

Описание кейса по результатам работы

Для лучшего понимания правил и принципов работы с метафорическим ассоциативным набором “Серебряный возраст” привожу описание клиентского случая. В описании раскрывается эффективность использования проективных методов в психологическом консультировании.

Клиентка жаловалась на чувство одиночества, которое, как она сказала, испытывала всю свою жизнь. Она никогда не чувствовала себя нужной и значимой для других. Замуж вышла в двадцать четыре года - в то время это считалось поздно. За человека, которого выбрали ей родители. Тогда она сильно была обижена на родителей, а со временем поняла что, если бы они не выдали ее замуж, то осталась бы старой девой. Мужа никогда не любила, но всегда старалась делать так, чтобы он был доволен. Он тоже все делал для семьи. В браке было трое детей - две дочери и сын. Первую дочь родила в первый год после замужества. Больше рожать не хотела. Но через восемь лет родился сын, а еще через два года вторая дочь. Дети выросли, младшие уехали далеко, общаться с ними не получается, там и внуки есть. Старшая живет рядом, но видятся редко, у нее детей так и не было. С мужем в последние годы почти не разговаривает. Жалуется на усталость, невозможность добиться внимания от близких. Клиентка хочет понять причину своего одиночества и наладить общение с близкими людьми.

На предложение поработать с набором ассоциативных метафорических карт согласилась неохотно. Скорее всего, ей было интересно узнать, что это за метод. Как и говорилось ранее, предпочтительный способ выбора карт для клиентки был в открытую (с возможностью видеть изображение).

Для начала работы наиболее целесообразным представлялось провести технику “Семейная история”. Для этого клиентке было предложено из набора МАК “Серебряный возраст” выбрать такую карту, которая больше всего передает ее внутреннее состояние. Клиентка сначала хотела выбрать карты, где изображение счастливые супружеские пары, но в итоге остановилась на карте “Бродяжничество” из блока “Брошенность, предательство”, на которой изображена женщина в черном платке с протянутой рукой.

Далее из портретного набора МАК клиента выбрала карты, изображающих ее близких, всего шесть карт. Для родителей она выбрала персонажей, которые были похожи друг на друга. Эти две карты клиентка положила в стороне от своей карты. Карты, изображающие мужа и старшую дочь положила рядом со своей, младших детей расположила на некотором отдалении от себя, но на них у клиентки было направлено больше всего внимания. Далее приводятся отрывки диалога с клиенткой.

П.: Расскажите пожалуйста, почему у вас получился именно такой расклад? Почему для своего образа вы выбрали именно эту карту?

К.: Я всегда как будто выпрашиваю внимание к себе - родители, муж, дети. Родители всегда были дружны между собой, они были прекрасной парой. А потом нелюбимый муж... И дочка очень быстро родилась... Не хотела я этого.

П.: Но вы говорили, что ваш муж был хорошим человеком, добрым, хозяйственным?..

К.: Да, это так, но сердцу не прикажешь... Был у меня другой молодой человек...

П.: Наверное, была какая-то причина, из-за которой родители выдали вас замуж. Возможно они желали вам добра и хотели от чего-то оградить?..

К.: Да, такая причина была. Я очень сильно тогда злилась. А они продолжали жить и радоваться. С мужем моим у них были хорошие отношения. Я как будто перестала существовать для них. Это он стал для них родным сыном, а я чужая...

П.: Но ведь ваш муж всю жизнь прожил с вами, заботился о вас и ваших детях, обеспечивал?..

К.: Я благодарна ему за это. А полюбить не смогла.

П.: А если посмотреть на ваши отношения с мужем по-другому. У вас не сложилась такая эмоциональная связь, которую вы ожидали. Возможно вы хотели получать больше ласки и заботы, а он направлял свои силы на то, чтобы обеспечить вас материально. Это ведь тоже внимание, только в другой форме?

К.: Да, я думала об этом. А вот злилась, потому что не по-моему все получилось...

П.: Расскажите пожалуйста про образ своей старшей дочери в этом раскладе...

К.: Она такая же, как ее отец - постоянно занята, деловая. Она конечно всегда приходит ко мне: "Мамочка, мамочка..." Всегда

спрашивает, что мне надо... Я жду ее прихода, но у нее всегда не хватает времени. Только пришла, уже убегает...

П.: Наверняка она также хочет, чтобы вы ни в чем не нуждались?..

К.: Она как будто хочет деньгами откупиться от матери. Мы с ней никогда так и не разговаривали по душам...

П.: Может она боится начинать с вами разговор, боится обидеть, разозлить. А убегает, потому что, не знает, как потом она сможет поступить?.. Попробуйте поговорить с ней о личном как мама с дочкой, попробуйте начать первой...

К.: Ох, как же это будет тяжело...

П.: А ваши младшие дети?.. Можете что-то рассказать о них, о ваших к ним чувствах?..

К.: Знаете, они родились уже намного позже. У них большая разница в возрасте со старшей. Я к тому времени уже так и не злилась на родителей, на мужа. Как говорится “Стерпится - слюбится”. Вот и младших я уже полюбила... все им отдавала... все свое внимание, ласку... Сейчас они далеко живут, у них уже свои дети давно. И видимся с ними редко...

П.: Скажите, а почему для обозначения образов ваших младших детей вы выбрали такие картинки?

К.: Так потому и выбрала, что любимые были всегда.

П.: Если вы не против, могу я резюмировать нашу работу? Если в чем-то увидите какое-то несоответствие, пожалуйста скажите об этом. В самом начале вы жаловались на усталость, невозможность добиться внимания от близких, хотели понять причину своего одиночества и наладить общение с близкими людьми. Мне кажется, что на данном этапе мы смогли прояснить причину вашего одиночества. То, из-за чего вам пришлось вступить в нежеланный брак, осталось далеко в прошлом, но обиды остались и тянут вас назад до сих пор. Ваши родители, желали вам добра, и поэтому выдали вас замуж. Вы злились на них из-за этого, но они были уверены, что поступили правильно в отношении вас и продолжали жить своей жизнью. Вас это злило еще больше. Потом вы были недовольны своим мужем. И вроде бы он давал вам свое внимание, но вы от него закрывались. Также произошло и с дочкой. Она всегда любила вас, относилась к вам с заботой. Вероятно, дочка в чем-то похожа на вашего мужа, и вы злились на нее также, как и на него. Когда родились младшие дети, вы всю свою нереализованную любовь направили на них. Сейчас они живут далеко от вас и вам не хватает общения с ними. Возможно, для того, чтобы вы смогли избавиться от

чувства одиночества в вашей жизни, вам нужно пересмотреть собственное отношение к вашим близким. Ваши родители сделали для вас лучшее, что могли сделать для вас в то время. Муж и старшая дочь старались проявить свое внимание и заботу, но вы отвергали это. Младшие получили слишком много материнской любви и вы до сих пор считаете их не повзрослевшими...

Удивительно, как обращение к метафорическим образам позволяет вытянуть из подсознательного решение казалось бы простых и очевидных проблем. Часто, свои проблемы человек проносит через всю свою жизнь. На страдания, боль, обиды уходят лучшие годы. Человек не замечает, что решение его проблемы лежит на поверхности, надо взглянуть на эту проблему под другим ракурсом.

В приложении 1 представлен расклад клиентки в технике “Семейная история”.

На следующей сессии клиентка не относилась с таким же недоверием к метафорическим картам, как на предыдущей. В начале сессии она рассказала, что работа с МАК хоть и представляется, как игра, тем не менее с их помощью легко, непринужденно, не испытывая излишней травматичности, можно найти ответы на глубинные вопросы. Далее работа с МАК с проблемой клиентки проходила в технике “Мои роли”. Для этой техники использовались наборы ассоциативных карт “Серебряный возраст” и портретный набор “Persona” (“Персона”). Так как на предыдущей сессии была выявлена причина проблемы клиентки, но не проработано ее отношение к проблеме, главной картой осталась карта “Бродяжничество” из блока “Брошенность, предательство”, на которой изображена женщина в черном платке с протянутой рукой. С клиенткой обсудили, какие основные социальные роли она выполняет в своей проблеме. Были определены такие роли, как “дочь”, “жена”, “мать”, “бабушка”. На каждую свою роль из набора “Persona” (“Персона”) клиента выбрала карту, наиболее точно передающую ее состояние в каждой из ролей в контексте проблемы.

Далее приводятся отрывки диалога с клиенткой.

П.: Метафорические образы, которые вы выбрали, очень сильно отличаются между собой. У каждого образа свой характер, свой внутренний мир. Расскажите пожалуйста, почему вы сделали именно такой выбор?

К.: Эти образы очень точно подходят к моему состоянию.

П.: Да, в какой степени это так. Но мне кажется, что каждый из этих образов отражает ваше состояние в какой-то определенный промежуток времени. К примеру, образ дочери соответствует тому моменту, когда вы узнали о предстоящем замужестве. Но прошло столько лет и много чего изменилось в вашей жизни, разве роль дочери не могла поменяться с тех пор?

К.: (задумывается).

П.: Также и с другими образами...

К.: (пожимает плечами).

П.: Можете ли вы подробнее рассказать о каждой из ваших ролей? Какая вы в этих ролях?

К.: В роли дочери я в недоумении, состояние близкое к тому, чтобы разозлиться, от нее исходит агрессия. В роли жены смиренная, лишенная желаний, согласная на все. В роли матери я как будто не ожидала чего-то и мне хочется отодвинуться от этого. В роли бабушки... Да эта женщина вообще может быть бабушкой? Она вся в своих мечтах...

П.: Скажите, нравится ли вам находится в каждой из этих ролей?

К.: Да нет, что вы... Ни в одной. Если только в роли бабушки, но и то там есть какая-то неправильность...

П.: Может быть вы хотели бы отказаться от какой из изображенных ролей?

К.: Отказываться не хотела, я рада, что у меня были такие возможности в жизни. Но может быть что-то исправить?..

П.: Что именно вы хотели и могли бы исправить?

К.: Вот эта злость - это неправильно, этого не должно быть. И знаете, такое ощущение, что если исправить первую картинку, то и остальные тоже изменятся... Изменятся так, как мне хотелось бы.

П.: Отлично. Скажите, а какая роль для вас является наиболее предпочтительной?

К.: Сейчас мне очень хочется побыть в роли бабушки - чаще встречаться с внуками, проводить с ними время. И измениться для своего мужа и детей.

П.: Можете ли вы взять на себя роль, которую не выбрали в начале?

К.: Да, пожалуй. Но сейчас необходимо переосмыслить это.

П.: В конце я хочу вас обратить внимание на главную карту, которой вы обозначили свою проблему. Скажите пожалуйста, изменилось ли как-то ваше отношение к этой карте, к этому образу. Если изменилось, расскажите пожалуйста об этом.

К.: Эта женщина уже не выглядит такой убогой. Мне хочется, чтобы она опустила руку и выпрямилась. На ней такая жалкая одежда. Как же прошла ее жизнь, что стала попрошайничать?

Как видим, в процессе работы произошли значительные изменения в состоянии клиентки. В первую очередь, она осмыслила неправильность того, как она строила отношения с близкими людьми. Не смотря на то, что клиентка в основном сама себе не нравилась, тем не менее она не захотела отказываться от своего опыта. Также клиентка смогла прийти к решению своей проблемы. И следующим этапом будет изменение поведенческих привычек.

В приложении 2 представлен расклад клиентки в технике “Мои роли”.

Последующие две сессии были направлены на изучение прошлого жизненного опыта клиентки и построение будущих перспектив. Для этого в работе были использованы техники “Мой опыт” и “Перспектива”. В обеих техниках использовались исключительно карты из метафорического ассоциативного набора “Серебряный возраст”.

В технике “Мой опыт” клиентка выделила для себя основные жизненные этапы: детство, юность, замужество, рождение детей, настоящее. Для каждого этапа она подобрала определенную карту. Далее описан рассказ клиентки о своей жизни.

“Детство у меня было счастливым, родители всегда были вместе, всегда радовались моим успехам. Я занималась тем, что мне было интересно и родители никогда не были против моих увлечений. В юности у меня было увлечение, которое родители не поддержали. Я не понимала, почему они были против. Их решение выдать меня замуж за парня, которого я не любила, было для меня оскорблением. Я очень злилась на них. В супружеской жизни счастлива не была. Мне всегда казалось, что муж давит на меня. Я хотела спрятаться, чтобы никто не нашел. Это было очень тяжело. К рождению детей относилась отстраненно. Старшую дочь вообще не замечала, а младших воспитывала машинально. Мне просто хотелось о них заботиться. Наверно к ним я тоже не испытывала теплых материнских чувств. Тогда что же я хочу от них для себя? Мне сейчас хочется воспитывать внуков, но не уверена, что получится справиться с ролью бабушки...”

В приложении 3 представлен расклад клиентки в технике “Мой опыт”.

Поскольку работа с метафорическими образами происходит на глубинном бессознательном уровне, это затрачивает большие энергетические ресурсы человека. Поэтому проведение двух и более техник за одну сессию не рекомендуется. К тому же клиенту требуется время для осмысления и обработки информации, которую выдало ему его бессознательное. Техники “Мой опыт” и “Перспектива” рекомендованы для проведения вместе, тем не менее их следует разделять по времени и проводить в рамках двух сессий. Эффект такого разделения виден на раскладах одного и того клиента. Конечная точка техники “Мой опыт” и начальная точка техники “Перспектива” означает настоящее клиента. Таким образом, представленные расклады двух техник показывают, что отношение клиентки различное в конце предыдущей и в начале следующей сессии.

По правилам техники “Перспектива” клиентка должна была выбрать метафорические ассоциации из набора, обозначающие ее состояние в настоящем, а также через определенные промежутки времени, которые она сама установила. Так, клиентка выбрала пять ассоциативных карт, соответствующих переиду настоящее, через год, через два года, через пять лет, через десять лет. Эти промежутки могут отличаться у разных клиентов в зависимости от возраста, состояния здоровья клиента и других факторов. Далее описан рассказ клиентки о перспективах в своей жизни.

“В прошлый раз мое настоящее выглядело намного радостней и счастливей. Сейчас же я понимаю, что предстоит большая работа и не понятно, как получится этого достичь. В первую очередь необходимо подумать о себе, найти интересное занятие, увлечься. Было бы интересно вспомнить то, чем я занималась в молодости. Через какое-то время мне бы хотелось привлечь к этому своего мужа. Будет замечательно, если мы сможем проводить вместе время. На самом деле, я понимаю, что он всегда старался меня поддерживать, только мне не хватало эмоций. Да, он немногословный, но он такой. А через десять лет мне бы хотелось наладить отношения между всеми членами нашей большой семьи. Чтобы мы всегда встречались по праздникам. И без повода тоже...”

В приложении 4 представлен расклад клиентки в технике “Перспектива”.

Как видно из описаний предыдущих встреч, клиентка достигла значительных результатов в своем состоянии. Метафорические ассоциативные карты позволили взглянуть на проблему под другим углом. Клиентка за короткое время приобрела уверенность. Она понимает, что предстоит большая работа над собой, но она стремится к лучшему, направлена на изменение в себе, намерена предпринять шаги на сближение членов своей семьи. На обиды ушли годы жизни, но впереди еще много важного и интересного. Для закрепления результата с клиенткой обсудили, что может помочь ей добиться поставленных целей, что будет служить ей ресурсом, что она сама должна предпринять, чтобы найти эти ресурсы. Клиентка составила список своих ресурсов, в который вошли: заняться хобби; проводить больше времени со старшей дочерью; выходить в театры и кино; поменять отношение к мужу; общение с внуками. На следующую встречу клиентке было дано домашнее задание - изобразить все ресурсы из списка на бумаге. Таким образом, получилось пять рисунков.

Встреча, на которой проводилась техника “Ресурсы” была завершающей по данному запросу клиентки. На эту встречу клиентка принесла готовые рисунки, которые были разложены вокруг карты, изображающей желаемое состояние клиентки через 10 лет в технике “Перспектива” (карта “Проведение праздников в кругу семьи” из блока “Отношения в семье с взрослыми детьми, внуками”). Проведен анализ изменений состояния клиента. Данный расклад клиентка сохранила в памяти телефона, чтобы была возможность возвращаться к достигнутому результату.

В приложении 5 представлен расклад клиентки в технике “Ресурсы”.

Психологическое консультирование с клиентом проводилось с использованием авторского метафорического ассоциативного набора МАК “Серебряный возраст”, портретных наборов М.Эгетмейера, Э.Рамана “Persona” (“Персона”) и “Personita” (“Персонита”), арт-терапевтических техник. С целью соблюдения конфиденциальности вся информация представлена в обезличенном виде, разрешение клиента на описание его случая получено.

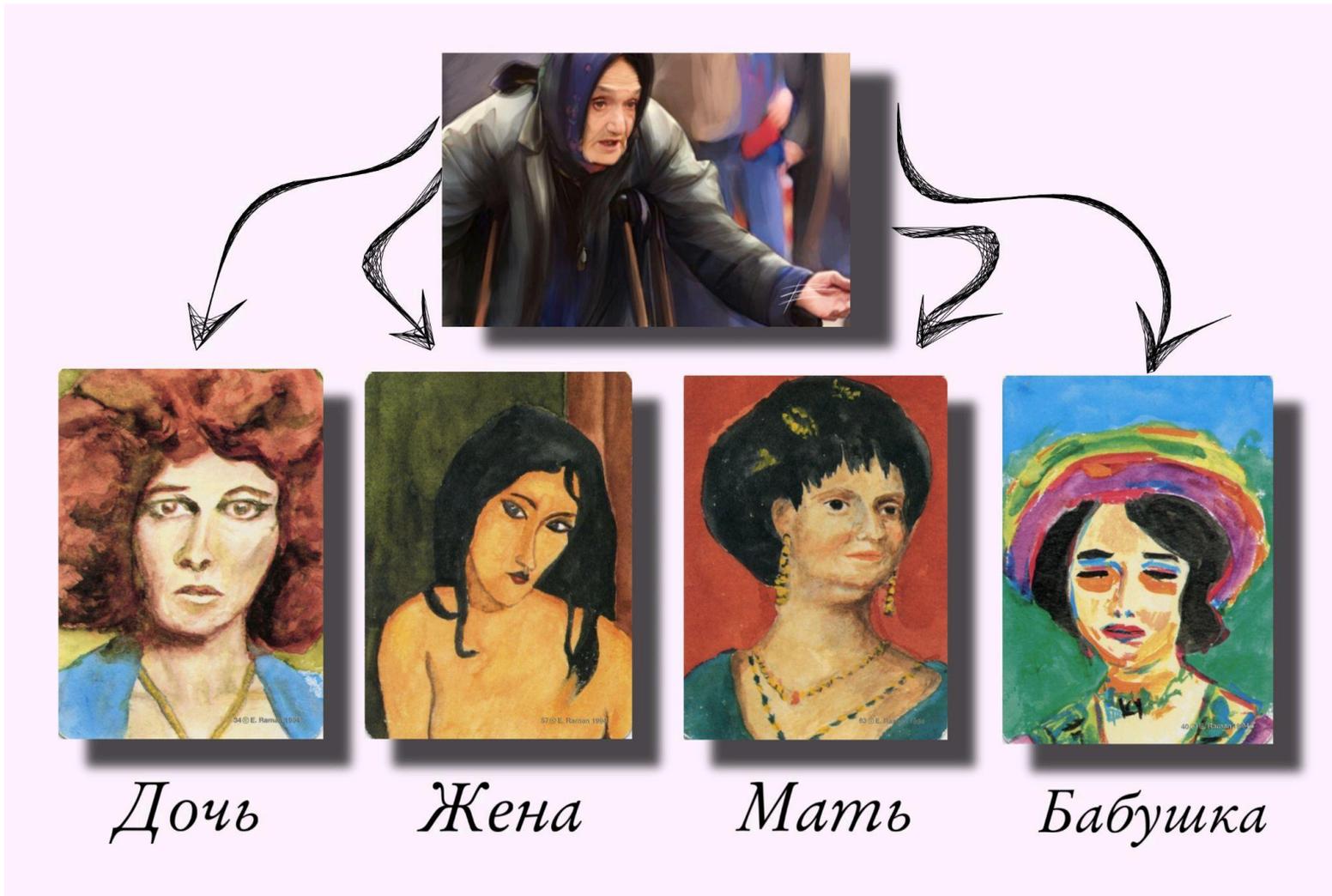
Приложение 1

Расклад клиентки в технике “Семейная история”



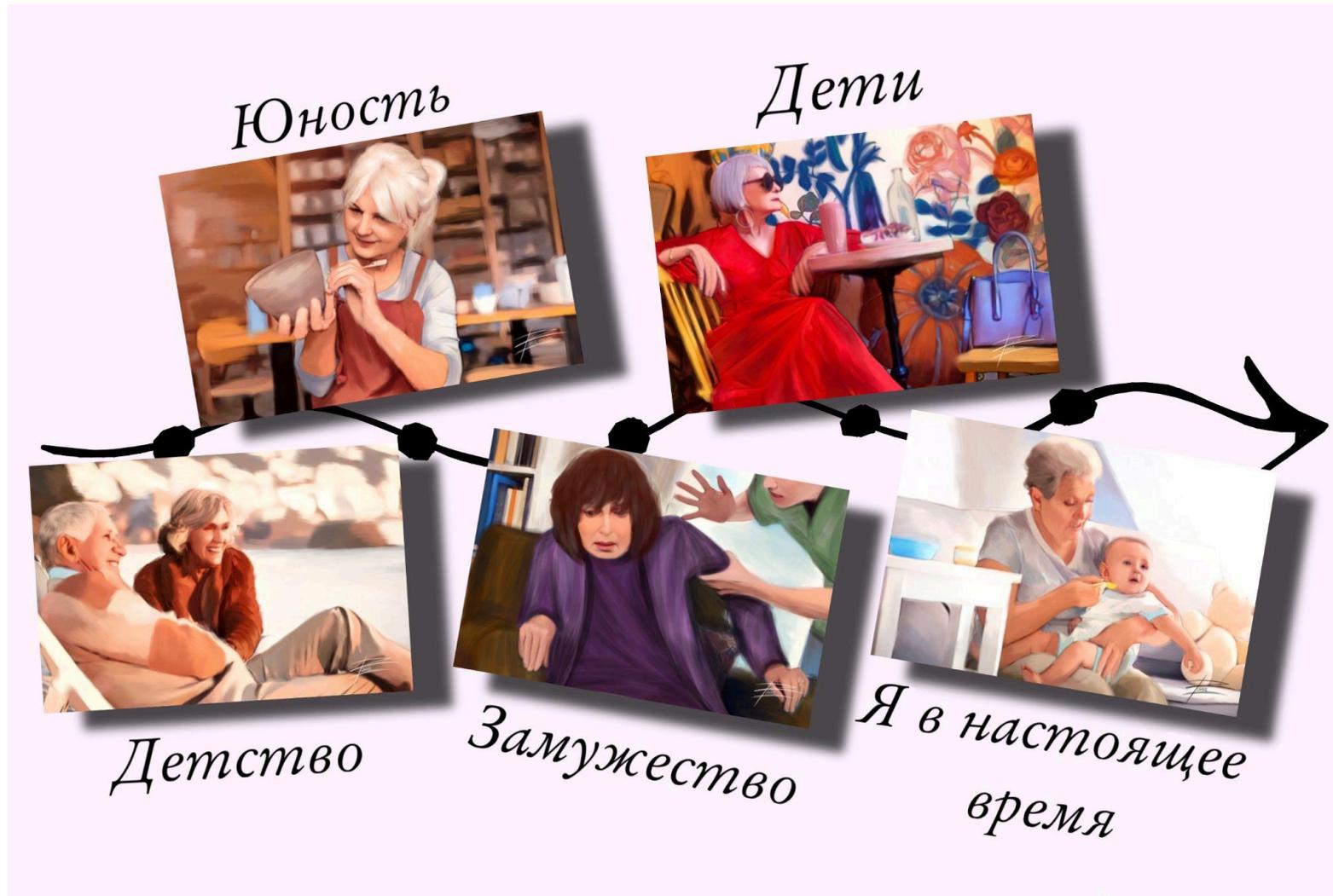
Приложение 2

Расклад клиентки в технике “Мои роли”



Приложение 3

Расклад клиентки в технике "Мой опыт"



Приложение 4

Расклад клиентки в технике “Перспектива”



Приложение 5

Расклад клиентки в технике “Ресурсы”

