

**АННОТАЦИИ**  
**9 июня 2017 года (первый день)**  
**10.30-12.00**

**Знакомство с психодрамой**

Михайлова Екатерина, Лопухина Елена, Семенов Виктор

***Власова Юлия «Аналитико-катартическая терапия проф. А. А. Александрова» (лекция)***

АКТА – аналитико- катартическая терапия Александрова – метод краткосрочной психотерапии, разработанный на основе психологии отношений с использованием техник, вызывающих катарсис: психодрамы, личностно-ориентированной терапии, элементов гештальт-терапии и клиент-центрированной психотерапии Роджерса.

Основной техникой АКТА является диалог «встреча», предназначенный для прояснения нарушенных отношений и осознания внутреннего конфликта. Этот метод, как и любая другая раскрывающая терапия, эффективен в тех случаях, когда в основе эмоциональных нарушений лежат неосознанные психологические конфликты. Динамичная АКТА может применяться как в психотерапии, так и в психологическом консультировании пациентов с «проблемами жизни».

***Духарева Анна «Психодрама: на коленях богов» (лекция)***

Когда древние греки говорили: «Это еще на коленях богов» — они имели в виду, что судьба события плетется прямо сейчас, а кудель лежит на коленях богов, ответственных за судьбу. Это лирическое вступление. А о чем лекция?

О психодраме. О нашем методе часто говорят, что оно как «тело без мозгов». Психодрама удивительно технична. Но книг по теории психодрамы значительно меньше, чем по гештальту и психоанализу. Из-за этого может сложиться впечатление, что психодрама менее теоретически подкована, чем ее сестры по цеху. Но если вспомнить, какую богатую историю и теорию имеет под собой театр, все становится на свои места.

История знает 3 катартических театра: театра, которые не просто ставили пьесы, а вызывали катарсис, очищение чувствами, исцеление у зрителей. Это театр французского классицизма, шекспировский и древнегреческий театры. И психодрама мне видится прямой наследницей этих трех театров.

На своей лекции я предлагаю взять нить судьбы и пройти, держась за нее, до коленей богов. Увидеть, как из древнегреческих мистерий психодрама переросла в психотерапевтический метод. Посмотреть, за счет чего три великих театра стали катартическими, и как можно применять эти методы в современной психотерапии.

Вас ждет исторический экскурс с упором на практику:

- почему тот или иной театр были катартичны?
- за счет чего достигался катарсис?

- какие техники, идеи и концепции применимы в работе современного психодраматерапевта?

Будем исследовать, дискутировать и даже чуть-чуть практиковать.

### ***Кондаурова Анастасия, Мулкиджан Ирина «Мосты над туманом» (семинар)***

Зачем нужна Супервизия? Чем психодраматическая Супервизия отличается от других форматов? Разве не достаточно терапевту быть самому проработанным, чтобы справляться со всеми профессиональными задачами?

Происходящее во время психодраматической сессии зависит не только от профессионального опыта и владения мастерством, но ещё и от процессов в нашем бессознательном. Даже самый опытный терапевт может внезапно оказаться в тумане, или в болоте, или в невесомости...

На нашем семинаре мы поговорим о силе бессознательного, о параллельных процессах и зеркалах, о переносах и проекциях. А затем поиграем в супервизионные метафоры — про туманы и мосты, про неведомые дорожки и невиданных зверей и про то, что ещё придёт из нашего коллективного бессознательного.

## **ПЕРВАЯ ЛИНЕЙКА МАСТЕРСКИХ 14.15-17.15**

### ***Долгополов Нифонт «Благодать и агрессия»***

#### ***Калёнова Ирина и Калёнов Иван — «Мой день рождения: праздник, итоги, ожидания»***

- Вот бы день рождения был каждый день!
- Винни, но ты же тогда быстро состаришься!
- Зато столько подарков получу!

А.А. Милн, Винни-Пух и все-все-все

А что для вас день рождения? Просто день в календаре или праздничный ритуал? День подведения итогов или ненавистная дата? День «новой цифры»? День новых планов? Выслушать поздравления родственников? Получить много ненужных вещей? Или весёлая встреча с друзьями? Какие ожидания, опасения, разочарования, надежды кроет этот день?

Мы приглашаем в социодраматическую игру-празднование. Вас ждёт групповое действие (социодрама) и две-три индивидуальные психодраматические сессии.

#### ***Лобова Юлия и Чекурина Вероника — «Родители и дети: параллельные миры?»***

Разные миры существуют на свете: мир денег, мир сказок, мир музыки, мир животных, мир родителей, мир детей. И все они нужные, важные, очень интересные миры. Мы приглашаем вас в путешествие в мир родителей и в мир детей. Чем похожи эти миры, чем отличаются, и есть ли между ними какая-то связь, мы узнаем вместе с вами. Это путешествие и грустное, и весёлое, и весёлое, и грустное. Там нам встретятся

дети, поэтому мы взяли с собой игрушки и цветные мелки. Потом взрослые. И мы взяли с собой умные книги и тёплые пледы. И самое интересное то, что придумали мы пока только начало да кое-что из середины, так что чем кончится наше путешествие, мы и сами не знаем. Что будет, то будет, а когда дойдём до конца, то узнаем больше, чем знаем сейчас.

***Любитов Игорь — «Этнокультурные прототипы и психодрама: Синто, ёкаи и коспей»***

Мы вновь обратимся к сокровищам другой культуры для обогащения методического арсенала психодраматиста. За основу структурированных техник мы возьмем представления 神道 Синто — традиционной религии Японии — переводится как «путь богов». Божеством, ками — 神, здесь может быть, кто и что угодно, а круг сверхъестественных существ ёкай 妖怪 — велик и разнообразен.

Посмотрим, как эта, чрезвычайно укорененная на земле восходящего солнца традиция, предстает в восприятии, понимании и исполнении гайдзинов 外人 — иностранцев, чужаков, то есть, нас с вами.

Итак: немного японского колорита + особенности адаптации сакуры на чужой почве.

Основа: кросскультурная психология, этнокультурные методы в психологической помощи.

***Магурская Мария — «Восхождение на вершину «Совершенства»***

Эта мастерская посвящена специфике работы методом психодрамы в индивидуальном и групповом формате с клиентами, имеющими нарциссические тенденции в структуре личности.

Основные темы:

- особенности применения психодраматических техник или что не следует делать в работе, чтобы не повторять «ошибки развития» и не «играть на стороне» нарциссических нарушений;
- чувства директора, как инструмент диагностики и основа терапевтических интервенций;
- особенности рабочего альянса и реалистичность терапевтических задач;
- нарциссический клиент в группе;
- и, наконец, диагностическая психодраматическая техника «Восхождение на вершину «Совершенства»

***Носикова Ольга —***

***«Аутодрама с помощью терапевта, или как использовать приемы психодрамы в подходе холистического интуитивного массажа»***

На этом мастер-классе я поделюсь опытом совмещения двух методов психотерапии в моей работе психологом: метода психодрамы (а точнее, аутодрамы) и холисти-

ческого интуитивного массажа. Использование в психодраматическом процессе холистического интуитивного массажа, по моему опыту, способствует более быстрому преодолению сопротивления у клиента, так как у протагониста быстрее отключается аналитический ум и уходят другие защитные механизмы, тем самым человек быстрее входит в психотерапевтический процесс.

Аутодрама в сеансе холистического интуитивного массажа становится процессом, управляемым психотерапевтом, благодаря тому, что клиент озвучивает вслух свои внутренние монологи. Терапевту же достаточно вводить клиента в ту или иную роль, как это происходит в психодраме, и пользоваться привычными для психодраматиста приемами.

Непосредственно сам холистический интуитивный массаж представляет собой метод телесно-ориентированной психотерапии и содержит в себе также элементы цигун (древнекитайской оздоровительной системы, основанной на работе с энергией «ци»). Данный массаж направлен не только на расслабление мышечных зажимов, трансформацию энергетических блоков и оздоровление организма, но и в большей степени на эмоциональное отреагирование осознание живущих в теле психологических проблем, а также на изменение неконструктивных установок и негативных, мешающих человеку в разных сферах жизни, на позитивные.

Таким образом, главной задачей такого массажа является проработка психологических (и иных) проблем человека через его тело.

С помощью мягких и безопасных пульсационных, вибрационных и раскачивающих движений человек расслабляется, и открывается возможность напрямую работать с его подсознанием.

На моем мастер-классе я продемонстрирую, как можно работать с запросом клиента с помощью аутодрамы в подходе холистического интуитивного массажа. А также Вы научитесь некоторым простым техникам, которые сможете применять в своей жизни для помощи людям или в профессиональной сфере.

### ***Пономарева Мария и Слепцова Марина —***

#### ***«Всем выйти из сумрака, или нужна ли нам шапка-невидимка?!»***

Чем хорошо быть незаметным, какие возможности это дает, а в чем ограничивает?

Как я делаю себя невидимым для мира?

Что будет, если я сниму шапку-невидимку и стану более видимым?

Как мне лучше презентовать себя значимым людям, клиентам, коллегам, деловым партнерам?

Мы приглашаем на наш мастер-класс тех, кому трудно себя выразить, предъявлять, презентовать, кто делает это не вовремя и себе во вред, а также тех, у кого это получается в целом хорошо, но не всегда максимально эффективно, например, недостаточно полно / ярко.

Участники получают осознание плюсов и минусов нахождения в тени и на виду, большую свободу и гибкость в выборе этих ролей в зависимости от контекста ситуации.

Участие в мастер-классе также даст возможность исследовать собственные способности и стилевые особенности самопредъявления и найти ресурсы для развития навыка самопрезентации, необходимого как для повседневной жизни, так и для деловой сферы.

Формы работы: групповые упражнения / социодрама / индивидуальные виньетки.

### ***Раймова Елена — «Форсайт-психодрама»***

«Лучший способ предсказать будущее — сделать его своими руками»

Форсайт (от англ. foresight — «взгляд в будущее, предвидение») — это социальная технология, формат коммуникации, который позволяет участникам договориться по поводу образа будущего, а также, определив желаемый образ будущего, договориться о действиях в его контексте.

На мастер-классе организуется проживание и рефлексия каждого этапа форсайт-сессии с использованием метода психодрамы.

Результатом форсайт-сессии станет карта будущего — визуально богатое пространство, которое позволит:

1. увидеть образ будущего;
2. осознать как целое всю предметную сферу будущего;
3. спроектировать различные способы и пути достижения тех или иных желательных состояний будущего;
4. выявить факторы и найти ресурсы, влияющие на вероятность воплощения того или иного варианта развития событий.

Участников ждет путешествие из будущего в прошлое и проектирование необходимых изменений для его достижения.

## **ВТОРАЯ ЛИНЕЙКА МАСТЕРСКИХ 17:50-20:50**

### ***Агафонова Ольга — «Триумф самозванцев»***

Знакомо ли вам чувство, когда хочется громко заявить о себе, но страшно?

Открыто столько возможностей — соцсети, СМИ, конференции и мастер-классы!

И у вас есть для этого все: хорошее образование, приличный опыт, внутренняя изюминка. Но есть и кое-что ещё...

Страх! Страх, что не примут, не поймут, осудят. Что не дотягиваете до той планки, которую кто-то приколотил выше вашей головы. Вдруг не оценят? Или оценят не так, как хотелось бы?

Это чувство не покидает, хотя количество благодарных клиентов растёт, а стопка полученных сертификатов регулярно пополняется.

И что же? Остаётся сидеть на сундуке своих знаний и возможностей, как тот костлявый дядька из сказки?

Или попробовать выйти из чулана?

Решать вам.

А, может, чей-то голос критикует, что вы не родитель, а самозванец? И всё знакомое про «плохую мать» или «плохого отца».

На мастер-классе можно встретиться со своим внутренним самозванцем, поговорить с ним, услышать его и стать услышанным.

### ***Бессонова Татьяна — «Сказкодрама»***

Мы поставим и разыграем сказку, касающуюся глубинных аспектов женской психологии. Соприкоснемся с такими «ёмкими» персонажами как БАБА-ЯГА (Хозяйкой Бессознательного; Ведуньей; «Ведающей»; Древней архетипической Феминностью, возможно, дошедшей до нас из Язычества и плотно укоренившейся в русских сказках и т.д.); КУКОЛКА (как многомерная идентичность с Матерью, Полом, Семьёй, Родом и т.д., которую нужно подпитывать и сохранять, чтобы пройти все необходимые этапы Индивидуационного процесса); Василиса-имя которой означает «Царица» и другие персонажи. Пройдем по разным переплетениям сюжета Сказки, которые дадут нам возможность соприкоснуться с Глубиной Сакральности.

Таким образом, на Воркшопе мы соприкоснемся с чудесной сказкой, разыграем её и проанализируем свою ситуацию.

### ***Вертянова Мария и Яборова Елена — «Замки, замки и ловушки»***

«Как сердцу высказать себя...

Другому как понять тебя»,

— для многих слова классика становятся актуальными с детства.

Действительно, когда приходится начинать свой путь к сердцу ближнего?

Важны ли тебе твои прежние чувства ребёнка, и влияют ли они на твоё принятие решений сейчас?

Могут ли они помочь общению с другим ребёнком?

Почему взаимопонимание может отдаляться, на пути возникают замки. Каков их строительный материал.

Как узнать ловушки и ощутить пользу, минуя их.

Есть ли ключи к тому, кто заперт на замок.

Всё это предстоит пережить на нашей мастерской, которая может быть актуальна для родителей, педагогов и психологов.

***Карамян Карина — «В борьбе за родительскую любовь: психодраматическое исследование влияния сиблинговых отношений на становление личности и идентичности»***

«Мама-папа-психодрама» — вот казалось бы основной ключик к помощи любому клиенту. В психодраме, как и во многих других подходах, пристальное внимание терапевта приковано к отношениям протагониста с родителями, детскому опыту его отношений со взрослыми. Мы ставим одну за другой драмы о мамах, папах, бабушках, дедушках, и часто обходим стороной тех, кто оказывает на наше становление колоссальное по своей силе влияние — братьев и сестер!

Многие психоаналитические исследования последних десятилетий сходятся в одном: мы на удивление поверхностно относимся к фундаментальному аспекту человеческого существования — к отношениям братьев и сестер. И конечно же к влиянию этих отношений на наше становление.

А ведь наличие / отсутствие брата или сестры оказывает существенное влияние на наше мироощущение, на становление нашей личности. Братья и сестры — всегда конкуренты за место в семейной системе, за родительскую любовь. И быть братом или сестрой всегда не то же самое, что быть единственным ребенком в семье.

Конкуренция с братом/ сестрой часто становится основным движущим механизмом развития или, по крайней мере, весомо влияет на его ход. Иногда именно брат или сестра оказываются в семье единственным объектом надежной привязанности. Порой, в отношениях с сиблингами многие из нас впервые учатся общаться, договариваться, отстаивать, уступать, дружить. А иногда именно брат / сестра оказываются первым объектом осознаваемой эротической привязанности!..

Дистантные отношения или утрата контакта с живыми братьями и сестрами; смерть брата или сестры, скорбь о которых часто обесценивается и запирается на фоне скорби родителей об утрате ребенка; роль замещающего ребенка — все эти феномены заслуживают нашего профессионального внимания.

Осознаем мы это или нет, но братья и сестры оказывают на наше развитие колоссальное по своей силе влияние. И основная цель данной мастерской — исследовать значение сиблинговых отношений на нашу жизнь/ идентичность. Вторая цель — выявить самые важные аспекты и инструменты для работы с этой темой у своих клиентов и протагонистов.

Мы попробуем соприкоснуться с опытом собственного «братства» и «сестринства», разобраться в том, что вынесли или продолжаем выносить из своих отношений с сиблингами. Посмотрим на то, как влияет семейная история «братства» («сестринства»)

на нашу идентичность, и попробуем прикоснуться к зависти, ненависти и любви – коктейлю основных эмоций сиблинговых отношений. Мы попробуем найти ресурс этих отношений. И конечно же поищем ответ на вопрос о том, как наш собственный опыт отношений с братом/ сестрой влияет на профессиональную позицию в отношении этой темы у клиентов.

### ***Куприянчук Мария — «Невидимая черта»***

Что делать, если кто-то без вашего разрешения пытается посягнуть на ваши мысли, чувства, желания, убеждения, идеи, знания, тело, эмоциональное состояние? Понять, почему не складываются отношения с окружающими Вас людьми. Как держать дистанцию или подпускать близко-близко... С этими вопросами, обращёнными к самому себе, мы постоянно сталкиваемся в жизни, становясь то агрессорами, то защитниками. Мы с непониманием и болью воспринимаем нарушение наших границ, и порой не замечаем, как вторгаемся в чужие. А может быть, так боимся приблизиться к чужим границам, что всё время отступаем от своих.

Приглашаю на мастерскую всех, кому интересно разобраться, что такое «границы», оставаясь самим собой и в контакте с миром:

- находить и чувствовать свои границы;
- вступать в отношения и не терять в них себя;
- находиться близко, но не сливаться;
- охранять свою цельность и независимость и при этом не чувствовать себя изолированным.

### ***Лопухина Екатерина и Зингер Евгений — «Друзья — семья, которую мы выбираем»***

На мастерской мы поговорим о том, что такое Настоящая Дружба, и в чем ее уникальность. Мы исследуем, чем она отличается и чем похожа на другие виды значимых отношений: родственных, любовных, приятельских, коллежских. В какие моменты она проявляется ярче всего и за что мы ее так ценим.

Отправимся в путешествие во времени по своей жизни и встретимся с друзьями детства, юности, лучшими друзьями, друзьями, которых мы потеряли по каким-то причинам, друзьями, которые всегда с нами, стали неотъемлемой частью нашей жизни.

Мы вспомним самые яркие моменты, периоды, истории, которые связаны с нашими друзьями. Подумаем над тем, как наши друзья изменили нашу жизнь, как они помогли нам стать теми, кто мы есть.

А может быть, вы пока не встретили настоящего друга и вам будет интересно узнать, как это бывает.

### ***Семенов Виктор — «Библиодрама»***

Библейские тексты содержат множество поучительных, мудрых и глубоких психологических сюжетов. Помимо их сугубо религиозного смысла, они содержат богатейший психологический опыт. Раскрытию этого опыта посвящены наши мастерские. При бережном и уважительном отношении к Библии мы выбираем сюжеты с конкретными



героями, их чувствами, ошибками и победами. С помощью психодраматических технологий участники смогут пережить эти истории, расширить свои знания о себе и других.

### ***Щурова Кристина — «Встречный ветер в подарок от Мэри Поппинс»***

Встреча — одно из основополагающих понятий метода психодрамы. Встреча с Миром, Встреча с Другим, Встреча с Фантазией, Встреча с Реальностью, Встреча с Собой. Мы проведем наше драгоценное время, получив волшебный подарок: самую важную Встречу здесь и сейчас, даже если эта Встреча где-то там и тогда...

## **ВЕЧЕРНИЕ МЕРОПРИЯТИЯ**

### ***Playback-театр «Однажды»***

Один день на психодраматической конференции традиционно полон событиями и переживаниями. И порой возникает ощущение, что много чего пережито, и день предстает длиною в жизнь, а то и много жизней. И в завершении дня мы бываем полны и переполнены, и хочется с кем-то поделиться этой наполненностью и разделить переполненность.

Приглашаем на наш перформанс: рассказывать, слушать и смотреть истории, возникшие прямо здесь, истории, вдруг вспомнившиеся в процессе этого дня, или истории, которые хотят быть услышанными внимательным ухом и просятся быть увиденными.

### ***Playback-театр «Playback#01»***

Playback — это форма уникальной встречи искусства и обычной жизни. Актёры не играют, пока зрители не расскажут истории о себе.

Playback — это гибкий метод, который одновременно может быть как очень глубоким, так и развлекательным. Он позволяет безопасно исследовать различные вопросы и видеть их под новым углом. Playback#01 — это зеркало, через которое отражаются различные грани человеческой жизни.

Что будет происходить?

Ведущий задает тему, приглашая зрителей к диалогу. Зрители включаются в этот диалог и делятся своими историями, а актеры спонтанно разыгрывают на сцене то, что услышали.

История театра: Мы встретились 2,5 года назад на обучении Playback. По уши влюбились друг в друга и по итогам обучения создали свой театр. Мы молодые, но дерзкие, не боимся экспериментировать и пробовать новое.

### ***Playback-театр «Театр Зрительских Историй»***

Playback театр — это точка пересечения между социальной работой, психологией, искусством. Это форма социального диалога разных культур, сообществ и групп людей.

Playback театр создает ритуальное пространство, где любая история, — не важно, обычная ли, необычная, недосказанная или развернутая, — немедленно превращается

в небольшой спектакль. Здесь почитается и поддерживается уникальность каждой личности, что выстраивает и укрепляет нашу связь друг с другом как членов человеческого сообщества.

В отличие от уже увиденного спектакля или просмотренного кинофильма, когда вы запомнили игру актеров, и заранее знаете действие, которое произойдет в следующее мгновение, «Театр Зрительских Историй» дарит вам возможность каждый раз видеть бесконечную и, пожалуй, самую интересную драматическую постановку, которая называется — ЖИЗНЬ!

Ваши мысли, чувства, переживания, эмоции и состояния предстанут перед вами, и вы сможете по новому переосмыслить пережитое или прочувствованное.