

Секция «Психологическое консультирование и психотерапия: теоретические, исследовательские и прикладные аспекты»

Темы и сценарные программы ординанта (клиента) при завершении 11 [U+2012] 15 сессий аутоординационного направления психотерапии (АНП)

Научный руководитель – Янышева Вера Александровна

Кольчугина З.А.¹, Кольчугина З.А.²

1 - Марийский государственный технический университет, Йошкар-Ола, Россия, *E-mail: pasibaeva@mail.ru*; 2 - Марийский государственный технический университет, Йошкар-Ола, Россия, *E-mail: pasibaeva@mail.ru*

Это эмпирико-экспериментальное исследование было проведено в марте — апреле 2022 года. Испытуемой (ординантом) была женщина 52 лет, имеющая среднее специальное образование по специальности «Педагог по домбре», по роду профессиональных занятий — помощник юриста. Она состоит в т.н. гражданском браке, имеет сына 30 лет. Изначальный запрос этого ординанта (клиента) — найти своё предназначение в жизни. С нею мной, в качестве психолога-психотерапевта, было произведено 15 психотерапевтических сессий в русле аутоординационного направления психотерапии (АНП), осуществляемой естественно-психическим методом (ЕПМ). Далее, в качестве информационного материала по результатам проведённой работы и выводов по ним, приводим значимые выдержки из сводного протокола по анализу 11–15 сессий АНП ЕПМ.

Упражнение «Визуализация себя в зеркале» на 15-й сессии АНП (качественный анализ):

Вначале никак не видела себя, потом увидела только сбоку. В конце сессии увидела себя маленькой, счастливой. Затем увидела себя взрослой, наполненной, счастливой. Ощутила радость и немного грусть.

Тема (темы) в данной сессии АНП (количественный анализ по сессиям 11, 12, 13, 14, 15 — в скольких сессиях из этих 5)

11. Тема раздражения (1 из 5): все стараются контролировать её, и она сама контролирует других (модель поведения переняла от мамы); старшая сестра контролирует и манипулирует, предъявляет претензии (даже кот нападает — кусает её).

12. Тема отчуждённости (1 из 5): не было душевного тепла и эмоционально-чувственного принятия ординанта со стороны значимых других дома, в школе, в интернате. Поэтому и она относилась с равнодушием к уходу близких значимых других. (Ординант не чувствовала душевной боли после смерти матери и ухода из жизни отца, двух мужей, других родственников).

13. Тема негодования (1 из 5): негодует на выпивающего гражданского мужа сейчас, раньше негововала на пьяного отца, на пьянство двух мужей, негововала на мужа любимой сестры за то, что приставал к ней; из-за этого она не может адекватно общаться с сестрой.

14. Тема озабоченности (1 из 5): ординант постоянно озабочена решением чужих проблем. Нежелание заниматься не своими, в узком смысле, задачами (например, ей в тягость оформление наследства, которое оставил свёкор её сыну).

15. Тема нищеты и стыда за неё (1 из 5): ординанту стыдно за то, что её семья всегда была и остаётся бедной, стыдно даже из-за самого этого страдания по поводу бедности; имеются переживания бедности и зависть к подругам, у которых, по её мнению, материально всё сложилось более удачно, чем у неё.

Сценарная программа ординанта, проработанная в ходе сессии (Сводный анализ по сессиям 11, 12, 13, 14, 15 — в скольких сессиях из 5)

11 сессия. Ординант находится в созависимых отношениях с окружающими близкими значимыми другими людьми, постоянно раздражается на их контроль, и в раздражении начинает контролировать со своей стороны (модель поведения переняла от мамы).

12 сессия. Ординант не понимала, почему она не ощущает боли и не страдает, когда уходят из жизни близкие другие значимые люди. Такое повторялось неоднократно в течение всей её жизни.

13 сессия. Часто негодует на негативное поведение значимых других людей и этим поведением периодически притягивает в свою жизнь подобные ситуации, когда её близкие совершают по отношению к ней содержательно отрицательные поступки.

14 сессия. Ординант постоянно вынуждена решать не свои проблемы. Ей это в тягость, но она не может отказать своим близким людям в этой деятельности.

15 сессия. Ординант с самого детства ощущала нужду и бедность, при этом у неё были такие подруги, рядом с которыми она чувствовала себя финансово ущербной.

В итоге проведения 11–15 психотерапевтических сессий в рамках аутоординационного направления психотерапии (АНП), путём естественно-психического метода (ЕПМ), ординант увидела, что у неё прекрасный заботливый муж, любит её, всю ответственность взял на себя. У ординаната прошёл страх того, что она не справится с документами по наследству: надо просто начать. Незвестность пугает, но надо увидеть алгоритм действий. Меньше стала докапываться до мужа, удивляется, что блоки (барьеры общения) уходят. Проработала тему нелюбви, несвободы. Главное, она любит свою маму. Конечно, мама её любила, ведь она покупала своим детям всё, что им нравилось и радовалась им. До осуществления АНП ЕПМ сын не разговаривал с ординантом. После сын стал проявлять любовь к матери и ценить её. Муж увидел в ней изменения: она стала спокойной и уверенной в себе, энергетически наполненной. Муж увидел её другой, и сам стал меняться существенно в лучшую сторону по отношению к ней.

Источники и литература

- 1) 1. Янышева В.А. Справочник психолога-психотерапевта. Опыт и практика. — М.: 1000 Бестселлеров, 2020. 2. Янышева В.А. Чистый мозг. Что будет если выгнать всех «тараканов» и влюбиться в мечты? — М.: Омега-Л, 2020. 3. Янышева В.А., Донцов Д.А. Аутоординационная психология и аутоординационная психотерапия психики человека естественно-психическим методом: монография / В. А. Янышева, Д. А. Донцов. Под науч. и общ. ред. М. В. Донцовой. — Москва: РУСАЙНС, 2022.