

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ И ГРУППОВЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО МЕТОДУ СИМВОЛДРАМЫ

Символдрама (Кататимно-имагинативная психотерапия, Кататимное переживание образов или метод «сновидений наяву») – это метод, базирующийся на принципах глубинной психологии, в котором используется особый метод работы с воображением, для того чтобы сделать наглядными бессознательные желания человека, его фантазии, конфликты и механизмы защиты, а также отношения переноса и сопротивление.

Ключевым понятием в символдраме является **мотив**. Под мотивами понимаются специальные **темы образов**, каждый из которых направлен на решение определенной задачи. Символдрама оказывает общий благотворный эффект на внутреннее состояние клиентов.

**Процедура символдрамы включает четыре этапа:**

- 1 Предварительная беседа.
- 2 Расслабление.
- 3 Представление образа под контролем психолога.
- 4 Заключительная беседа.
- 5 Домашнее задание (описание, рисунок).

Обычно проводятся 12–15 индивидуальных занятий, но в сложных случаях количество встреч может быть значительно больше.

**Индивидуальные занятия** проводятся 1-2 раза в неделю, продолжительностью 50-60 минут.

**Групповая работа по методу символдрамы может быть эффективной для людей с:**

- *затяжными конфликтными ситуациями;*
- *проблемами в личной жизни;*
- *низкой самооценкой;*
- *низкой стрессоустойчивостью;*
- *проблемами коммуникации.*

*Длительность занятия — 2 часа. Регулярность — 1 раз в неделю.*

Занятия проводит психолог высшей квалификационной категории, член Международной общественной организации содействия развитию символдрамы (МОО СРС).