

Пример работы с молодой мамой в поиске и определении ресурсов с использованием авторского набора ассоциативных карточек «Калейдоскоп родительских ресурсов»

Ситуация: Женщина, 30 лет, в разводе 2 года, тяжело переживала развод, в данный момент стресс от разрыва с другим человеком. Имеет двух детей девочка 4 года и мальчик 7 лет. Работает, учится. Работа не вполне приносит удовлетворение и материальное благополучие. Семья испытывает материальные трудности. Попытки поиска другой работы пока не увенчались успехом. Так же на поиск работы накладывается страх того что, мать с двумя детьми могут не взять или сразу уволить.

Запрос: нет сил справиться с возникшей ситуацией.

Предположительная проблема: потеря родительских и личностных ресурсов.

Ход беседы:

Психолог: Добрый день, расскажите, что у Вас случилось.

Клиентка со слезами рассказывает свою историю на данный момент.

Психолог: Спасибо. Давайте попробуем понять, почему так происходит и как справиться Вам с возникшими проблемами. Перед Вами набор карточек и поле. Возьмите по три карточки и положите их возле каждой рубрики:

- Ресурсы, которые я использую.
- Ресурсы, которые имею, но не использую.
- Не рассматриваю как ресурс.
- Ресурсы, которые хотел бы использовать.

Выбор производится в «закрытую». Выбор клиентки

Дополнительные материалы к проекту «Авторские психологические настольные игры "Иларт" как инструмент в работе психолога»

Илюшина М.И., Артемова О.В.



Клиент: Вот это да?!

Психолог: Вы можете прокомментировать попавшиеся Вам карточки.

Первая группа «Ресурсы, которые использую часто»



Клиент: Попробую. Ресурсы, которые я использую это оптимизм. Это точно, иногда могу попытаться пошутить и некоторые проблемы превратить в шутки. Вторая картинка это для меня, иерархия ценностей и первая это «пара», для меня важно чтобы рядом был близкий человек. Без опоры я чувствую себя подавленной и «бесцельной». (Плачет).

Психолог: Все хорошо, не переживайте у нас с Вами еще есть ресурсы, давайте посмотрим на них.

Клиент: Третья картинка это «вещи», да иногда мне помогает покупка новых вещей или «выброс» старых.

Вторая группа «Ресурсы, которые не использую»



Клиент: Да, эти ресурсы, по крайней мере - спорт, а в моем случае это были танцы, я перестала использовать. Хм (смотрит, на изображение смайликов), да иногда выделение из толпы это ресурс. Я всегда ощущала себя не такой как все, но почему-то в большей мере это была проблема, но не ресурс. А вот эта картинка (с химиком) это мой сын, у него есть набор для опытов и микроскоп, ему нравится проводить разные опыты. Я как-то мало включаюсь в его дела. Жаль, наверно.

Третья группа «Не рассматриваю как ресурс»

Дополнительные материалы к проекту «Авторские психологические настольные игры "Иларт" как инструмент в работе психолога»

Илюшина М.И., Артемова О.В.



Клиент: Интересные картинки. Да, коллектив для меня ресурсом не является. Творчество?! Люблю рисовать, но наверно не вижу должного эффекта, или вернее не верю в него. Зря наверно. Капельки, смайлики. Что-то много у меня смайликов получается. (Смеется).

Четвертая группа «Ресурсы, которые хотел бы использовать»



Клиент: Дружбу, да я хотела бы использовать и поддержку, она очень нужна. А еще хочу, чтоб меня защищали. Хотя, глядя на это дерево, я вижу, то, что сама могу быть защитой для своих детей и это же ресурс?! Правильно?! Да, а еще хочется свободы, душевной именно, чтоб так, чтобы легко на душе. Правда, от этого легче.

Неужели в мире столько ресурсов, которых мы не видим. А сколько их еще не выпало!? Вон, сколько у Вас картинок!!

Психолог: Да, ресурсов много, Вы правы, мы не всегда их видим и осознаем. Потеря одного ресурса это конечно печально, но есть и другие, есть то, что нас поддерживает и заставляет жить. Хотя слово «заставляет» мне не нравится. Давайте вместе подберем другое.

Клиент: Может, «помогает»?

Психолог: Хорошее слово, спасибо. Скажите, что Вы поняли для себя из нашей работы? Помогли ли Вам наши рассуждения?

Клиент: Спасибо. Я поняла, что ресурсов действительно много, что их стоит искать и не терять. Вот только как?! Но это я думаю вопрос для другой беседы.

Дополнительные материалы к проекту «Авторские психологические настольные игры "Иларт" как инструмент в работе психолога»
Илюшина М.И., Артемова О.В.

Психолог: Спасибо, Вам. Вы проделали большую работу. Что вы теперь думаете делать?

Клиент: Попытаюсь все это осознать и наполнить жизнь другими смыслами. Спасибо!

Резюме: Череда сменяющихся друг друга стрессовых ситуаций повергла клиентку в состояние шока, растерянности. Казавшийся «выход» и найденное счастье, опять повернулись крахом. Бесцельное, как она описывает существование, необходимо наполнить смыслом. Но имея двоих детей, не видя в них ресурса, и не являясь ресурсом для них, клиентка вряд ли могла выполнять родительские функции в необходимой форме.

Поэтому с клиенткой необходима психологическая работа по схеме работы с ресурсами: поиск-осознание - аккумулярование и т.д.

На первой беседе состоялся первый этап работы. Следующий этап предполагается провести в следующую встречу.