исключены и такие, как травматические события или ситуации, после которых личностные психологические ресурсы человека исчерпываются и ему необходима помощь.

Травматические события, обладающие мощным негативным следствием, такие как: потеря значимого взрослого, экстремальные ситуации, угроза жизни для самого себя и значимого близкого, потеря любимого животного, психологические и физические травмы и др. психогенные ситуации, вызывают травматический стресс. Психологические последствия травматических событий выражаются в посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР), возникающем как затяжная или отсроченная реакция на ситуации, сопряжённая с серьёзной угрозой жизни и психическому и физическому здоровью.

Программа предназначена для психокоррекционной работы с подростками младшего и старшего возраста (11 – 17 лет), находящихся в кризисном состоянии после травматического события (потеря значимого взрослого, экстремальные ситуации, угроза жизни для самого себя и значимого близкого, потеря любимого животного, психологические и физические травмы и др. психогенные ситуации).

Цель программы:

Психокоррекция эмоционально-личностной сферы подростка, находящегося в кризисной ситуации после травматического события.

Задачи:

1. Диагностировать адаптационные ресурсы подростка и степень влияния стрессовой ситуации на эмоциональное состояние.
2. Активизировать ресурсы психики, формировать ощущение защищённости в этом мире.
3. Корректировать симптомы ПТСР.
4. Создавать внутренний, “хороший” неперсонифицированный объект, как ресурс восстановления личности после травмы.
5. Соединить тела и эмоций, работа на соединение “Я – плохого” и “Я-хорошего”, “Я” и травматическое событие.

Форма работы. Основная форма коррекционной работы на первых этапах – индивидуальная. Не исключена и групповая работа на заключительных этапах коррекции, так как социализация подростка после травмы является одним из ресурсов личности (ведущий вид деятельности подростка по периодизации Д. Б. Эльконина – “интимно-личностное общение”).

Психокоррекционная работа по данной программе строится на базе психодинамического (З.Фрейд) и экзистенциально гуманистического подхода (К.Г. Юнг, Х. К. Лейнер) с использованием техник символдрамы (кататимно-имагинативная психотерапия, КИП или направленное активное воображение – НАВ) [1; 4; 5; 6; 7; 9; 12], песочной психотерапии [1; 11; 13] и арт-терапии (техники использования мандалы) [3; 8; 14], сказкотерапии [1; 2]

При работе с психологическими травмами и ПТСР предполагается минимально срок психокоррекционной работы – 1 год, с режимом встреч 1-2 раза в неделю. Возможности метода символдрамы таковы, что уже краткосрочная коррекция в режиме работы педагога-психолога (15-20 встреч) даёт ощутимые результаты и положительную динамику в эмоционально-личностной сфере и подросток имеет возможность начать восстанавливаться после травмы и быть социально-активным участником жизненного процесса.

Данная программа состоит из 25 индивидуальных встреч по 1 академическому часу.

Организационные условия:

Для реализации продуктивной работы необходимы: уютное помещение с креслами (для индивидуальной работы), бумага, ватман, краски, пастель, цветные карандаши, фломастеры, пластилин, глина, аудиоаппаратура и записи релаксационной музыки.

Теоретическое обоснование методов психокоррекционной работы в данной программе: Символдрама, известная также как кататимно-имагинативная психотерапия – это метод глубоко ориентированной психотерапии, который клинически высоко эффективный при краткосрочном лечении неврозов и психосоматических заболеваний, а также при психотерапии нарушений, связанных с невротическим развитием личности. Преимуществом данного метода является его глубокая теоретическая обоснованность и тщательная разработка всего комплекса терапевтических действий. Метод разработан известным немецким психотерапевтом профессором Ханскарлом Лейнером (1919-1996). Применительно к работе с детьми и подростками символдрама развивалась известным немецким детским психоаналитиком и социальным педагогом Гюнтером Хорном. Психотерапевтический спектр данного метода базируется на раскрытии бессознательных конфликтов и распространяется на области творческого развития и удовлетворения архаических потребностей. Способствуя переживаниям пациента, метод оказывает глубокое психотерапевтическое воздействие. Основу символдрамы (кататимно-имагинативная психотерапия, КИП) составляет фантазирование в форме образов на свободную или заданную психотерапевтом тему (мотив). Мотивы, используемые в символдраме, были выработаны в ходе долгой экспериментальной работы. В настоящее время применяется более 150 символдраматических мотивов. Все мотивы имеют как правило, широкий диапазон диагностического и терапевтического применения. Психолог-специалист предлагая клиенту темы для кристаллизации его образной фантазии, выполняет при этом сопровождающую, направляющую и контролирующую функцию в соответствии со специально разработанными правилами. Темы мотивов соотносятся с проблематикой личности, её аффективными нарушениями, в том числе с периодом детского развития, а также в случаях определенных заболеваний и патологических симптомов. Важная роль в работе по методу символдрамы отводится работе с рисунком, который рисуется после сеанса представления образов. В основе работы с рисунком лежит специальная техника диагностической и психокоррекционной работы с наполненными эмоциями образами. Это не только стимулирует творческое начало клиента, но и оказывает систематизирующее, терапевтическое воздействие на понимание эмоций и чувств. Работа с рисунком позволяет способствовать повышению уровня осознания проблем, лучшего понимания себя и своего внутреннего ребенка, достижения большей зрелости личности, формирует уверенность в своих возможностях, в том числе и в умении строить семейные отношения, воспитывать детей.

Творческая работа с мандалами может помочь человеку укрепить связь между сознательным и бессознательным “Я”. Одно из главных преимуществ работы с мандалами – это то, что каждый человек раскрывает себя сам с помощью своего Внутреннего Ребёнка, с помощью созерцания, карандашей, красок и определенного количества свободного времени. *Мандалы* — это нечто большее, чем просто рисунки, выполненные на бумаге, ткани или песке, *это есть способ объединения того, что было разобщено в единое целое.* Для клиента мандала — это не столько законченный художественный объект, а сколько *способ обобщения и упорядочивания себя, своего внутреннего мира.* Творческая работа с мандалой из-за её концентрической структуры приносит нужную энергию во внутренний мир человека для восстановления равновесия и спокойствия, чтобы человек чувствовал себя такими же “круглым” и цельным, как мандала.

Описание используемых техник:

Символдраматические мотивы и подробная техника ведения психокоррекции по методу символдрамы описаны в книгах Обухова Я. Л. и др. специалистов (см. раздел “Литература”).

Основные мотивы символдрамы для детей и подростков.

«Закрой глаза. Представь, что ты совершенно расслабился. Приятная усталость во всем теле. - Все, что происходит вокруг, перестает тебя интересовать, и ты слышишь только то, что говорю тебе я, и ты сам полностью расслабился. Во всем теле приятная усталость. - Твое дыхание совершенно спокойное и ровное, руки и ноги становятся приятно тяжелыми и теплыми. - Ты становишься все спокойнее и представляешь теперь себе, что ты на лугу. - И если ты что-то представишь, опиши мне, как это выглядит».

Луг

Мотив луга имеет очень широкое символическое значение. В работе с детьми и подростками он используется как исходный образ каждого психотерапевтического сеанса, после представления которого можно попросить представить ручей, гору, дом и т. д. Мотив луга можно использовать на следующем сеансе после теста с цветком, деревом или тремя деревьями в качестве вхождения в метод, а также в начале каждого последующего сеанса сновидений наяву.

Образ луга - это матерински-оральный символ, отражающий как связь с матерью и динамику переживаний 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. В норме это летнее время года или поздняя весна, день или утро, погода хорошая, на небе солнце, вокруг богатая, сочная растительность, представленная обилием трав и цветов. Луг приветливый, даже ласковый, залитый ярким солнечным светом.

Если же на первом году жизни ребенок сталкивался с определенными проблемами (болезнь, физическое или психологическое отсутствие матери и пр.), а также в случае общего депрессивного или тревожного фона настроения, небо может быть серым и пасмурным, все вокруг может быть мрачным и угрюмым, может идти дождь или начаться буря. Осеннее или зимнее время года указывает на, возможно, еще более глубокую, прочнее укорененную базовую фрустрацию оральной потребности. Зимний пейзаж может быть связан с характерным для подросткового возраста механизмом защиты по типу аскетического поведения*.

В общих чертах, осенняя ситуация наводит на мысль о печальном, плохом настроении, весенняя - об оптимистическом ожидании, а летняя - об удовлетворяющем чувстве исполнения чего-то.

Материнская символика луга может быть еще более акцентирована тем, что на нем пасутся коровы.

Следует расспросить пациента о размерах *луга* и о том, что находится по его краям. Подростки представляют иногда бесконечно протянувшиеся *луга*, уходящие на многие километры вдаль. В этом может проявляться *недостаточная дифференциация границ* их собственного *Я* и *иллюзорные ожидания* относительно их будущей жизни. Другая крайность - очень небольшая, задавленная со всех сторон давящим лесом поляна - может свидетельствовать о *депрессивных тенденциях, подавленном состоянии, зажатости, закомплексованности*.

Работа с мотивом *луга*, конечно же, не исчерпывается описанной выше диагностической стороной. Представление образа *луга* имеет сильный психотерапевтический эффект. В техническом отношении пациенту предлагается делать на лугу все, что он хочет. При этом пациенту задается вопрос: “Что бы Вам хотелось сейчас сделать?” У пациента могут появиться такие желания, как погулять, полежать в траве, пособирать цветы, изучить окрестности и т. д. Другими словами, психотерапевт занимает так называемую *разрешительную, всё позволяющую* позицию и в некоторой мере даже представляет пациенту *ведение*.

Нередко пациент оказывается в растерянности, не зная, что ему делать на лугу. В этом, как и в целом в *символдраме*, проявляются наиболее типичные для данного человека тенденции поведения, которые, как правило, свойственны ему также и в реальной жизни, хотя они не всегда им осознаются. Если пациенту не приходит ничего в голову, что бы он мог сделать на *лугу*, то, наверное, и в обычной ситуации он не знает, что ему делать и что доставит ему радость. Такой человек не привык следовать собственным желаниям и импульсам. Он скорее склонен к пассивной установке и предпочитает получать указания и инструкции от других людей. Предоставление свободы может, таким образом, вызвать у него тягостное и беспомощное состояние, поставив его перед внутренней дилеммой. Подобная пассивная установка может быть частью нарушения, которое характеризуется как *невротическое развитие личности* или *невроз характера*, коррекция которого очень сложна и трудоемка.

Мотив *луга* 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 “цветок”

Мотив цветка больше подходит для девочек на *латентной* стадии, чем для мальчиков, которым предпочтительнее давать более динамичные мотивы.

В работе со старшими подростками и со взрослыми пациентами мотив цветка служит для введения в Кататимно-имагинативную психотерапию. Так называемый “*тест цветок*” дается, как правило, по окончании сбора данных глубинно-психологического анамнеза в конце первого или второго сеанса. Тест должен показать, способен ли и насколько способен пациент образовывать полноценные *кататимные образы*. Действительно, потрясает тот факт, что почти все пациенты (даже с относительно тяжелыми нарушениями) легко справляются с этим тестом и представляют себе цветок, хотя у нетренированных пациентов достигаемое в положении сидя состояние расслабления может быть и не очень глубоким.

Цветок следует обрисовать во всех подробностях, описать его цвет, размер, форму, описать, что видно, если заглянуть в чашечку цветка и т. п. Важно описать также эмоциональный тон, непосредственно идущий от цветка. Далее следует попросить

пациента попытаться в представлении потрогать кончиком пальца чашечку цветка и описать свои тактильные ощущения. Некоторые дети переживают эту сцену столь реалистично, что поднимают руку и выставляют указательный палец.

Из наиболее часто представляемых цветов можно упомянуть красный или желтый тюльпан, красную розу, подсолнух, ромашку, маргаритку. Лишь в самых редких случаях невротическая проблематика проявляется в том, что уже при первом представлении цветка появляется экстремальный или ненормальный образ. Ярko выраженным признаком нарушения считаются случаи, когда возникает черная роза или цветок из стали, или если цветок через короткое время уже увядает, а листья обвисают.

Об особо ярко выраженной способности к воображению говорят фантастические цветы, которых не бывает в природе, или слияние двух цветочных мотивов в один. Истерическую структуру личности также характеризуют нереальные или искусственные цветы с яркой, вызывающей окраской.

Своеобразная, не так уж редко встречающаяся форма нарушения заключается в том, что вместо одного цветка их одновременно появляется несколько. Они могут сменять друг друга в поле зрения, так что трудно решить, на каком из цветков остановиться. Часто предложение дотронуться в образе кончиком пальца до стебля цветка помогает сосредоточиться на одном из цветов. Если и после этого не удастся остановиться на одном цветке, можно предположить, что и в реальной жизни пациенту бывает сложно сделать выбор и на чем то сосредоточиться, что, в свою очередь, может быть следствием нарушения по типу невротического развития личности с преобладанием полевого поведения.

Важно предложить пациенту проследить, двигаясь вниз по стеблю, где находится цветок: растет ли он в земле, стоит ли в вазе или предстает в срезанной форме, “зависшим” на каком-то неопределенном фоне.* Отсутствие “почвы под ногами” может говорить о некоторой оторванности, недостаточной основательности, проблемах с осознанием своих корней, своего места и положения в жизни.

Далее следует спросить, что находится вокруг, какое небо, какая погода, какое время года, сколько сейчас времени в образе, как пациент себя чувствует и в каком возрасте себя ощущает. Символическое значение этих критериев разбирается в разделе о мотиве луга.

После окончания представления “цветка” рекомендуется тактично выразить пациенту поддержку и похвалу. Например, можно сказать: “У меня сложилось впечатление, что у Вас хорошее воображение” - или - “У Вас живая фантазия. Это мы могли бы хорошо использовать для применения одного психотерапевтического метода. Я предлагаю и далее проводить лечение в форме сновидений наяву”. Если образы были выражены менее ярко, можно похвалить пациента, сказав о его “хорошей предрасположенности к представлениям” или что-то в этом роде. Затем можно сказать, что через несколько сеансов пациент разовьет у себя еще более четкие представления. Важно, чтобы пациент получил положительную обратную связь и поддержку на уровне эмпатии.

Арт-терапевтическая техника “9 маленьких мандал” (по А. Коробкину) (коррекция алекситимии, работа с чувствами и эмоциями)

Участнику упражнения предлагается 9 маленьких окружностей диаметром с чайный бокал и одна большая окружность размером в поперечнике с формат А2. Психолог предлагает в очередности закрашивать маленькие круги-мандалы отталкиваясь от названия эмоций и чувств, например: 1 круг – “грусть”, 2 круг – “удивление”, 3 круг – “страх”, 4 круг – “одиночество” и т. д. – в завершение, стараться предлагать к закрашиванию позитивные эмоции. Набор эмоций для закрашивания мандал подбирается психологом индивидуально по актуальной ситуации подростка. Далее можно проговорить то, когда он испытывал ту или иную эмоцию, где в теле он ощущал её и т. д. Затем берётся большой круг – мандала и на нём психолог просит подростка разместить маленькие мандалы, так как бы ему хотелось. Мандалы приклеиваются, создавая композицию на большом круге. Варианты могут быть самыми различными, но ребёнку мы говорим, “что любая композиция хороша, мы будем работать с любой мандалой”. Эта техника очень полезна в работе с эмоциями и телом. Если её повторять в начале и в завершении, очень наглядно можно увидеть изменения в энергетике эмоций.

Работа с открытками (по Гюнтеру Хорну)

На полу или столах раскладывается множество открыток по различной тематике: природа, животные, отдых, путешествия, семья, город, люди, происшествия и др. Подросток выбирает по 3 открытки (по внутреннему эмоциональному отклику). По этим открыткам составляется связный рассказ. И затем его презентует.

Литература:

18. **Боев И. В.** Символдрама: коррекция личностных и поведенческих нарушений: монография / И. В. Боев, Я. Л. Обухов. – Ставрополь: Сервисшкола, 2009. – 167 с.
19. **Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М.** Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.– СПб.: Издательство “Речь”, 2005.-340 с.: ил.
20. **Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Кудзилов Д. Б.** Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2003. – 144 с.
21. **Копытин А. И.** Руководство по групповой арт-терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 320 с.
22. Киевское общество символдрамы. Из архива Ханскарла Лёйнера. – Киев, 2000.
23. **Лёйнер Ханскарл.** Кататимное переживание образов: Основное Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; ступень; Семинар: пер. с нем. – М.: “Эйдос”, 1996.
24. Материалы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса школы. Департамент образования города Алматы. Институт повышения квалификации и переподготовки кадров системы образования города Алматы. Алматы.: 2006. – С.19
25. **Обухов Я.Л.** Символдрама: Кататимно-имагинативная психотерапия детей и подростков. – М., “Эйдос”, 1997
26. **Обухов Я. Л.** Образ – рисунок – символ // Журнал практического психолога. 1996. №4. С. 44-54.
27. **Пурнис Н. Е.** Арт – терапия. Аспекты трансперсональной психологии. – СПб.: Речь, 2008. – 208 с.
28. Символдрама. Сборник научных трудов Е.К. Агеенковой, Т.Б. Василец, И.Е. Винова и др. Под ред. Я.Л. Обухова и В.А. Поликарпова. Мн.: Европейский гуманитарный университет, 2001
29. **Сидоров П. И., Парняков А. В.** Введение в клиническую психологию. – М.: “Академический проект”, 2000.
30. **Штейнхард Ленор.** Юнгианская песочная психотерапия.– СПб.: Питер, 2001.- 320с.: ил. (Серия “Практикум по психотерапии”)
31. **Шевелёва Е. В.** Опыт психолого-коррекционной работы по методу символдрамы в условиях ПМПС школы-лицея // Мектептегі психология – Психология в школе. 2009. – №2. – С. 24-26
32. **Шевелёва Е. В.** Песочная терапия в практике психолога ПМПС школы. // Мектептегі психология – Психология в школе. 2009 – №3. – С.41-43
33. **Грин Шиа** Практический курс медитации для начинающих: 60 мандал для рисования и раскрашивания.– М.: АСТ; Астрель, 2007
34. **Dora M. Kallff.** Introduction to Sandplay Therapy. Journal of Sandplay Therapy, Volume 1, Number 1, 1991.

