

МАК

(МЕТАФОРИЧЕСКИЕ
АССОЦИАТИВНЫЕ
КАРТЫ) В РАБОТЕ
С БЕСПЛОДИЕМ

Колендо-

смирнова

АНАСТАСИЯ

16+

Анастасия Колендо-Смирнова

МАК (метафорические ассоциативные карты) в работе с бесплодием

*http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=63438481
SelfPub; 2021*

Аннотация

В книге даны эффективные методы работы с психогенным бесплодием. В уроке представлены техники из таких направлений: 1. Гипноз; 2. Гештальт; 3. Психокатализ; 4. Терапия субличностей; 5. Системная семейная терапия. Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

Содержание

Техника «Где живет проблема?».	5
Техника «Сведение».	9
Конец ознакомительного фрагмента.	11

Анастасия Колендо-Смирнова МАК (метафорические ассоциативные карты) в работе с бесплодием

В этой брошюре я хочу поделиться с вами деталями и особенностями моей работы с психогенным бесплодием. Прежде всего, давайте разберемся, что это такое. Основная вещь, которую необходимо понять: в бессознательном женщины имеется установка о том, что детей иметь нельзя. Специалисты по-разному смотрят на эту установку: есть те, кто считает ее не установкой, а так называемой “субличностью” – частью души человека, не готовую по каким-то причинам к деторождению. Но как ни назови ее, а суть остается одинаковой и работа специалиста сводится к изменению глубинных установок (переубеждению субличности).

Ниже я предлагаю вам практические упражнения и техники, хорошо зарекомендовавшие себя и доказавшие эффективность.

Техника «Где живет проблема?».

Для данной техники нам понадобится три колоды карт. Первая – абстрактная. Можно взять «Эко» или «Порталы» Константина Довлатова или любую другую. Вторая – с существами («Звери» Екатерины Милютиной или «Скрепки»). Очень важное условие в отношении данной колоды: на изображениях должны быть не люди, а какие-то иные существа. Кроме того, они не должны быть ресурсными. Третья колода называется ресурсная – «Морена», «Класнючая» или любая другая той же направленности.

Из “абстрактной” колоды достаем одну карту – не глядя! Она символизирует некий портал, через который мы попадем в то место, где живет не желающая иметь детей субличность. Мы можем также называть ее причиной бесплодия. Для этого этапа целесообразно использовать колоду карт “Двери”. Например, клиент видит на карте изображение горы. В этой горе есть пещера, в которой и живет субличность (причина). То есть, при помощи фантазии мы доходим до искомого места.

Достаем следующую карту – образ причины. Это можно сделать, как и на первом этапе, не глядя. Но можно и в открытую! Зависит от того, как именно вы привыкли работать с метафорическими картами. Если у вас уже есть опыт, то лучше брать карты не глядя.

Следующий шаг – задаем вопросы. Они могут выглядеть следующим образом:

«Как выглядит причина бесплодия, которая здесь обитает?»

«Кто это?»

«На кого она похожа?»

«Что чувствует и ощущает?»

«Чего хочет?»

Приведу конкретный пример, иллюстрирующий этот алгоритм.

Клиент: Это Лисичка! Чувствует себя ... ммм... , думаю, она хитрит.

Психолог: Задайте ей вопрос – почему она не разрешает вам иметь детей?

Клиент: Почему ты не разрешаешь мне иметь детей? (Обращаясь к психологу) Она говорит, что она главная. Она хочет быть главной, потому что ей нужно внимание.

После вопросов мы начинаем следующий этап работы: договариваемся с субличностью. Из ресурсной карты вынимаем (не глядя) по одной карте. Мы предлагаем причине что-то с целью добиться ее согласия на деторождение. Беседу с субличностью ведет клиент, психолог только направляет его в том случае, если человеку сложно справиться самостоятельно.

Пример-иллюстрация.

Клиент: А если ребенок, который готовится родиться, будет восхищаться тобой? Если внимание ты будешь получать не от меня, а от него? Я тебя с ним познакомлю. Как тебе такая идея?

Субличность: Ну, не знаю... может быть...

Таким образом, предлагая субличности “подарки”, мы одновременно ведем наблюдение за тем, как меняется ее настроение. Наша задача состоит в том, чтобы договориться с ней, сделать так, чтобы клиент почувствовал: эта “картинка” теперь довольна, возможно, она готова переселиться в более красивое и удобное жилище.

Клиент: Может, ты хотела бы жить в красивом домике, а не в этой пещере?

Субличность: Я хотела бы иметь свой домик!

Далее мы можем нарисовать домик или построить его из подручных средств – картона, бумаги, карт и т.д. Иногда можно и поменять “картинку” субличности – выбрать из колоды более позитивное изображение. Но делать это можно лишь в том случае, если у нее изменилось настроение.

Следует упомянуть, что иногда такой техники может быть недостаточно. В таком случае понадобится дополнительная проработка. Еще одно важное напоминание: работа с психогенным бесплодием предусматривает достаточно длитель-

ный срок, и это следует учитывать. То есть, с проработкой можно уложиться в несколько сессий. Но для полной перестройки организма в соответствии с решаемой задачей иногда необходимо до полугода.

“Где живет проблема?” – одна из техник, позволяющих обратиться к бессознательному и найти ту часть личности, которая по какой-то причине против рождения ребенка. Ей можно создать ресурсное состояние, постараться с ней договориться и таким образом выйти на более гармоничное внутреннее состояние.

Техника «Сведение».

Для выполнения этой техники подойдёт любая колода метафорических карт с изображениями лиц.

В открытую и сознательно выбираем из портретной колоды две карты, символизирующие субличности.

Вариант № 1. Субличность, мечтающая о детях, и субличность, которая их не хочет.

Вариант № 2. Субличность, которая в данный момент не способна иметь ребенка, и субличность из будущего – там, где ребенок уже есть.

Выбрав две карты, “активируем” их тем, что рассказываем о чувствах, испытываемых изображенным на карте человеком.

Пример-иллюстрация.

Вариант № 1.

Часть меня, мечтающая о детях – она так сильно хочет иметь детей, что злится на всех людей, имеющих ребенка. Другая часть (не желающая детей) хочет, чтобы с ней играли, как с малышом, жаждет внимания.

Вариант № 2.

Первая часть (не может иметь детей) видит мир в тусклом свете, ей все не мило. Вторая часть считает, что в будущем, когда у нее будет ребенок, она станет неухоженной и толстой,

не сможет никуда выбраться из дома, постоянно будет “на привязи”.

Наша задача на следующем этапе выполнения техники состоит в том, чтобы “раздвинуть” эти части между собой. создать дистанцию. Расстояние должно быть оптимальным для клиента. Затем их необходимо постепенно, шаг за шагом придвигать друг к другу до тех пор, пока в финале они не превратятся в новую, единую субличность, объединяющую в себе предыдущие две.

Для этого узнаем у человека, изображенного на первой картинке, чем, с его точки зрения, он похож на человека со второй картинке. Затем задаем аналогичный вопрос второй субличности (изображенной на второй карте).

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.