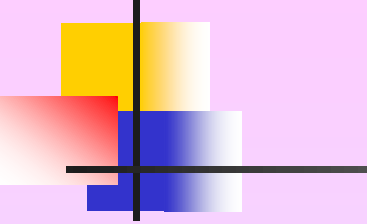


# СИМВОЛДРАМА

## Кататимно-имагинативная психотерапия



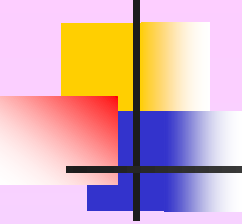
Подготовила  
педагог -психолог  
И.Г. Ульянова



**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  
символьная  
проекция**

**Метод  
переживания  
сновидений  
наяву**

**Имаго-  
терапия**



Символдраму создал выдающийся немецкий психотерапевт Ханскарл

Лейнер (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. Лейнером 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  
Лейнер**

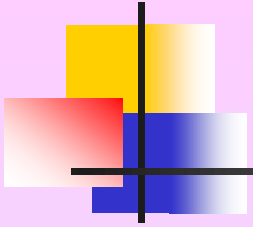


# ГЛАЗ ГОРА – СИМВОЛ

Кататимно-имагинативной психотерапии

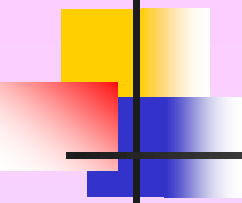


- «Глаз Гора» был выбран Х. Лейнером в качестве символа созданного им метода после путешествия по Египту летом 1958 г.
- В Древнем Египте изображение глаза Гора носили на себе как защиту от болезней, прикрепляли к косякам дверей, чтобы злая сила не входила в дом.
- Сегодня лунный «Глаз Гора», смотрящий 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

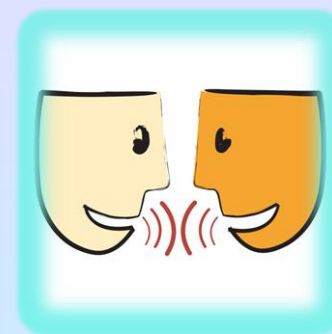
**1 этап.  
Релаксация**



**2 этап.  
Фантазирование  
на определенную  
тему**



**3 этап.  
Обсуждение  
образов**



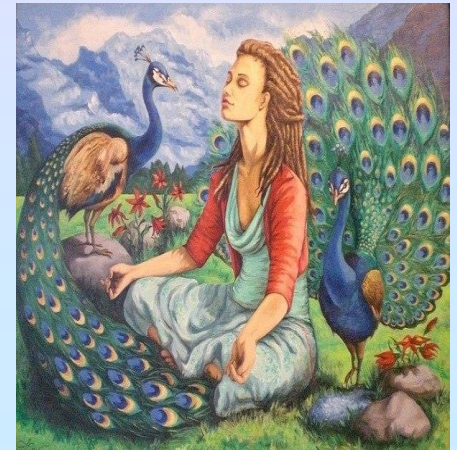


# Как проходит терапия

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

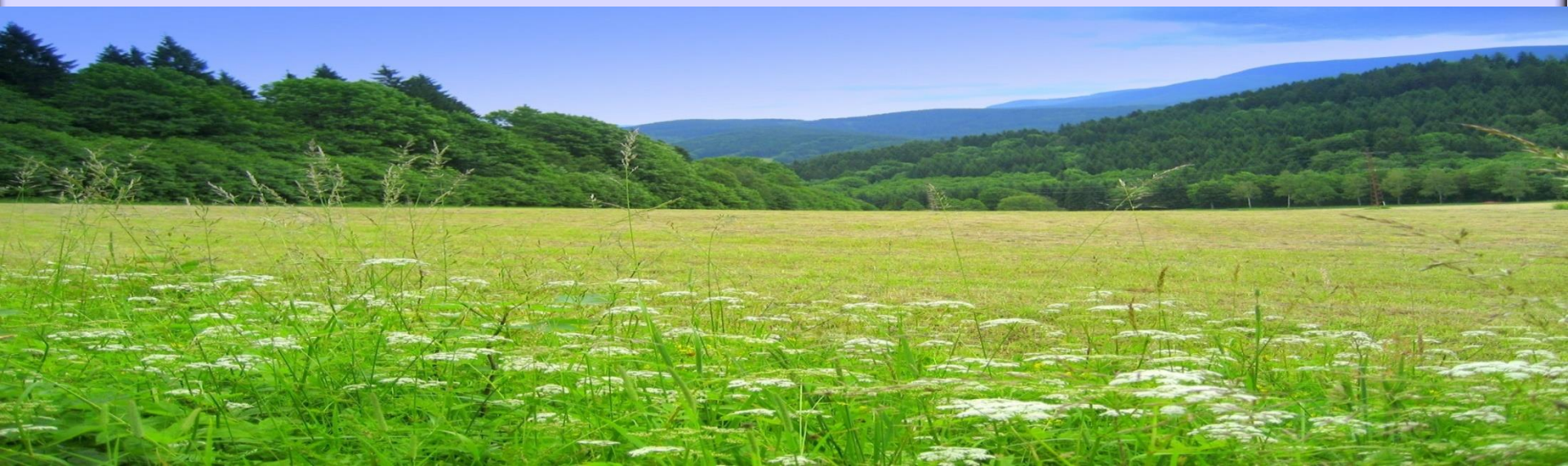
- можно использовать в качестве вхождения в метод

**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.

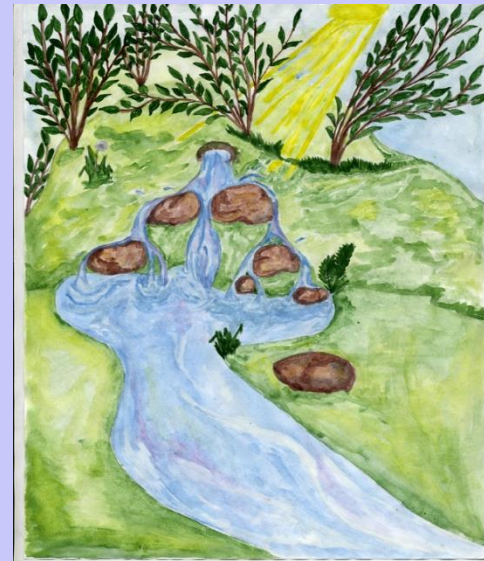




# Мотив ручья

**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.

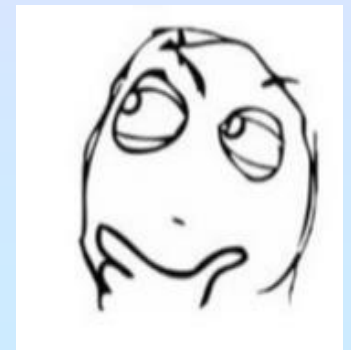
При анализе рисунка используется ряд объективных диагностических критериев:

- **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.



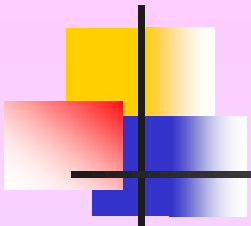
# Случай 1. «Жизнь как бразильский сериал»

## Основные жалобы:

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



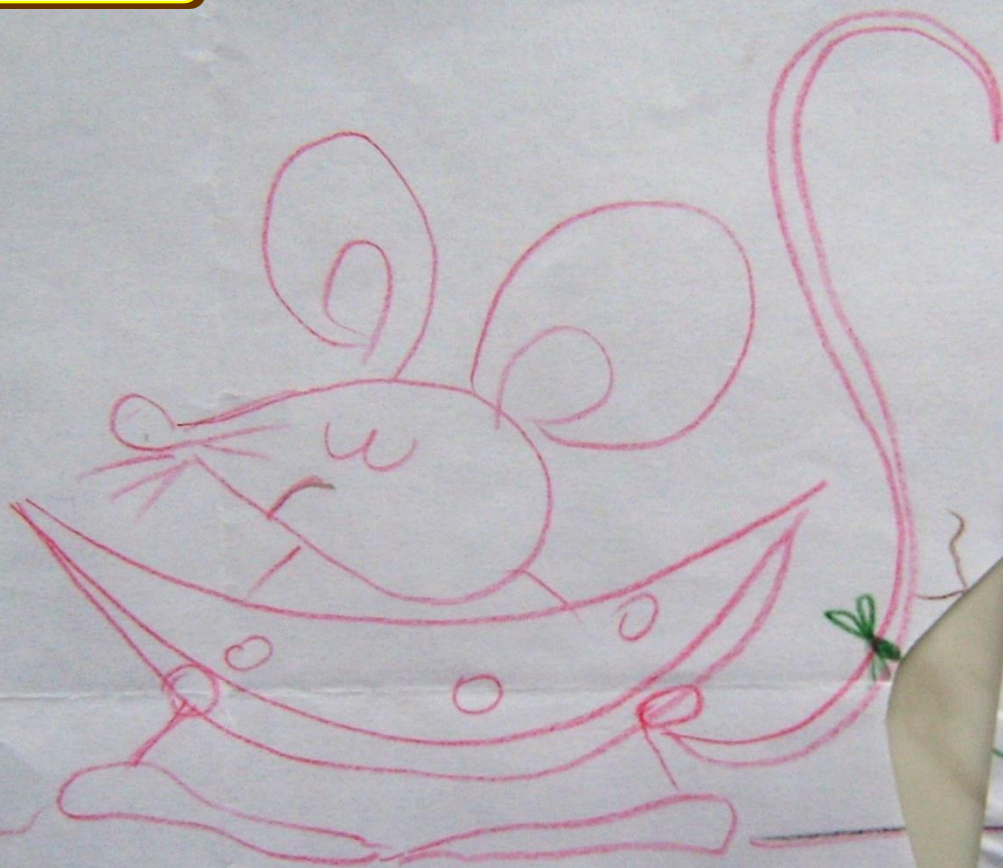




**Образы клиентки**



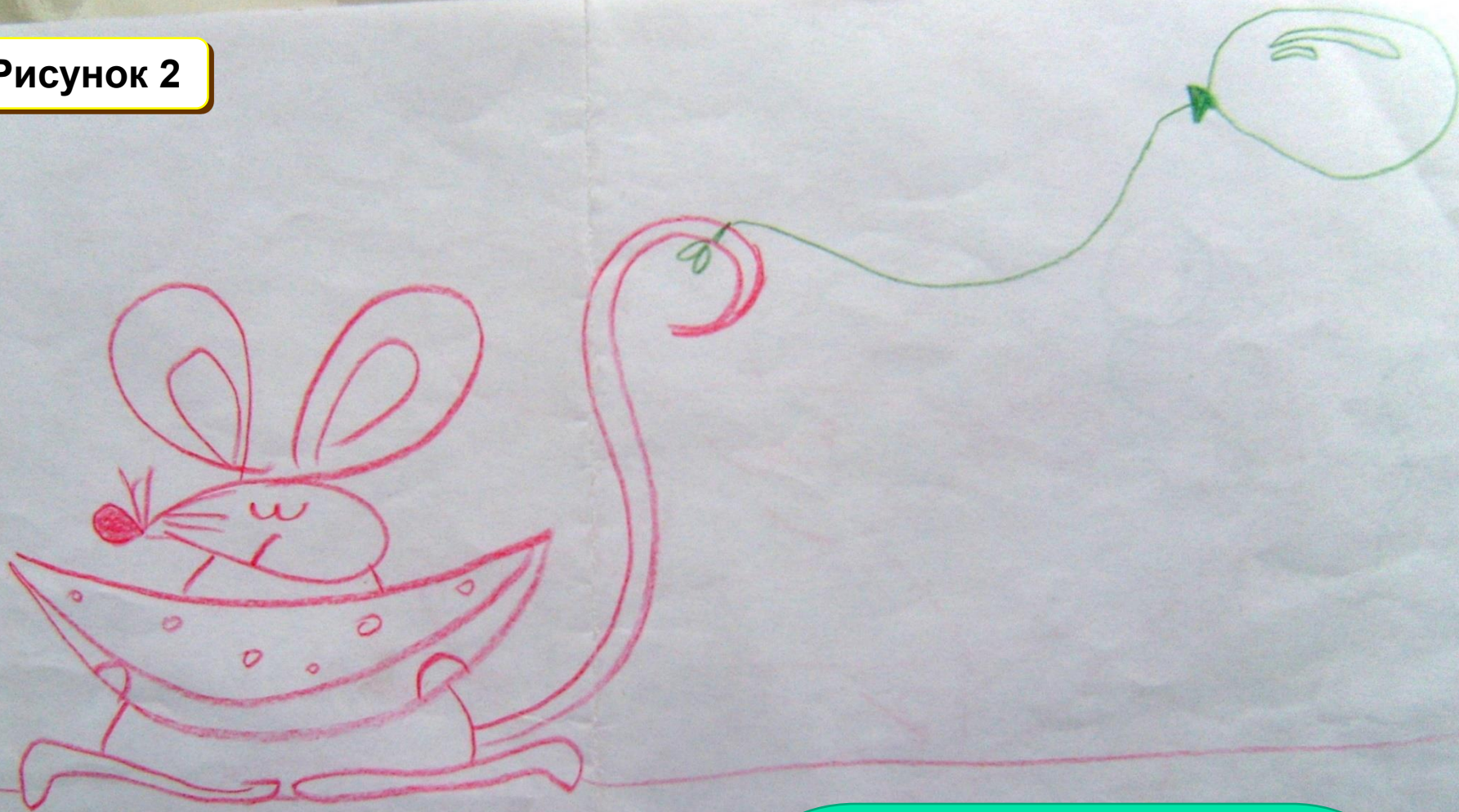
**Рисунок 1**



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



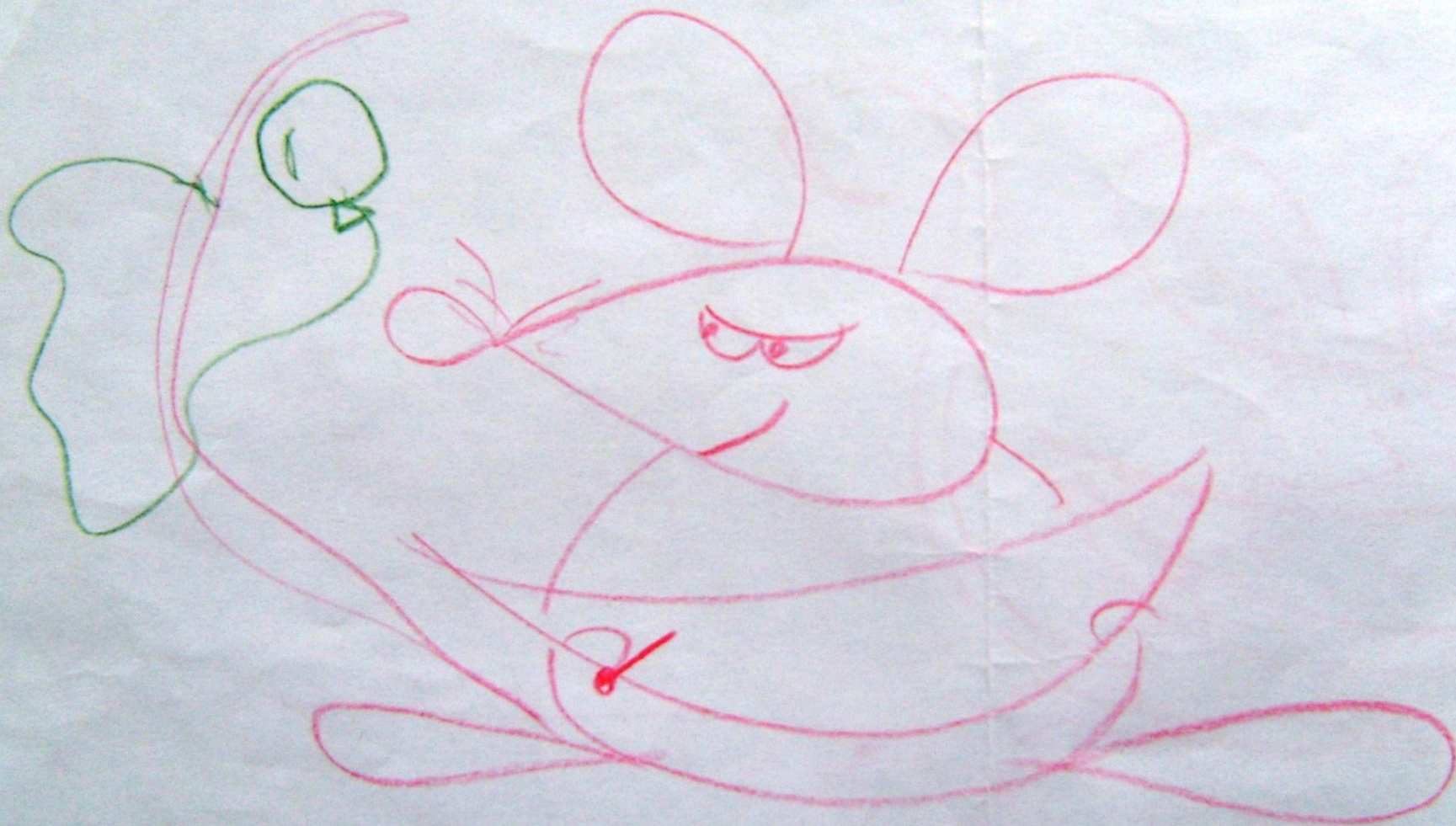
Рисунок 2



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.