РАБОТА С ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ТРАВМОЙ С ПОМОЩЬЮ МАК.

Школьному психологу не редко случается работать с психологической травмой у детей.

За консультацией обратились родители девочки -подростка 13лет. Девочка вынуждена носить очки, рассказывает о насмешках одноклассников и нежелании из-за этого ходить в школу. Она хорошо учиться, но уже неделю прогуливает школу. До этого никогда не пропускала занятия в школе без уважительной причины. Родители рассказывают о том, что дочь последнюю неделю отказывается от еды, ничего не рассказывает и плачет по ночам.

Случившееся с ребенком можно считать травмой. Мы можем отметить наличие «эмоционального отклика» на «внешнее событие».[[1]](#footnote-1) Присутствуют признаки травмы: душевная боль, страх и стыд, слезы бессилия, беспомощность, снижение интереса к учебной деятельности, которая ранее была значима , избегание общения даже с домашними, нарушение сна, сновидения, воспроизводящие образы травматического события, вызывающие страдания, отказ от еды, потеря ощущения безопасности.

Целью психологической работы в данном случае будет помочь девочке выразить свою кричащую боль, выплеснуть свои чувства, выплакаться. З.Фрейд подчеркивал, что «оскорбление, на которое удалось ответить, хотя бы на словах, припоминается ина­че, чем то, которое пришлось стерпеть». Работа должна быть «центрирована» исключительно на проблеме, на актуальной ситуации и актуальных переживаниях, а не на личности. Дебрифинг должен быть направлен на минимизацию последствий психической травмы, задача не дать эмоциональным переживаниям трансформироваться в патологические психические и психосоматические феномены путем их вербализации. В работе можно выделить три основных этапа: 1) установление доверия и формирование у пациента чувства безопасности для предъявления любого эмоционального и вербального материала; 2) проблем-центрированная работа в сочетании с поддерживающей терапией; 3) интеграция личности пациента и обращение его к реальности с последующим переходом к формированию жизненной перспективы.[[2]](#footnote-2)

Положительной динамикой в работе будет ослабление эмоций в вербализации и выше перечисленных признаков существующей травмы.

Работа была организована с помощью МАК.

«Моя ситуация» (колоды карт «Спектрокарты» и «Цвета и чувства»)

Помогает вербализовать отрицательные чувства.

- Какая для тебя ситуация? Выбери не более 5 карт. Расскажи о них. Назови каждую словом или фразой.

- Перемешай карты. Вытащи вслепую одну из них. Расскажи о ней. Как называется? Какое место по порядку она занимала? А сейчас? Есть ли совпадение? Как ты думаешь, почему?

- Вновь перемешай карты. Вытащи вслепую одну из них. Расскажи о ней. Как называется? Какое место по порядку она занимала? А сейчас? Есть ли совпадение? Как ты думаешь, почему?

«Стенки моего сосуда» (колода карт**"**Огонь, мерцающий в сосуде…)

Работа помогает в осознании своих границ, возможностей и ресурсов.

- Выбери сосуд, похожий на тебя.

- Расскажи о этом сосуде.

- У сосуда могу быть разные стенки тонкие, толстые, гладкие, шероховатые, проницаемые и нет. Как ты чувствуешь стенки своего сосуда? Какие они? Нарисуй. Расскажи о них. Какими свойствами обладает сосуд благодаря такому качеству стенок?

-Давай поэкспериментируем. Какими еще могут быть стенки, если сосуд похож на тебя? Нарисуй.

- Как ты себя чувствуешь при таких стенках и границах? Какими еще могут быть стенки?

- Какими бы тебе хотелось видеть стенки сосуда? Как можно их сделать такими, как тебе хочется?

- На что в твоей жизни это похоже?

«Животные» ( Карты колоды «Тотемные животные» раскладываются перед клиентом «рубашкой» вниз)   
 Способствует проработке и преодолению отрицательных эмоций, снятию вызываемого ими эмоционального напряжения.  
 - Выбери 2 карты .1) карту которая в данный момент наиболее приятна, 2) карту, которая в данный момент наиболее неприятна.   
 - Расположи их на бумаге так, как подсказывает интуиция.   
 - Выполни вокруг каждой карты изображение, которое наиболее соответствует её сущности, её содержанию.  
- Какие чувства вызывает каждое животное?  Каков характер животного? Каков возраст животного? О чём животное мечтает? Что изображено вокруг каждого животного? Какова роль каждого животного? Если рассматривать картину как целое, каким может быть взаимодействие животных, их роль в общем образе? Хочется ли внести какие- либо изменения в общий рисунок (передвинуть карты, доработать изображение)? Внеси изменения.  
 - Что теперь изображено?  Какие чувства вызывает каждое животное? Как изменились «взаимоотношения» животных, их роль в общем образе после внесенных изменений? Произошли ли какие-то изменения в твоем отношении к животным в процессе работы?

Можно использовать и другие МАК в зависимости от состояния клиента.

1. Михаил Решетников.Психическая травма. Санкт-Петербург, Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. [↑](#footnote-ref-1)
2. Михаил Решетников.Психическая травма. Санкт-Петербург, Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 2006. [↑](#footnote-ref-2)