

ДИАГНОСТИКА В ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ
Методические рекомендации



Студия «ВиЭль»
Санкт-Петербург

Введение

Язык символов есть истинный, всемирный, всечеловеческий язык, одинаково справедливый для всех времен и народов.

В. Шмаков

Использование песка для отображения внутренних видений имеет длинную долгую историю. Древние племена рисовали защитные круги на земле и создавали рисунки из песка. Историческими и культурными параллелями песочной терапии являются рисунки на песке племен Навахо, где они используются в церемониях излечения, для предсказания, изгнания нечистой силы и других целей (Weinrib, 1983). Клэр Бейкр, в своей статье «Рисунки на песке Навахо и песочная терапия» (1993) анализирует параллели между песочными рисунками индейцев и Sandplay. И песочные картины племени Навахо и песочная терапия - излечивающие методы, которые активизируют психическую энергию и открывают возможность изменения. Кроме того, они оба улучшают коммуникацию между участниками процесса.

Играя с песком, выстраивая в нем миры или заданные темы ребенок (взрослый) проецирует на картину свой внутренний мир, свои актуальные переживания, комплексы, состояния и т.д. Сама песочная картина представлена в нескольких плоскостях. С одной стороны мы видим целостный образ, имеющий свое название. С другой стороны мы видим совокупность структур, состоящих из символов, каждый из которых является носителем информации и о многом говорит. Л. Штейнхард пишет: «Песочные композиции как с миниатюрными фигурками, так и без них могут заключать в себе различные трудно вербализуемые содержания». Мы можем полагаться на бессознательное клиента и на его собственные процессы исцеления, организуя песочную терапию. При этом мы имеем возможность получить бесценную информацию, если прикоснемся к символическому языку картины клиента. Это позволит нам организовать работу более результативно, содействовать осознанию клиентом многих аспектов своей жизни.

« Символический язык – язык универсальный. Символика не только выражает отношения между вещами, явлениями и идеями. Однако большинство людей не владеют языком символов, не умеют расшифровать его, в то время как сим-

волы чрезвычайно важны для понимания путей развития человеческой мысли, искусства, обычаев, религии и мифологии» - пишет Рашаль В. М.. Перенося эту мысль в контекст одного человека, можно сказать так – понимание символов в песочной картине чрезвычайно важно для понимания мыслей вашего клиента, его культурной идентичности и его личной мифологии. «Картина на песке ... может быть понята как трёхмерное изображение какого-либо аспекта душевного состояния. Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым.



Kalff, 1980

Психоанализ обогатил психодиагностику пониманием принципа проекции. Проективные (лат. *proiectio* - выбрасывание вперед) методики направлены на исследование личности человека через его реагирования любым способом на неструктурированные или неоднозначные объекты и ситуации. Проективные методики, в том числе диагностика в процессе строительства Мира, направлены на диагностирование причин дезадаптации личности, бессознательных влечений, конфликтов и способов их решения (механизмов защиты). Условием любого проективного исследования является неопределенность тестовой ситуации, что позволяет личности проявлять присущие ей способы поведения. Взаимодействие личности со стимульным материалом (набором символических миниатюрных объектов и песком) имеет характер проектирования выявления бессознательных влечений, инстинктов, конфликтов и т.д.

Проективные методы (диагностика с помощью создания картины на песке) позволяют ответить на такие важные вопросы, как стиль взаимоотношения личности с другими людьми (конформность, лидерство, авторитарность, демократизм и т. д.); ее ведущие мотивы и пути их реализации, степень гармоничности или конфликтности аффективной сферы, средства разрешения внутренних и внешних конфликтов; самооценка, мера ее осознанности, адекватности, гибкости и т. д. Бесспорно, что богатством получаемого материала проективные методики выгодно отличаются от других более популярных в общепсихологических исследованиях методов, например опросников.

При этом, диагностика в песочной терапии, на наш взгляд, в большей степени нужна не для постановки психологического диагноза, а для уточнения терапевтической (консультативной) гипотезы, для

понимания потребностей клиента, его особенностей и возможностей. Диагностика в песочной терапии - часть процесса, в который вовлечены психолог и клиент. Она происходит в форме речевого общения, беседы по результатам строительства песочной картины или в его процессе, что очень характерно для детей. Задача специалиста – понять послание, которое несет в себе картина клиента и помочь клиенту осознать, о чем она для него.

Проективная психодиагностика

Во все времена люди проецировали на объекты живой и неживой природы свои видения и пытались их объяснить. Гадая на кофейной гуще или на фигурах, которые оставлял на воде воск люди пытались угадать свое будущее. Еще Аристотель утверждал: «Все может быть всем!», хотя теория проекции еще не существовала. Личность писателя, художника, музыканта постоянно в той или иной степени присутствует в его произведениях и на этом стоит искусство. Должно быть что-то личное, живое, и тогда это произведение будет вызывать чувства у других людей.

Проективные техники берут свои истоки в исследованиях Ф. Гальтона, изучавшего ассоциативный процесс. Гальтон первым убеждается в том, что так называемые свободные ассоциации таковыми не являются, а определяются прошлым опытом личности.

Позднее К. Юнг, также обратившийся к ассоциациям, создает тест, позволяющий актуализировать нередко скрытые переживания - комплексы личности. К. Юнг считал, что галлюцинации, иллюзии и другие симптомы вызваны активностью комплекса, чья динамическая сила происходит от сильных эмоций, связанных с ним. К. Юнг подготовил список из 100 слов и чутко следил за поведением людей, когда они пытались ответить другим словом на каждое из предложенных. Г. Кент и А. Розанов пытались диагностировать психическое расстройство на основе типичных свободных ассоциаций, воспроизведенных в ответ на список из 100 слов. Протестировав 300 детей различного возраста они обнаружили, что к 11 годам наблюдается важный рост индивидуальных ответов.

Позже, А. Бине, Ф. Е. Рыбаков, а также другие психологи экспериментировали с аморфными цветными и монохромными чернильными пятнами, которые напоминали людей, животных, разные события жизни. В этом же ряду стоят работы, в которых фантазия стимулировалась специально подобранными сюжетными картинками. Психологам

и психиатрам было хорошо понятно, что рассказы их подопечных по «пятнам», сюжетным картинкам дают вероятность судить о потребностях, интересах личности, патологии испытуемых.

Понятие проекции (от лат.- выбрасывание) как психологическое понятие появляется первый раз в психоанализе и принадлежит Зигмунду Фрейду. Он полагал, что неврозы возникают в том случае, когда психика не может овладеть эндогенно развившимся сексуальным возбуждением и в этом случае происходит проекция этого возбуждения во внешний мир. В процессе развития науки и проводимых исследований, проекция стала рассматриваться шире. Различают атрибутивную, классическую, аутическую, симилятивную, комплементарную и др. виды проекций.

Первое описание процесса проекции в ситуации со стимулами, допускающими их различную интерпретацию, принадлежит известному американскому психологу Генри Мюррею (1935). Он рассматривает проекцию как естественную тенденцию людей работать под влиянием своих потребностей, интересов, всей психической организации. При этом автор считал, что, защитные механизмы в процессе проекции могут проявляться, а могут не проявляться. Он разработал первую проективную методику, которая основывалась на психологической концепции проекции - тест тематической апперцепции (ТАТ).

Для обозначения определенного типа психологических методик понятие проекция в первый раз используется Л. Франком (1948). Им выдвигаются **три основных принципа, лежащих в основе проективного исследования личности.**

1. Направленность на уникальное в структуре или организации. В отличие от традиционных психометрических процедур, личность рассматривается как система взаимосвязанных процессов, а не перечень способностей или черт.

2. Личность в проективном подходе изучается как относительно устойчивая система динамических процессов, организованных на основе потребностей, эмоций и индивидуального опыта.

3. Эта система основных динамических процессов постоянно, активно действует на протяжении жизни индивида, «формируя», направляя, искажая, изменяя и переиначивая каждую ситуацию в систему внутреннего вида индивида. Каждое новое действие, каждое эмоциональное проявление индивида, его восприятия, чувства, высказывания, двигательные акты несут на себе отпечаток личности.

Это третье и основное теоретическое положение обычно называют «проективной гипотезой».

Л. Франк не рассматривает проективные методики как замену уже существующим психометрическим. Проективные методики удачно дополняют существующие, позволяя заглянуть в то, что наиболее сильно скрыто, ускользает при использовании традиционных приемов исследования.

Общими для всех проективных методик являются следующие признаки:

- 1) неопределенность, неоднозначность используемых стимулов;
- 2) отсутствие ограничений в выборе ответа;
- 3) отсутствие оценки ответов испытуемых, как «правильных» и «ошибочных».

Л. Франк первым разработал классификацию проективных методик. Эта классификация, несмотря на обилие других, с предложенными позднее изменениями и дополнениями сегодня наиболее полно характеризует проективную технику.

Классификация включает методики:

Конституитивные (испытуемому предлагают какой-либо аморфный материал, которому он должен придать смысл). Примером может служить методика Роршаха, состоящая из 10 таблиц, на которых изображены симметричные одноцветные и полихромные изображения). Полагается, что в процессе интерпретации изображений, придания им смысла, испытуемый проецирует свои внутренние установки, стремления, ожидания на тестовый материал.

Конструктивные (предлагаются оформленные детали, фигурки людей, животных, модели их жилищ и пр.) из которых надобно создать осмысленное целое и объяснить его. Испытуемые, обычно дети и подростки, создают разные сцены из своей жизни, а по определенным особенностям этих сцен и рассказов о них делаются выводы как о личности их создателя так и о специфике их окружения.

Интерпретативные. Необходимо истолковать, интерпретировать какое-либо событие, ситуацию. Испытуемому предлагаются таблицы-картины, на которых изображены неопределенные ситуации, о которых надобно составить рассказ с указанием того, что привело к такому выводу. Предполагается, что испытуемый идентифицирует

себя с «героем» рассказа, что дает вероятность раскрытия внутреннего мира обследуемого, его интересов, побуждений.

Катарсические. Предполагается осуществление игровой деятельности в особо организованных условиях. Например, психодрама. Это дает вероятность исследователю обнаружить выносимые вовне конфликты, проблемы, другую насыщенную продукцию.

Рефрактивные. Личностные особенности, скрытые мотивы исследователь стремится диагностировать по тем произвольным изменениям, которые вносятся в общепринятые средства коммуникации, например, речь, почерк.

Экспрессивные. Осуществление испытуемыми изобразительной деятельности, рисунок на свободную или заданную тему, например, методика «Дом - дерево – человек». По рисунку делаются выводы об аффективной сфере личности, уровне психосексуального развития и других особенностей.

Импрессивные. Эти методики основываются на изучении результатов выбора стимулов из ряда предложенных. Например, тест Люшера - предлагают предпочесть квадрат с наиболее приятным цветом. После повторной процедуры определяется ряд наиболее привлекательных цветов и интерпретируется по символическим значениям цвета. В качестве стимулов могут выступать любые объекты неживой природы.

Аддитивные. В этих методиках от обследуемых требуется завершение имеющего начало предложения, рассказа или истории. Эти методики предназначены для диагностики разнообразных личностных переменных, от мотивов тех или иных поступков до отношения к половому воспитанию молодежи.

Опираясь на эту классификацию, мы можем сделать выводы о том, что различные диагностические процедуры в песочной терапии можно отнести к различным типам проективных методов. Так, тест «Мир» мы скорее отнесем к экспрессивному типу. Ребенок (взрослый) получает набор фигур, емкость с песком и инструкцию «Создай мир, такой как тебе захочется». Есть свобода самовыражения, так как мир может быть разным. В процессе работы получают различные варианты картин мира, фантазийные миры, по которым мы делаем выводы об аффективном состоянии личности, потребностях и конфликтах.

При условии выбора темы в песочной терапии, когда мы изначально задаем более узкий контекст исследования личности или семьи,

например «Образ Я», «Моя идеальная семья» или тест «Деревня», по классификации проективных методов эти технологии относятся к конструктивному типу. Мы сталкиваемся с конкретными ситуациями, которые проявят позиции клиента в этой ситуации, способы преодоления трудностей, нахождение в той или иной структуре, когнитивные особенности личности, профессиональную направленность и многое другое.

Возможен и вариант аддитивных проективных технологий в песочной терапии, когда мы выстраиваем сказку или историю в песке и предлагаем продолжить ее. Особенно это может быть полезно при выявлении остроты суицидальных переживаний у клиента или при выяснении мотивации поведения в какой-либо ситуации.

К катарсическому типу проективных методов в песочной терапии мы отнесем работу с кататимными предметами, использование фотографических изображений, строительство драматических сцен (Э. Эриксон) и конфликтов. Это даст нам возможность обнаружить скрытые конфликты, травматические переживания, внутренние и внешние ресурсы для преодоления, а иногда и возможность непосредственного терапевтического переживания.

Таким образом, проективная диагностика в песочной терапии содержит в себе несколько тестов: «Мир», и «Деревня»; свободные темы для диагностики актуальных состояний, такие как «Построй, что тебе хочется», «Настроение» и т.п.; темы для строительства в подносе, определенные узкими психодиагностическими задачами – «Я», «Мое будущее», «Семья» и т.п.

Рассмотрим возможности проективной диагностики на песке через призму истории песочной терапии и современных тенденций ее развития.

История и современные тенденции проективной диагностики с использованием миниатюрных объектов

Началом использования подноса с песком принято считать конец 1920-ых. Игра и творческий потенциал как часть терапевтического процесса уже использовались, особенно для детей. Мелани Кляйн, Анна Фрейд, Эрик Эриксон, Шарлотта Бюллер и многие другие, были сторонниками использования игрушек и миниатюр для терапевтических, диагностических и других целей.

В 1920-ых Маргарет Ловенфельд увидела потенциал использования маленьких игрушек, которые помогают детям сообщать их самые глубокие мысли и чувства. Под впечатлением от рассказа Г. Уэлса «Игры на полу» (1911), Ловенфельд начала активно внедрять «Технику Мира» (Lowenfeld 1979:3). «Техника Мира» - это спонтанное расположение миниатюр во влажном или сухом песке, для создания картины или мира. Согласно М. Ловенфельд, цель состояла в том, чтобы «получить созданный мир, способный встретиться лицом к лицу со своим создателем, вместо того, чтобы получить врача встречающегося лицом к лицу с создателем мира» (Жизела Де Доменико, 1988).

Одна из оригинальных целей М. Ловенфельд состояла в том, чтобы «найти игровую среду, которая сама по себе будет привлекательна для детей и которая дала бы им и наблюдателю «язык», с помощью которого могла быть установлена коммуникация. Кроме того, как только такая среда была обнаружена, было бы необходимо разработать средства для исследования и оценки собранного материала» (Lowenfeld 1979). Здесь, в этой созданной самими детьми технике, М. Ловенфельд нашла большие диагностические ресурсы для себя. Когда дети использовали миниатюры в подносе с песком, проявлялись их эмоциональные и психические состояния, которые можно было объективно зарегистрировать и проанализировать. При помощи этой техники она могла теперь начать свою работу по исследованию умственной деятельности ребенка.

Параллельно с М. Ловенфельд, миниатюрные игрушки в детском терапевтическом процессе использовала и Мелани Кляйн. Она была первой, кто использовал игрушки в ходе лечения, главным образом через приемы игровой терапии, стимулируя воображение ребенка и выявляя ассоциации. Приблизительно в 1925 у Мелани Кляйн возникла идея использовать игру в качестве метода для психологического исследования. В своей консультационной комнате она обустроила место, где на столе были размещены простые игрушки: маленькие деревянные люди, фургоны, транспортные средства, поезда, животные, кирпичи и здания, а так же бумага, ножницы, и кусочки ткани. Она полагала, что отношение ребенка к игрушкам и то, как он или она с ними взаимодействует даст ей общее представление о ее/его комплексах (Mucchielli 1960). В своей статье 1927 года «Введение в технику Детского Анализа» М. Кляйн пишет, что «цель психоаналитической техники игры с детьми состоит в том, чтобы обнаружить эмоциональную жизнь ребенка, его пожелания, фантазии и мысли».

У М. Ловенфельд были переживания, по поводу того, что мощный терапевтический инструмент может сузиться только до психодиагностического инструментария. В своей статье «Природа и использование Техники Мира Ловенфельд в работе с детьми и взрослыми» (1950), она пишет про «значительное беспокойство в связи с использованием техники Мира как инструмента анализа на индивидуальность и характер. Не то, чтобы я отношусь неодобрительно к батареям тестов или хочу ограничить использование любого материала, который я разработала, но я беспокоюсь, чтобы мое целое исследование и терапевтический метод не были неправильно поняты или искажены, когда часть оборудования заимствуется и приспособливается под различные цели» (Lowenfeld 1950). Понятно, что М. Ловенфельд переживала, что Техника Мира может с терапевтического стать только диагностическим инструментом.

Примерно одновременно с исследованиями возможностей Техники Мира М. Ловенфельд, Ш. Бюллер свою исследовательскую работу проводил Эриксон, который работал над Тестом драматических сцен. Его интересовало то, как было использовано пространство, не только в самих сценах, но также и то как ребенок двигался в пространстве. Он рассматривал такие факторы как:

1. Подход ребенка – как он подходил к полкам, а затем к столу и как соединял эти два пространства;

2. Использование в игре пространства стола – какая часть стола использовалось, куда игрушки были помещены, и выравнивалась ли картина по отношению к форме стола;

3. Гештальт сцены (каковы были отношения частей к целому и частям друг к другу);

4. Оригинальное качество сцены, включая наличие уникальных деталей (1951).

Эриксон также наблюдал за характером игры ребенка. Он обращал внимание на следующее поведение ребенка:

1. спокойный, осторожный, и последовательный;

2. быстрый и энергичный;

3. тихий, с внезапным решительным действием;

4. быстрый, со всплесками энтузиазма.

Он отмечал такие спонтанные вербальные реакции у детей как:

«Я не знаю, что сделать!». Он также подчеркивал важность заключительного этапа строительства, которое часто характеризовалось повторными новыми началами, обращал внимание на то, если у ребенка постоянно падали игрушки, на несоответствующую теме строительства беседу, перфекционистские тенденции, неспособность закончить сцену, или внезапную потерю интереса.

Эриксон пишет: «Я установил игровой стол со случайным набором игрушек и приглашал участвующих в исследовании мальчиков и девочек подойти к нему и вообразить, что стол - это киностудия, а игрушки - актеры и декорации. Затем просил их «создать на столе захватывающую сцену из воображаемого кинофильма» (Каждый выполнял мое задание в одиночку, т. е. игра была индивидуальной). Такая инструкция давалась с целью избавить этих детей, большинству которых уже исполнилось одиннадцать лет, от «оскорбительного» предложения играть с «детским барахлом»; в то же время предполагалось, что инструкция такого рода будет достаточно безличным «стимулом» для нестесненного самосознанием использования воображения. Но здесь нас сразу ждал сюрприз: хотя за полтора с лишним года около 150 детей построили примерно 450 сцен, лишь полдюжины из них оказались киносценами и только несколько кукол были названы именами конкретных актеров. Вместо этого дети выстраивали свои сцены так, как если бы руководствовались внутренним замыслом, рассказывали короткую историю с более или менее увлекательным сюжетом и оставляли меня перед задачей раскрыть, что (если вообще что-то) эти конструкции могли «значить».

Когда Эриксон проанализировал сцены этих детей (предподростковый возраст), он нашел темы ранних травм, трудностей в семье, проблемы физического состояния или усталость и психосексуальные конфликты. Когда результаты его исследования были подвергнуты статистической обработке, они показали гендерные различия. Мальчики при строительстве использовали больше блоков (деревянных брусков, кирпичиков) и транспортных средств, стремились в игре построить различные сооружения, улицы. Их игры часто были посвящены риску потери, проигрыша, краха. Их сцены были наполнены физическим движением, игрушки выбирались те, которые могли двигаться. Общая активность перемещения автомобилей и животных по улицам, обычно проходила под контролем игрушечного полицейского. В его книге мы находим: «Самую высокую башню построил самый низенький мальчик; а цветной мальчик, как уже отмечалось, построил свою сцену под столом.

Все эти вариации бесспорно указывают на то, что переменная «высокое-низкое» является маскулинной переменной».

Девочки использовали блоки реже, используя их, прежде всего, чтобы отделить комнаты в доме, использовали мебель и выстраивали сцены про семью. Динамики было меньше, игрушки почти не опрокидывались и не травмировались в процессе игры. Эриксон отмечает: ««Открытое» и «Закрытое» - феминные модальности. Интерьеры домов без стен создавались большинством девочек. Во многих случаях такие интерьеры носили явно мирный характер».

Э. Эриксон расценил эти различия между полами, как социально внедряемые стереотипы мужского или женского поведения, связал с физическим, биологическим, и функциональными различиями полов. Его исследование позже вызвало много феминистских нападок.

Шарлотта Бюлер (1893-1974) так же представляет большой интерес в связи с рассматриваемой нами темой. Она признала потенциал использования миниатюрных объектов как стимулов для диагностики, как инструмента исследования и используя Технику Мира М. Ловенфельд, чтобы развить нормы для отдельного исследования и диагноза, она создала «Тест мира» (позже известный как Тест игрушечного мира). Она проводила сравнительный анализ использования в игре миниатюрных объектов детьми разных культур.

Ее метод «Тест Мира» состоял из 160 миниатюр (элементов) находящихся в коробке 60 x 30 x 25 сантиметров с внутренними отделами для каждой из десяти категорий: люди, домашние животные, дикие животные, здания, транспортные средства, перегородки, строения, природа, военные орудия, другие объекты (Buhler 1951). К коробке прилагалась инструкция со стандартами (Муккиелли 1960). Был так же и больший набор - 300 миниатюр для процедур терапии. То, что Шарлотта предлагала ограниченное количество объектов, вступало в противоречие с другими подходами, авторы которых не видели смысла в ограничении миниатюр.

Для Ш. Бюлер интерес представляли исследования. С 1935 до 1940 она путешествовала и жила всюду по Европе, проводя там сравнительный анализ по результатам своего теста «Мир». Результаты этого исследования были изданы в ее статье 1952 года, «Национальные различия в «Тесте Мира», проективные структуры».

Если говорить о том, какие психические проявления видели Левенфельд или Бюлер, то это в первую очередь, разница в типах песочных

миров у детей эмоционально стабильных и с проблемами в эмоциональной сфере. Например, эмоционально нестабильные дети часто играли в войну, проявляли агрессию к фигуркам, использовали диких, агрессивных животных, размещали объекты не в соответствии с их функционалом, часто использовали в игре одни и те же объекты из раза в раз. Ш. Бюлер стремилась стандартизировать эти наблюдения.

После знакомства с Ш. Бюлер, французский исследователь Роджер Муккиелли (1960) написал книгу по использованию миниатюр в качестве диагностического инструментария в терапии детей и взрослых. В ней он описал тест «Деревня».



Деревня (Village) — проективная методика исследования личности. Предназначена для обследования как детей, так и взрослых.

Стимульный материал теста Деревня состоит из небольших по величине предметов, количество которых доходит до 300 (в зависимости от вариантов различных авторов). Среди них: школа, больница, мэрия, церковь, торговые лавки (мясная, булочная), кафе, деревья различной формы, автомобили, стены, фигурки людей и животных и т. п. Испытуемому предлагают построить деревню, в которой он хотел бы жить. Психолог фиксирует поведение испытуемого и время работы, после окончания которой просит прокомментировать результат. Затем задаются вопросы: «В каком месте деревни Вы живете?», «Какой уголок Вам нравится больше всего?», «Есть ли в деревне уголок, который напоминает Вам знакомые места?» и т.п. После этого на бумаге делает набросок деревни, в котором тщательно отмечает расположение каждого предмета или фотографирует.

Теоретическую основу методики составляют исследования в области феноменологии, символизма, экзистенциализма. Анализу подвергается в первую очередь символическое жизненное пространство и его структура.

При интерпретации результатов учитываются символика правого и левого, верх и низа. Например, доска, стол или песочный поднос, на которых строится Деревня, могут быть условно поделены на три горизонтальные зоны. Наиболее удаленная от испытуемого часть рассматривается как зона стремлений, центральная — как сфера настоящего, ближайшая — как сфера актуальных переживаний и «Эго».

Возможно деление на вертикальные зоны, а также на небольшие квадраты (от 8 до 16). По мнению Р. Мукиелли, в исследованиях с помощью теста «Деревня» выявляются 4 переменные: психологический возраст, характер (поведение), культурный уровень и внутренний мир личности, о чем свидетельствуют символические фантазии, которые необходимо декодировать; интерпретации подлежат форма переживаемого пространства и значение, придаваемое элементам построенной Деревни (например, «аптека» — символ заботы о здоровье, страха болезни, небольшого недомогания; «мясная лавка» — насилия, агрессии, убийства; «вокзал» — изменения жизни, разрыва с настоящим, отъезда). Обсуждается также потребность в топографическом анализе рельефа Деревни, ее высоты, наличия долин, возвышенностей, а также типичных экспрессивных движений в процессе создания Деревни.

В исследованиях с использованием методики выявились типы макетов Деревни, характерные для различных контингентов испытуемых.

Р. Мукиелли разработаны «патологические симптомы»:



Опустошенная Деревня – использовано мало фигур, много пустого пространства. Часто строят клиенты переживающие экзистенциальный кризис, эмоционально депривированные, посттравматики.



Переполненная Деревня – использовано большое количество фигур из разных категорий, ощущение тесноты, заставленности, высокой степени плотности. Характерно для людей с задержкой психического развития, подростков, переживающих ролевое смешение, с проблемами пищевого поведения.



Хаотичная Деревня – использованы фигуры из разных категорий, при этом не согласованы между собой, нет структуры, есть смешанность. Строят клиенты переживающие кризис, конфликт, с проблемами идентичности, ролевого смешения.





Безлюдная Деревня – есть дома, улицы, животные, при этом нет людей, либо они есть, но находятся внутри домов (после прояснения у клиента). Строят люди с проблемами социального характера, проблемами коммуникации, нуждающиеся в защите (попытка прятаться).




Деревня с двойным центром – когда есть два важных места одновременно, вокруг которых развиваются события и выстраиваются основные структуры. Характерно для людей с внутренним конфликтом, проблемами идентичности, проблемами социальных ролей.



 Расщепленная Деревня – поперек Деревни проходит дорога, речка или железнодорожное полотно, режет забор или посадка деревьев. Есть ощущение отрезанности одной части от другой, разделенности. Часть с одной стороны – часть с другой. Расщепленность может быть как по вертикали, так и по горизонтали. Строят клиенты с внутритриличностным конфликтом, невротическим состоянием.

 Деревня, построенная в виде лабиринта – нет четкой структуры, улицы запутаны, непонятно как можно добраться к центру или в другую сторону. На мостах или улицах стоят препятствия, которые нужно обходить или плутать через другие проходы. Подобный тип деревни может строить человек, находящийся в кризисе, стремящийся быть в безопасности, тревожный.

 Деревня, в которой расположение всех элементов подчиняется общему плану – сверху похожи на план застройки города. Все четко структурировано, построено как под линейку, часто симметрично. Размеры домов, заборов и других сооружений тоже старательно подбираются. Люди и животные имеют вторичное значение. Характерно для людей, страдающих неврозами, излишне логичных и рациональных, обсессивно-компульсивных.

В специальных исследованиях изучалась проблема дополняемости или взаимодополняемости теста «Деревня» и «Теста Мира», во многом сходных методик. Было показано, что обе методики обладают достаточной валидностью, успешно дифференцируют различные клинические группы и могут быть использованы альтернативно при необходимости диагностики нервно-психических расстройств. При углубленной индивидуальной диагностике рекомендуется использовать обе методики, так как их диагностический материал дополняет друг друга.

За рубежом тест «Деревня» используется при профотборе и профориентации. Анализ и выводы делаются в соответствии с приоритетным выбором предметов. Так, ребенок, ориентированный на профессии типа Человек-Человек, строит деревню, в которой главными действующими героями являются люди: фермеры, врачи больницы, семьи, живущие в деревне. Количество выбранных людей будет доминировать. При направленности Человек-Техника, приоритетными фигурами Деревни становится разная техника, причем есть стремление подобрать ее в соответствии со специфической деятельностью (комбайны, трактора, сенокосилки и т.п.). Если подобной техники нет в коллекции, то ребенок пытается придать имеющейся, важное для него «деревенское» значение, используя скотч для соединения деталей или используя объекты заместители. Человек-Природа строит сады и фермы, часто включая в Деревню часть леса, обильно заселяя его животными, создает реки и озера и т.п. По направленности и выраженным предметам деятельности мы можем делать выводы о профессиональной ориентации.

При этом, усложненная интерпретация затрудняет широкое распространение этой методики. Необходимы исследования по ее стандартизации в нашей стране.

Мы рекомендуем использовать это тест в совокупности с другими, учитывая результаты исследований и опираясь на них, но при этом, не ограничивая набор миниатюр. Использование фигур из несвойственных для темы Деревня категорий, например, героев компьютерных игр, тоже может дать вам дополнительную информацию о клиенте. Выстраивание Деревни на песке дает дополнительные возможности с точки зрения анализа ландшафта и рельефа.



Тест Мира

Основные принципы

Принципиальные различия между «Тестом Мира» Ш. Бюлер и Техникой Мира М. Ловенфельд очевидны. Мало того, что цели отличаются (диагноз против терапии), но материалы и пространство, используются по-другому. Для «Теста Мира» Ш. Бюлер не использовала поднос, заполненный песком. Вместо этого она рекомендовала, чтобы крошечные миниатюры использовались на столе или на полу. Она не определяла размер проективного пространства или площади, которая будет использоваться, но рекомендовала, чтобы он составлял как минимум шесть шагов ребенка, чтобы можно было спокойно рассмотреть работу (Buhler 1951). Ш. Бюлер как истинный исследователь в своей практике опиралась на мнение других исследователей (Ван Вилик, например), которые писали, что использование песка, казалось, не имело никакого значения в результате детской терапии. При этом, иногда она предоставляла детям поднос с песком, когда проводила игровую терапию.

В результате противоречия, возникшего по факту значения песка в терапевтическом и диагностическом процессе, было проведено исследование, с большим объемом выборки учениками М. Ловенфельд. Вопреки более ранним результатам исследования Ван Вилика (1936), эти исследования показали, что использование песка клиентами добавляло важный опыт и предоставляло дополнительный диагностический индикатор доступных образных ресурсов, а так же манипуляций с пространством сцены (например закапывание фигуры в песок).

В 1951 году Ш. Бюлер написала статью «Тест Мира: Руководство к использованию», которая позже стала частью монографии, написанной в сотрудничестве с Б. Ламри и Дж. Карролом и изданный в «Журнале детской психиатрии». Там Бюлер представила результаты исследования, относительно клинических и нормальных «Миров». Она описала то, что она назвала «знаками» - индикаторы нервного расстройства и/или олигофрении. Согласно Ш. Бюлер, **один знак** обычно находится почти у всех субъектов. **Два знака** указывают на довольно серьезное нервное расстройство.

Знаки (показатели), которые выделила Ш. Бюлер:



Знаки агрессии - солдаты, борющиеся, страдающие (раненые) животные, дикие звери, несчастные случаи, люди, испытывающие боль (страдающие), падения, катастрофы и шторм. Бюллер писала, что наличие агрессивных знаков нормально для детей и чаще всего они были продолжением первой игры, в которой эта агрессивность проявилась. Она также отметила, что несчастные случаи изображались более часто в песочных картинах детей с повышенной тревожностью. Насилие в «Мирах» она интерпретировала как возможное проектирование агрессии. Она отмечала, что инструменты агрессии могут рассматриваться в детской картине не только деструктивно, но и как фактор защиты.



Знаки пустоты: (1) меньше чем пятьдесят элементов; (2) символы меньше чем из пяти категорий, при 12 возможных; и (3) отсутствие главных групп: без людей, только дети; только полиция; только солдаты.

Согласно исследованиям Ш. Бюлер, картины миров детей младше восьми лет обычно довольно пусты. Она предположила, что это могло быть отражением их психологической незрелости. Для детей старшего возраста и взрослых, пустой мир выражал или интеллектуальную задержку и/или эмоциональную депривацию. Самые пустые миры

говорили о эмоциональном дефиците. Пустой мир отражал внутреннюю пустоту, чувства одиночества или, наоборот, потребность быть одним. Иногда последствия травмы и неспособность что-то создать.

Пример. Виталий, 24 г.



Знаки искажения: «закрытые», «структурированные», «дезорганизованные» миры. Закрытые миры были определены Бюлер как частично или полностью защищенные (заборы, перегородки). В «структурированных» мирах были нереалистичные ряды животных, людей, или вещей, выстроенных в линию в фиксированном, жестком образе; и «дезорганизованные» миры выглядели хаотично, миниатюры были не связаны между собой или в куче. Маркеры (знаки) «искажения» по мнению Шарлотты, были наиболее значимым симптомом нервного расстройства, чем агрессия или пустота.

«**Закрытые**» миры она рассматривала как желания защиты, в ситуации неуверенности, в стремлении скрыть свои эмоции. Она обратила внимание на то, что, если клиент выстраивал заборы прежде, чем использовал любые другие материалы, это указывало на высокую потребность в защите.

Пример. Ника, 10,5 лет.



«Структурированные» миры в различной степени указывали на различную степень компульсивной аккуратности, перфекционизма, и чрезмерных страхов.

«Дезорганизованные» миры кроме нервного расстройства так же указывали на различную степень потери или несформированности идентичности у ребенка или взрослого.

Исследованиями Ш. Бюлер заинтересовались Болгар и Фишер, так как хотели использовать этот диагностический инструмент с взрослой аудиторией подобно тесту «Пятна Роршаха» или Тематическому апперцептивному тесту. (Hedda Bolgar, 1991). За основу они взяли подход Ловенфельд, не ограничивая количество миниатюр, как это делали некоторые исследователи. Они так же попытались стандартизировать метод, но с иным подходом к оценке.

Болгар и Фишера поставили для себя цель - создать невербальный проективный инструмент, через который они могли бы наблюдать символические представления человека о себе, его побуждения, выбор и поведение. Они полагали, что в процессе строительства Мира, когда миниатюры начинали взаимодействовать друг с другом, можно наблюдать за многими процессами клиента, многое понимать.

Они также считали, что их подход к диагностическому материалу Мира в песке был уникален, поскольку он позволял непосредственное наблюдение того, как взрослые визуализировали свой взгляд на мир. В отличие от М. Ловенфельд, они полагали, что диагностические материалы теста «Мир» были больше чем средство сообщения в терапии, они имели серьезную проективную ценность. (Фишер 1950).

Они предложили **Малый Тест Мира**, который содержал конкретное количество миниатюр (232 миниатюры в 15 категориях: здания, заборы, деревья, люди, относящиеся к каким-то группам и отдельные фигуры людей, солдаты, домашние и дикие животные, собаки, автомобили, лодки, самолеты, поезд, мост, и несколько предметов, таких как фургон, семафор, и т.д.). Миниатюры были красочными, но почти схематичными, сделанными из древесины или из металла. Коллекция находилась в коробках восьмиугольного стола, который они выбрали в качестве компромисса между прямоугольником и квадратом. Клиенты строили свои сцены прямо на этом столе. Песок не использовался, так как Болгар и Фишер считали это нецелесообразным при работе с взрослыми, считали, что он помешает стандартизации теста.

Инструкция к тесту была следующей: «Используя фигуры, столько, сколько хотите, создайте на этом столе мир такой, как вам захочется». Время не ограничивалось. Психологи вели подробный протокол вербальных и невербальных реакций, поведения. Беседа с клиентом не поощрялась. Вопросы задавались лишь с целью уточнения объяснения клиента, с целью получения комментариев. В конце психолог делал схему картины мира.

Стандартизация проективного материала этого теста была основана на группе из 100 нормальных взрослых, 50 мужчин и 50 женщин, с 18 до 70 лет, с различными социально-экономическими статусами, принятыми на работу в Австрии перед войной и была описана в статье американского Журнала Ортопсихиатрии в 1947 г.

В своих исследованиях, Болгар и Фишер предложили **шесть оценочных категорий**, которые позволят специалистам в процессе наблюдения за клиентом понять их Миров. Эти категории: выбор, количество, форма, содержание, поведение, и высказывания.

1. Выбор (типы миниатюр, выбранных субъектом). Первой миниатюре, которую брал клиент, придавали особое значение. Авторы полагали, что этот объект будет определять характер всей картины. По их наблюдению, чаще всего взрослые использовали в качестве первого объекта дом или другое строение.

2. Количество (число объектов, разнообразие в строительстве мира, количество использованного пространства).

3. Форма (геометрическая форма картины мира, перспективы, использование стола, перемещения и симметрии). Квадраты или прямоугольники в комбинации с другими формами, были самыми распространенными. Круглые формы и комбинации круглых и линейных форм появлялись редко. Вид на мир чаще всего был открыт со всех сторон, и просматривался от всех углов. Сцены, имеющие определенный передний план и вид сзади, изображались редко. Стол главным образом использовался в качестве основы. Его редко рассматривали как часть мира. По большей части, объекты двигались свободно в различных направлениях. Редко движения объектов были направлены от или к клиенту. В большинстве случаев картины мира не имели симметричных структур.

4. Содержание включало то, что было построено с относительным акцентом на следующие факторы: практическое применение (P), логичное строительство (L), социальные факторы (S), естественность и забава (V), и эстетический фактор (E).

Большинство клиентов строило реалистические сцены городов, деревень, и сельских поселений, с улицами и деревьями, почти реально существующее место. При этом, каждая картина содержала некоторые нереалистичные элементы, такие как дерево, помещенное в середине улицы или моста, которое не было функциональным. Миниатюрные люди были изображены реалистично, работающими и играющими, как в действительности. Индивидуальные различия в строительстве были отражены в различных акцентах. Некоторые клиенты подчеркнули практические проблемы (P), например договаривающиеся о чем-то люди на улице; другие больше интересовались структурными проблемами (L), такими как взаимосвязь лодок в гавани. Некоторые сконцентрировались на общественной организации (S), в то время как другие на первый план вынесли живую природу, животных (V). Несколько субъектов подчеркнули эстетический аспект (E) стиля, формы, и цвета.

5. Поведение (готовность, метод работы, скорость и уверенность). Нежелание участвовать было необычно; энтузиазм и увлеченность были наиболее распространенной реакцией. Появились два различных стиля работы. Первый - осторожное планирование каждой сцены, для которой подбирались детали. Другой – спонтанный, без плана. Стили работы, взрослых совпали с результатами исследования

ван Вилика (1936) с детьми: маленькие дети одновременно используют миниатюры вместе с созданием пространства, в то время как дети школьного возраста, главным образом, используют строительство, подобное созданию проекта, в которое потом вставляют детали. Интересно, подход некоторых взрослых подобен дошкольнику.

6. Высказывания (тип и количество комментариев). Абсолютно невербальное поведение было довольно необычно. Большинство клиентов задавало по крайней мере один вопрос, вызванный их потребностью в конкретизации цели или по миниатюрам в категории. Эти вербальные реакции стали хорошим дополнением к картине личности.

В процессе исследования выявились следующие тенденции, которые могут представлять для нас интерес:

- По сравнению с нормальной группой клиническая группа показала тенденцию к созданию «Миров», которые были характеризованы пустотой или дезорганизовали переполнение, нехватку общего двигателя (слишком немного используемых предметов), нехватку баланса относительно других (слишком многие или слишком немного используемых людей), и значительные отклонения в форме строительства.

- В алкогольной группе использовалось небольшое количество объектов, но объекты были отобраны из многих категорий. Их «Миры» имели тенденцию быть нереалистичными и безлюдными, а их готовность сотrudничать была низка.

- Невропатическая группа оказалась более приспособленной чем алкогольная. И число используемых объектов, и категории, и реалистическое использование отдельных предметов, были подобны неклинической группе. Однако, «Миры» этой группы отличались отклонениями формы и нехваткой организации.

- Умственно отсталая группа (I.Q. в пределах от 29 - 73) не начинала работать спонтанно; они нуждались в более прямой инструкции и поддержке, чтобы продолжить. Эта группа построила свои «Миры», главным образом, выстраивая объекты рядами и повторяя один и тот же образ или структуру. Например, был дом с человеком впереди, другой дом с человеком впереди, и так далее. Их строительство казалось нереалистичным.

- Группа людей, страдающих серьезными психическими расстройствами использовала много предметов и категорий, и у их строительства было особое богатство, которое казалось преувеличенным

и несколько запутанным.

- Группа клиентов, страдающих шизофренией, отклонялась больше всего от неклинических групп. Они использовали отдельные предметы нереалистично, «Миры» были странными по структуре и форме, использовалось много предметов, но из нескольких категорий. Некоторые из их «Миров» были без людей, а у некоторых было много людей.

Все эти наблюдения позволят нам более внимательно отнестись к тому, что мы видим в процессе и после строительства миров в подносе с песком.

В России имеется опыт использования Теста Мира для изучения личности ребенка, а также в целях психотерапии (Р. А. Харитонов и Л. М. Хрипкова, 1976).

Исследования в области проективной диагностики на песке

Большая часть специалистов использовала «Тест Мира» и тест «Деревня» на столах, без использования песка. При этом, те, кто ориентировался на подход М. Ловенфельд, продолжали раставлять приоритеты в сторону песка, как вспомогательного диагностического материала (не умаляя его терапевтических свойств). Странниками взглядов М. Ловенфельд, были организованы исследования, которые были представлены в книге «Техника Мира М. Ловенфельд» В 1970 г. Это было единственное исследование по специфике использования песка, более ранние исследования Ван Вилика (1936), и Buhler (1951), касались только миниатюрных объектов и работе на столах. В исследовании приняли участие 76 человек (50 детей, 26 взрослых); некоторые из детей представляли клинические случаи, остальные психологическая норма. Каждый участник строил как минимум три подноса.

Для анализа и оценки использовались следующие пять критериев:

- какая часть подноса используется;
- темы агрессии;
- специфика контроля и последовательность строительства;
- специфика использование песка;
- содержание песочной картины.

Результаты исследования представляют для нас несомненный интерес. Так, что касается использования пространства подноса с песком, то были сделаны следующие выводы: Маленькие дети (2–3 года) осваивали только небольшую часть подноса, игнорируя границы и помещая часть фигур около подноса или на его край. Дети постарше (4–5 лет) уже помещали игрушки с промежутками всюду по подносу. После пяти лет, «Миры» участников исследования с нормой занимали большую часть подноса, в то время как участники с диагнозами иногда использовали только часть подноса.

С возрастом, все большая часть подноса осваивалась. Кроме того, дети старшего возраста осознавали значение границ, оставаясь в пределах подноса.

С точки зрения проявления тем агрессии получились следующие результаты: малыши (2–3 года) чаще всего бросали миниатюры, втыкали их в песок, закапывали. Дети постарше (4–6 лет) были динамичными в своей игре, активно манипулировали объектами, разыгрывали драматические сцены, передвигали структуры. Дети старше 7 лет располагали игрушки таким образом в подносе, чтобы показать агрессивное действие, вместо того, чтобы манипулировать миниатюрами, разыгрывая его. Начиная с 12 летнего возраста и дальше (взрослые) уже различали свои агрессивные чувства и реакции, и с удовольствием показывали их в подносе, используя как песок, так и фигурки.

Что касается способности контролировать свои действия и специфики построения картины в песке, здесь были отмечены следующие моменты: контроль и последовательность увеличивались с возрастом. Миры маленьких детей скорее были хаотичными. К 4 годам контроль появлялся и у детей 5 лет. Начинали появляться в картине мира различные ограждения, заборы. К 10 годам заборов становилось больше. Для более старших детей характерно было использование не столько строений в качестве структурирующего фактора, сколько социальных субъектов (полиция, учителя и т.п.). Кроме этого, контролирующим и структурирующим фактором выступали такие объекты как горы, реки, улицы, посадки деревьев, которые объединяли картину, делали ее целой.

Песок использовался по-разному. Младшая группа использовала песок для того, чтобы налить в него воду, слепить что-то, отпечатать и закопать. Дети старше 7 лет и взрослые использовали песок для создания дороги, водных путей, дополнительного рельефа, позволяющего поднять что-то вверх или опустить вниз, реструктурировать поднос.

Содержание картин мира менялось от простоты к сложности, от фантазии к реализму. Чем старше испытуемый, тем более реалистичными были сцены, подбирались реалистичные миниатюры, и даже понятие времени было включено в тему.

В разных возрастных группах по-разному использовались некоторые фигуры и темы. Так фигуры людей использовались повсюду во всех возрастных группах (кроме маленьких детей, использующих животных в качестве людей). Темы, связанные с едой, активно использовались детьми до 5 лет, а дети постарше активно строили фермы, использовали много животных. Тема транспорта появлялась с 5 лет и старше, а затем появлялись темы дружбы, отношений, социальных ролей.

На основании этих исследований, были сделаны выводы о том, что проводя подобную диагностику, мы можем понять, в каких случаях ребенок (взрослый) нуждается в песочной терапии. Были отмечены три типа таких подносов, по которым мы можем это понять.

1 тип, когда «Мир» клиента не отражает адекватное развитие (не соответствует возрастным нормам),

2 тип, когда клиент использует материалы сознательно, чтобы сообщить проблемы;

3 тип, когда в подносе присутствуют знаки (маркеры) выделенные Ш. Бюлер: пустые «Миры» (за исключением очень маленьких детей); неорганизованные «Миры» (кроме созданных маленькими детьми, которые играют с материалами); агрессивные «Миры» (кроме тех, которые показывают определенные виды агрессивности, которые распространены во всех возрастах). Особое беспокойство должны вызвать темы агрессивных животных, нападающих и поедающих, «захоранивание» кого-то (после возраста пяти лет); переворачивание игрушек, пачкание их с высокой степенью аффекта (после возраста пять лет); картина мира, где агрессия отсутствует, притом, что клиент действует настойчиво в других ситуациях или наоборот. Так же обращаем внимание на сверхогражденные «Миры» (то есть, преувеличенное ограждение) и безлюдные «Миры» (кроме сделанных маленькими детьми, использующими животных, чтобы представить людей).

В поиске стандартов и норм были изучены «Миры» 216 умственно отсталых детей и взрослых (IQ от 17 до 88), чтобы уравновесить нормативный образец, так как в большинстве исследований принимали участие очень умные люди. Люди с низкими IQ (под 56) использовали

многие предметы в своих Мирах не по назначению, переворачивали животных или здания вверх тормашками. Люди с более высоким IQ использовали больше предметов по назначению, появлялась сложность структур и тем.

Если говорить о важности использования песка при проведении диагностического строительства Мира, то было отмечено следующее: песок позволял больше проявлять экспрессию, расширял информационное поле для анализа, даже без использования миниатюр. Эмоции клиентки выражали через добавление воды в песок, закапывания фигуры или переворачивания структуры вместе с песком, отпечатков или даже ударов по песку. Выстраивая определенный ландшафт (холмы, долины, дороги, реки, волны на море, борозды, и т.д.) клиенты придавали ему значение, обогащая наше понимание и интерпретацию.

Кроме этого, исследования продолжились с группой глухих и слабо слышащих детей (Маршалл и Веделл 1963; Скотт 1966; Гилмор 1968). В исследовании приняли участие 60 глухих детей и 60 слабо слышащих детей (8–14 лет). Исследователи не нашли существенных различий между этими категориями детей. Была добавлена группа детей со слуховой нормой. Дети создавали «Деревню» (Гилмор 1968) и исследователи хотели увидеть, как дети будут взаимодействовать с материалом, проявлять себя. У глухих детей был большой набор невербальных способов коммуникации, в то время как слышащая группа использовала только словесный способ коммуникации.

Хотелось бы еще остановиться на наблюдениях Джона Аллана, который так же проводил исследования, работая с детьми на песке, и выявил специфику детского процесса в песочной терапии. Определенные им стадии являются хорошим подспорьем для психологической диагностики состояния ребенка и оценки динамики процесса.

Игры с песком отражают склонность детей к циклической повторяемости изображений хаоса, борьбы (организованных сражений) и разрешения конфликта. В связи с этим Джон Аллан (1986) выделяет **общие стадии игры с песком у детей.**

● **Первая стадия – «Хаос»**

На ней ребенок выбирает большое количество фигурок, часто просто «сваливает» их в лоток с песком. Растения и животные отсутствуют. Фигурки разного размера, из разных категорий, не связаны между собой каким-либо сюжетом. Такой мир напоминает свалку или

«винигрет». Эта стадия отражает и объективизирует эмоциональное смятение и хаос, доминирующие в жизни ребенка. Ребенка переполняет тревога, страхи. Эта стадия может продлиться от одного до нескольких занятий.

• **Вторая стадия – «Борьба»**

Как правило, в подносе появляются противоборствующие силы: добрые и злые, хищники и травоядные, люди земли и пришельцы, индейцы и ковбои и т.п. Мир представляет собой войну, противостояние, конфликт. Эта стадия может повторяться довольно долгое время. Миры часто называются «Война», «Война-2», «Война-3» и т.д. Нельзя торопить ребенка, вводя помощника или доброго спасителя. Он должен отвоевать свой внутренний конфликт в своем темпе. Как только противнику сохраняется жизнь, дарится свобода, заключаются договора о перемирии, значит стадия «борьбы» подходит к концу.

• **Третья стадия – «Исход»**

В мирах, отражающих эту стадию, есть гармония и равновесие. Между всеми объектами существуют связи, они играют аутентичные роли, много зелени и плодов, животные расставлены по парам. Джоан Келлогг (1970) отмечала появление на этой стадии в подносах детей изображений квадратов, треугольников и кругов, что на символическом уровне дает ощущение завершенности и цельности.

Дора Калф (1961) выделила некоторые возрастные аспекты в выборе миниатюр. В возрасте до 6–7 лет в песочных мирах преобладают растения и животные, натуральные предметы. К 11–12 годам в «мирах» все больше появляются люди и темы конфликтов и сражений. У детей старше 12–13 лет начинают появляться сцены, отражающие реальную жизнь, мечты о будущем, абстрактные картины и т.п.

На основании многолетних исследований и нашего опыта, мы можем сказать, что песок и набор миниатюрных объектов является превосходным диагностическим инструментом.

Тематический подход в проективной психодиагностике на песке

Мы познакомились с такими тестами как «Мир» и «Деревня». При этом, в процессе терапевтической работы, консультировании или развитии возникают различные диагностические задачи, которые мы

можем решить, используя такой мощный ресурс как набор миниатюрных объектов и поднос с песком. В некоторых случаях, вы сможете проводить подобные исследования, используя только стол.

Мы говорим о тематическом подходе, который используется в диагностических целях достаточно часто, например в арт-терапии. В основе лежат механизмы актуализации и проекции. Фактически, когда нам необходимо исследовать какую-то область или тему, важную для определения статуса клиента мы можем задать тему строительства в песочном подносе, которая станет отражением проблемного поля. Если, например, перед нами ученик старшей школы, который затрудняется сделать выбор в отношении своего профессионального будущего, то можно предложить ему построить картину в песке на тему «Мое будущее». Она позволит нам узнать о его представлениях о будущем, насколько они сформированы, насколько реалистичны, как расставлены приоритеты, приметы какой профессии там есть, его материальный и социальный статус в будущем и т.п. Такая тематическая проективная диагностика даст большое количество информации как для вас, так и для самого ребенка.

Можно выделить несколько типов такой проективной диагностики на песке: свободные задания («Создай все, что захочется»), которые позволят определить актуальное состояние; тематические личностные («Я», «Автопортрет», «Маска» и т.п.), которые позволят определить самоотношение и структуру образа Я; тематические семейные («Моя семья», «Семейный праздник», «Семейное событие» и т.п.), которые позволят понять семейную систему, особенности статуса в семье и семейного взаимодействия; тематические социальные («Моя работа», «Школа» и т.п.), которые позволят получить информацию об особенностях социального взаимодействия, скрытых конфликтных зонах и т.д.

Психолог предлагает ребенку или взрослому, в зависимости от проблемы, построить тематический «Мир». Играя с песком можно стимулировать клиентов к поиску фигур, отражающих их состояния, проблемы, либо представляющих какую-либо роль клиента (мужчина, муж, профессионал, сын и др.), либо кого-то из его окружения (фигура матери, отца, детей, коллег и т.п.). Между фигурами можно проводить диалоги, расставлять их и проговаривать чувства, проигрывать различные ситуации и конфликты, договариваться о чем-либо, добавляя драматизации.

Типология заданий для тематического строительства в песочной терапии

1. Свободные задания со слабо выраженной структурой		«Построй что-нибудь, что тебе захочется», «Мое настроение», «Сказка», «Мое будущее» и т.д.
2. Тематические задания, имеющие выраженную структуру или идею	«Личностные» – направленные на исследование индивидуальных особенностей человека.	«Я», «Автопортрет», «Другая планета», «Все, что я люблю», «Моя жизнь», «Все, во что я верю» и т.д.
	«Семейные» – направленные на исследование особенностей внутрисемейных отношений и самоощущения человека в семье.	«Моя семья», «Работа с автобиографическими изображениями в подносе», «Семейный праздник», «Я и мои братья» и т.д.
	Социальные – направленные на исследование особенностей социального взаимодействия и социальных ролей и отношений.	«Мой детский сад», «Школа», «Моя работа», «Мой класс», «Переговоры» и т.д.

Так же можно использовать прием, который в своей книге «Практикум по песочной терапии» описывают Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. и Грабенко Т. М. Фактически свободной темой для проективной диагностики на песке они предлагают сказку. Процесс заключается в том, что ребенок строит сказку на песке. Затем по определенной схеме (кто главный герой, его статус, мотивы, способы преодоления трудностей и т.д.) эта сказка подвергается анализу. Во время обсуждения специалист может задавать следующие вопросы: «Кто здесь похож на тебя?», «Какое место здесь вызывает больше эмоций?» и т.п.

При работе с семьей мы используем диагностическую семейную тему «Параллельные миры». Данный вариант проективной диагно-

стической игры может использоваться с семьями, парами или группами. Для этого необходимо иметь несколько песочниц (по количеству участников). Психолог предлагает участникам, используя коллекцию миниатюр построить в своих подносах с песком свой мир. Все одновременно строят, соблюдая тишину. Затем, когда «миры» готовы, психолог инициирует рассказ каждого о своем мире (экскурсия по параллельным мирам). Все участники в течение 10–15 минут совершают экскурсию по всем мирам и затем происходит обсуждение.

Так же важной семейной темой может быть «Событие». Психолог предлагает клиенту воссоздать с помощью фигурок какое-либо семейное (травматическое) событие в песочном подносе. Затем событие оживает, восстанавливается история, диалоги. Это позволяет клиенту сфокусироваться, многое увидеть и понять.

Представляет так же интерес диагностический метод «Автопортретные изображения для игры с песочницей» Л. Джин Лей и Джин Хаузи (L. Jean Ley and Jean Howze). Они предлагают дополнить ваш арсенал миниатюр автопортретными изображениями клиентов. Можно готовить фигурки других членов семьи ребенка. Многие клиенты (особенно дети) любят приносить фотографии домашних животных для того, чтобы создать из них фигурки и затем использовать в игре. Иногда они приносят фотографии своих друзей, любимого родственника и т. д. Один мальчик, например, все время использовал изображение своего любимого покойного дяди в роли своеобразного «свидетеля».

На основании игр с портретными изображениями отношения в семье становятся более понятными; иногда члены семьи могут взаимодействовать друг с другом посредством своих изображений, видеть, какое место они занимают в композиции и какие роли исполняют. Кроме того, важную информацию можно получить, обращая внимание на особенности самих образов, например, на то, кто из членов семьи использует свое изображение в положении сидя, а кто — стоя и почему, кто из них на фотографии смотрит в камеру, а кто — нет, кто неподвижен, а кто изображен в более динамичной позе, кто хмурится, а кто улыбается или дурачится и т. д. В ходе работы, по мере изменения характера отношений между членами семьи, они могут выражать желание заменить свое прежнее изображение на новое. Она также может выполнять диагностическую функцию, если психотерапевт обращает внимание на особенности выбора и использования клиентом своего образа.

Авторы метода пишут, что «чтобы подчеркнуть конфиденциальный

характер автопортретных изображений, их следует хранить отдельно от остального набора фигур, используемых в игре с песочницей».

Таким образом, мы видим, глубину психодиагностического потенциала коллекции миниатюр и подноса с песком.

Виды анализа песочных картин

Анализ песочного мира необходим для построения психотерапевтической гипотезы, прогноза развития процесса клиента, определения его статуса (социального, эмоционального, интеллектуального и т.п.).

Большая часть специалистов при анализе песочных картин пользуются схемой, разработанной Дорой Калфф и дополненной ее учениками. «Картина на песке может быть понята как трёхмерное изображение какого-либо аспекта душевного состояния. Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым» (Kalff, 1980).

Е. Вейнриб, последовательница Д. Кальфф, предложила схему описания этапов процесса песочной терапии. Эта схема представляет собой большую ценность и является актуальной до сих пор, поскольку помогает понять взаимосвязь и значение песочных композиций, создаваемых на разных этапах психотерапевтического процесса (Weinrib, 1983). Ниже в психоаналитических терминах приводятся эти стадии:

1. Первоначальные реалистические сцены, указывающие на проблемы клиента и возможные подходы к их разрешению.
2. Погружение в личное бессознательное и более четкое проявление проблем и подходов к их разрешению.
3. Частичное разрешение основного комплекса.
4. Проявление противоположных качеств психики, центрирование и проявление самости.
5. Появление нового «Я» и обострение конфликта между мужскими и женскими аспектами личности.
6. Проявление *anima/animus*.
7. Изменение позиций «Я» по отношению к надличностному опыту.
8. Соединение матриархальных элементов психики с патриархальными.

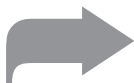
Позднее, песочные психотерапевты Р. Амман, К. Брэдвей и Дж. Райс-Минухин обратили внимание на то, что пространство песочницы используется всеми клиентами определённым образом. На основе этих наблюдений Дж. Райс-Минухин предложил схему восьми «зон», показывающую, каким образом «три основных уровня психической деятельности, а именно - сознательный уровень, уровень личного бессознательного и уровень коллективного (архетипического) бессознательного - проецируются на песочные композиции» (Ryse-Menuhin, 1992).

Р. Амман, детализируя схему Дж. Райс-Минухина, предложил разделить пространство песочницы на секторы для того, чтобы понять, какой смысл несёт расположение предметов в тех или иных местах подноса. На основании собственных наблюдений Амман доказала, что поднос символично делится клиентами на верхнюю и нижнюю части, а также правую и левые стороны. Верхняя часть воспринимается ими как патриархальная, связанная с пространством, воздухом и духовным началом. Нижняя часть символизирует матриархальное, связанное с землёй, инстинктами и телом. Левая сторона ассоциируется с бессознательным и представляет внутренний мир. Правая, в свою очередь, ассоциируется с сознанием и представляет внешний мир, реальность и жизненные цели человека. Центральная часть песочницы символизирует центр самосознания или «Я». Она отражает наиболее актуальные проблемы личности и связывает разные элементы композиции воедино (Ammann, 1991).

К. Брэдвей одной из первых обратилась к вопросу фиксирования результатов песочных сессий. Предложенный ею протокол представлял собой сетку длиной в 7 и шириной в 5 клеток. Каждая клетка имела соответствующее цифровое и буквенное обозначение, что позволяло быстро регистрировать то, что клиент делает в разных частях подноса. Однако в своей книге она заявляет: «Если вы собираетесь использовать подобное деление, я думаю, что вам было бы лучше разработать свой собственный метод, основываясь на своём опыте» (Bradway and McCoard, 1997). И это позволяет нам искать и пробовать.

Выделим следующие параметры анализа:

- ➡ Расположение символа в пространстве подноса.
- ➡ Структуры в подносе, их взаимосвязь.
- ➡ Направленность объектов (дорог, рек и т.п.).
- ➡ Значение символов.
- ➡ Цветовой анализ.
- ➡ Ландшафтный анализ.



Для удобства записи и последующей интерпретации схематическое изображение песочного листа делится на три части по вертикали: левую, центральную и правую.

И три по горизонтали. Получается такой экран с девятью секторами.

ПРОШЛОЕ	НАСТОЯЩЕЕ	БУДУЩЕЕ
	САМОСТЬ	
ЛЕВАЯ	ЦЕНТРАЛЬНАЯ	ПРАВАЯ

Все объекты, которые находятся в **левой части** подноса, относятся к прошлому клиента: его опыт, семейная ситуация, отношения с матерью и к эмоционально-чувственной сфере его жизни.

Центральная часть подноса – это настоящее клиента: то, что интересно, актуально сейчас, причем в центр чаще всего размещаются фигуры, отражающие архетип Самости, относящиеся к «Я» клиента.

Все объекты, находящиеся в **правой части** песочного мира, относятся к будущему клиента: представления, образы, мечты, планы, а так же отражают опыт взаимодействия с отцом, аспекты социализации, рациональную сферу жизни клиента.

По горизонтали поднос делится так же на три части:

- Нижняя часть – реальные конкретные действия.
- В верхней части размещаются объекты, относящиеся к мыслям, фантазиям, мечтам.
- Средняя часть – эмоциональные процессы.

По расположению объектов в подносе с песком мы можем многое понять:




Если все фигуры находятся в центральной части подноса, это


может говорить о том, что клиент сосредоточен на настоящем, на своих переживаниях и чувствах, на то, что с ним происходит сейчас. Это похоже на эффект зеркала. Такие подносы часто строят подростки в период формирования идентичности или люди, находящиеся в кризисе. Объекты чаще всего направлены в центр подноса. Есть ощущение вращения, круга, образования чего-то.

Пример:



 Когда все фигуры находятся в зоне прошлого, это может говорить о регрессе клиента или о его фиксации в прошлом. Если все фигуры находятся в будущем – о приоритетах планов и целей будущего, о потребностях реализации какого-то важного плана или проекта и др.

Так же обращаем внимание на горизонтальные приоритеты:

 – если большая часть фигур находится в верхней части подноса – это может свидетельствовать о склонности к размышлениям, осознаниям, мечтаниям.

 – если в нижней части – склонность к действиям, часто не осознанным, спонтанным.

Пример:



Второй аспект анализа это наличие структур в подносе и их взаимосвязь. Структура – это группа фигур, объединенная одной темой, событием или категорией.

Структуры могут дублироваться во всех частях подноса (т.е. быть проявленными в прошлом, затем в настоящем и затем в будущем). Например, семейная группа животных, что может говорить о потребности в стабильности, сохранении комфорта, равновесия (при условии, что строил не ребенок с задержкой развития). Некоторые структуры могут конфликтовать между собой, что чаще всего говорит о наличии конфликта, противоречия, агрессии.

Пример:





Существует так же несколько уровней, по которым мы интерпретируем проявившиеся символы и образы.

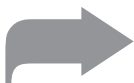
Первый уровень – объект является тем, чем называет его клиент. В первую очередь при анализе учитываются те значения, которые приписывают объектам клиенты. Например, часто кедровые шишки служат в клиентских мирах деревьями, камушки ступеньками, коробка из под сигарет современным блочным домом и т.п.

Второй уровень – функциональное значение объекта, какими функциями он обладает. Например, если в подносе находится дом, то его функциональное значение уют, тепло, защита, жилище, отделение, сохранение и др.

Третий уровень анализа – символическое значение объекта, то есть то значение, которое приписывается объекту с точки зрения религии, культуры, ментальности. Для этого психологам понадобится словарь или энциклопедия символов.

Соединяя информацию, полученную на всех трех уровнях анализа психолог так же связывает все символы, объекты и образы между собой, как это делается например при анализе проективных рисуночных тестов.

Кроме этого, песочные терапевты обращают внимание на первую фигуру, размещенную в подносе (что наиболее актуально на сегодняшний день?), на фигуры, отобранные для строительства, но оставленные в корзинке вне подноса (что еще не готово стать видимым, но уже обозначено?), на фигуры, которые часто переставлялись в процессе строительства (что является объектом постоянных манипуляций?) и т.п. Часто много информации может дать название мира в песке, так как интегрирует в себе все содержание и фактически является семантическим кодом. Обратите внимание на направленность фигур – куда они смотрят. На клиента? В прошлое? В будущее? Откуда и куда направлена река или дорога? Это может свидетельствовать о его актуальной направленности.



Поскольку цвет ассоциируется с разными чувствами и поведением, в арт-терапии и психологии он используется как метод диагностики (Luscher, 1969; Ulman, 1965).

Цветовой анализ можно осуществлять с опорой на систему, предложенную Л. Штейнхард.

Красный

Красный цвет — теплый, стимулирующий, ассоциируется с кровью, жизнью, силой, витальностью, возбуждением, радостью и любовью. В то же время он символизирует чувственную страсть, гнев и насилие. Оказывает стимулирующее воздействие на двигательные функции и процесс принятия решений, а также провоцирует импульсивное поведение.

Оранжевый

Оранжевый цвет сочетает в себе экстравертированность и импульсивность красного цвета с интуитивностью желтого. Если клиент выбирает оранжевый цвет, это указывает на его социабельность и склонность к легкому, но несколько поверхностному, установлению контактов с окружающими. Этот цвет также указывает на высокую активность и получение энергии вместе с пищей, поскольку существует множество продуктов именно оранжевого цвета. Избыточное количество оранжевого цвета может служить свидетельством неусидчивости и нервозности.

Желтый

Золотой желтый цвет символизирует солнечного бога, мудрость, понимание, интуицию и радость. Желтый цвет занимает срединное положение в спектре, он соединяет теплые и холодные цвета. Он может быть представлен лимонным желтым цветом или теплым золотым желтым. Данный цвет ассоциируется с процессом принятия решений и различными аксессуарами.

Предпочтение желтого цвета указывает на склонность клиента к теоретизированию и недостаточную способность к воплощению намеченных планов в реальную жизнь. Кроме того, желтый цвет ассоциируется с деструктивными тенденциями, ненавистью, обманом, трусостью и предрассудками.

Зеленый

Зеленый цвет тесно связан с растительной жизнью, ростом, устойчивостью, надежностью и прямолинейностью. Он обозначает умиротворение, покой, статику и исцеление. Предпочитающие зеленый цвет лица противятся изменениям и не склонны к фантазиям. Желто-зеленый цвет может ассоциироваться с началом новой жизни, активностью, ростом, регенерацией и радостью.

Некоторые оттенки зеленого могут обозначать зависть, лень, эгоизм и депрессию.

Синий

Синий цвет ассоциируется с бесконечной далью или глубиной. Это цвет, обозначающий небо, истину, надежность, гармонию, покой и надежду. Он оказывает успокаивающее действие, однако в слишком больших количествах может вызывать депрессию. Темно-синий цвет также ассоциируется с неподвижностью, холодом и смертью.

Фиолетовый

Фиолетовый цвет ассоциируется с царственностью, духовностью, вдохновением, загадочностью, мистикой, и магией. В то же время он обозначает самообольщение и снобизм. Темно-фиолетовый цвет также указывает на уход от реальности в мир фантазии.

Белый

Белый цвет символизирует единство и гармонию всех цветов, невинность, веру и истину. Флаг белого цвета означает признание своего поражения. Кандинский связывает белый цвет с молчанием и многообразием возможностей. Он также считает, что белый цвет способен нейтрализовать все другие цвета (Kandinsky, 1977).

Черный

Черный цвет символизирует пустоту, отсутствие света и цвета. Он ассоциируется с силой, загадочностью и тьмой, из которой появилась жизнь, а также обозначает скорбь, печаль, зло, колдовство, бездуховность и ад. Кандинский рассматривает черный цвет как символ полной тишины, отсутствия возможностей и обездвиженности (Kandinsky, 1977); в то же время черный цвет способен подчеркивать яркость других цветов.

Коричневый

Коричневый цвет ассоциируется с землей, ростом, поддержкой жизни и плодородием Матери-природы — с той почвой, из которой произошла жизнь. В возрасте четырех-пяти лет дети изображают землю как горизонтальную линию в нижней части бумажного листа, на которой они располагают растения, людей и дома. Отсутствие такой линии указывает на дефицит поддержки и неуверенность ребенка в своих силах. Кроме того, коричневый цвет ассоциируется с экскрементами и ощущением собственной загрязненности, могилой и смертью, а также со стремлением подчиниться воле группы и отказом от индивидуальности.

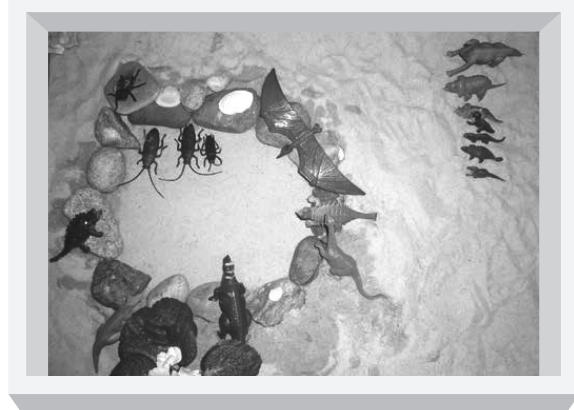


Ландшафтный анализ так же имеет важное значение. Если мы используем в работе песок, этот материал дает большие возможности для выражения своих чувств.

Во-первых **линии**. Л. Штейнхард пишет: «Линии могут быть прямыми или извилистыми. Каждый тип линий соответствующей конфигурацией вызывает у зрителя ассоциации с покоем или напряжением. Прямые линии могут образовывать различные угловатые формы — треугольники, квадраты, прямоугольники и другие геометрические фигуры». Постарайтесь понять вместе с клиентом значения его линий и геометрических форм. «Когда линия разомкнута, она символизирует для многих людей серьезность, решительность и скорость движения; когда же она замкнута и образует некую угловатую форму, то символизирует неподвижность. Диагональные, меняющие свою направленность зигзаги обозначают напряжение и нервозность. Волнистые линии связываются с более медленным, спокойным спонтанным движением и выражают игривость, любопытство и легкомыслие. В то же время более плотный клубок волнистых линий ассоциируется с растерянностью и отсутствием порядка. Извилистая линия также может вернуться к своему началу, образовав форму круга».

Круги могут иметь множество значений, концентрацию на чем-то, защиту, возможность взять что-то под контроль и др. Круг также является отражением целостности «Я». Райс-Минухин пишет, что Самость обычно представлена центром, вокруг которого находятся иные элементы и окружность. Таким образом, мандала является наиболее убедительным символом Самости, известным в юнгианской психологии (Русе-Menuhin, 1988).

Пример:



Горизонтальные линии делят пространство на верхнюю и нижнюю части, нередко ассоциирующиеся с небом и землей, мужским и женским началом. Их «весомость» зависит от соотношения верхней и нижней частей, а также от их окраски и структуры. Верхняя и нижняя части могут соединяться вертикальными линиями, символизирующими связь земли и неба.

Эти линии делят поле изображения на правую и левую части, причем части получаются равными или неравными.

У Л. Штейнхард мы находим: «Диагональные линии нередко соединяют противоположности — верхнюю и нижнюю, правую и левую части. Если они проводятся в прямоугольнике, то отражают взаимодействие его противоположных и наиболее далеко расположенных друг от друга точек, а также тенденцию к их объединению в центре».

Изготовление «пирожков» из песка с использованием формочек может означать рождение нового мира, совершающегося благодаря определенной помощи со стороны (Neumann 1988). Холм или гора ассоциируются с грудью, животом или чревом и дающим жизнь женским началом. Они могут быть также символом древнего погребального холма, мирового центра, омфалоса, места соединения земли и неба (Cooper, 1978).

Вырытые в песке **углубление или пещера** обычно трактуются как чрево или могила, а так же как место, где хранятся сокровища, как духовный проводник или место обитания пророка. Тоннель же символизирует переход из одного состояния в другое, трансформации или рождения (Steinhardt, 1998).

Изображение высоты и глубины в песочной терапии достигается путем создания горок и углублений, а также очистки голубого дна подноса от песка. Многие объясняют создание возвышений и углублений отражением стремления клиента к достижению более высоких планов существования, либо к «приземленности». Возвышения и понижения выступают в качестве метафор, имеющих соответствующее вербальное содержание. Социальные достижения и духовные переживания выражаются вербальными образами, связанными с движением вверх, такими как «взбираться на вершину», «социальное восхождение», «возвышение», «высоко парить», «возвеличивание». Таким образом, создание холма или горы из песка отражает определенные социальные и духовные потребности. Достигая вершины, человек может увидеть перспективу, и в то же время он стоит на прочном основании.

Пример:



Создание углублений является метафорами самопознания и духовных поисков, встречи с бессознательным и развития системы представлений. В вербальной метафорической экспрессии связанные с глубиной понятия обычно касаются поиска и нахождения сокровищ или покровительства, переживания печали и отчаяния, а также темы смерти. Некоторыми такими метафорами, использующими образы нисходящего движения, являются «спрятанное сокровище», «достичь нижней точки своих страданий», «чувства, спрятанные на дне души» и др.

«**Образ воды и ее глубин выступает в песочной терапии как символ встречи с бессознательным. Некоторыми образами такого рода являются родник, пруд, озеро или океан. Клиент интуитивно понимает, какую глубину имеют изображаемые им образы воды. Вода также обозначает глубокие переживания и душевные раны, связанные с утратами.**»

Песочница имеет четыре угла. Угол рассматривается в качестве метафоры замкнутого пространства или ловушки, а так же как начало пути. Он ассоциируется с наказанием ребенка, стремлением найти укрытие или наблюдением за тем, что происходит во внешнем мире и дальнейшим движением к центру. В песочной терапии углы используются как безопасное ограниченное пространство. Воображаемый выход за рамки этого пространства может иметь разный смысл, в зависимости от расположения угла по отношению к композиции и от направления движения (вверх, вниз, вправо или влево).

Соединяя информацию о фигурах, их направленности, месте положения в подносе с песком и значении ландшафта картины мы можем получить богатую диагностическую картину.

Т. Д. Зинкевич–Евстигнеева рекомендует так же при анализе песочной картины опираться на структуру анализа волшебной сказки:

- Где, в каком моменте песочной сказки находится клиент (образ);
- Личная идентификация;
- Этапы сказки: введение, проблемы, кризис, разрешение кризиса;
- Амплификация (мифы, сказки, притчи);
- Количество персонажей в сказке ;
- Присутствие (или отсутствие) родителей героя;
- Женские и мужские персонажи;
- Помощники героя;
- Символические предметы и действия;
- Персонажи сказки как субличности и др.

Многие арт-терапевты анализируют картину в песке, используя знания по анализу рисунков. В этом случае внимание обращается на: выбор материала (как песка, так и материала фигур), как с ним обращались (сухой, мокрый, как манипулировали), природу образов, какие эмоции вызывает эта картина, выбор цветовой гаммы и расположение фигур на песочном листе.

Способы документирования в песочной терапии

Для ведения документации и контроля над динамикой процесса, психолог делает эскиз-схему каждой картины в песке, замечает все, что может иметь значение, и в конце сессии делает одну или более фотографии картины, важной для последующей интерпретации символических аспектов бессознательных проявлений

Трудно держать в памяти все детали процесса работы над картиной в песке, включая выбор и последовательность размещения объектов. Важно делать запись в такой форме, чтобы психолог мог фиксировать свои наблюдения в течение всего процесса работы над картиной. «Это поможет изучать символический процесс размышлений клиента и разрешит психологу проникнуть в природу и направленность пути разрешения проблемы клиента» (Де Доменико, 1988).

Сделанные в процессе строительства клиентом своего мира примечания будут помогать психологу в течение всей работы. Внимательно наблюдая процесс, психолог научается понимать к какой области в подносе нужно обратиться, когда работа над картиной закончена. Например, Вы заметили, что ваш клиент стал встревоженным, когда принес льва в поднос и установил его рядом с ягненокм. Затем он взял ягненка и переместил его через реку, подальше от льва, или убрал льва из подноса. Из этого Вы узнали, что у клиента есть опыт, связанный с этими фигурами, и в дальнейшем исследовании уже готовой картины на них необходимо обратить особое внимание. В связи с этим, в течение всей работы примечания психолога служат напоминанием того, что конкретно выяснилось, когда клиент перемещал льва и ягненка.

Есть дополнительные причины для того, чтобы делать подробную запись процесса. Такая информация нужна, если психолог проводит исследования, преподает песочную терапию или дает показания в суде. При даче показаний в суде, отчет о процессе песочной терапии может быть ценен для психолога, клиента и судьи.

Некоторые психологи возражают против записей в течение процедуры, потому что этот процесс отвлекает их от клиента. Записи могут увеличить внимание ко всем деталям работы над картиной и таким образом способствовать установлению психологически комфортной ситуации для клиента, устранить нежелательные мысли у психолога. Хотя некоторые клиенты предпочитают, чтобы психолог ничего не записывал, важно убедить их в важности этой процедуры и сохранении

тайны. Разрешение на запись и фотографирование важно получить до начала работы. Если клиент все же настаивает, чтобы Вы не фиксировали процесс, важно научиться делать примечания в уме. После ухода клиента можно восстановить картину и заполнить протокол.

Подробное описание и схемы

В ситуации отсутствия возможности сфотографировать песочный мир большинство песочных терапевтов делают подробные описания процесса и результата. Заранее договоритесь с клиентом о том, что вы будете подробно описывать процесс и заверьте его в конфиденциальности этих материалов.

При работе с ребенком, строящим несколько подносов за один прием, работе с семьей или парой подробная регистрация часто невыполнима. Однако, обратите особое внимание на основные темы, прогрессию и образы игры ребенка, семьи или пары.

Практики песочной терапии предлагают разные варианты процесса документирования. Райс-Минухин делал набросок развивающегося мира в своем журнале консультаций сидя от клиента на небольшом расстоянии. Кэтрин Брадвей сидела со стороны клиента перед подносом и делала запись порядка размещения и местоположения объектов. Самое главное, чтобы этот процесс был удобным для психолога и клиента. Протокол может находиться рядом с Вами или на коленях, чтобы в любой момент обратиться к записи настоящего или прошлого процесса песочной терапии. После консультации необходимо в спокойной обстановке вспомнить все нюансы и дополнить протокол.

В процессе строительства мира психолог наблюдает за достаточно большим количеством событий. Записать все практически невозможно. На что же обращать внимание в первую очередь?

Часто клиенты размещают объекты в поднос согласно их важности или согласно временной последовательности развития мира в песке. Это, однако, не всегда верно. Иногда клиенты просто ориентируются на полки и размещают объекты в поднос в той последовательности, как находят их. В течение стадии терапии попросите клиента восстановить последовательность, с которой они размещали объекты в поднос. Значение последовательности должно стать ясным и для психолога и для клиента.

Поскольку Вы наблюдаете за процессом создания мира, обратите внимание на форму подноса и цвет песка; как и куда песок перемещается и использует ли клиент воду (сколько). Как только дело доходит

до выбора объектов, обратите внимание на их местоположение и направление (в схеме отмечать стрелкой); где они находятся относительно горизонта (выше или ниже поверхности песка). Обратите внимание на любые изменения, которые делают клиенты, на объекты, которые они погружают в толщу песка, перемещают или удаляют, или выбирают, но не размещают в поднос, (что остается в корзинке). Обратите внимание на язык тела клиента, вербальные и невербальные реакции. Подробно описывайте их. Обратите внимание на ваши собственные чувства и мысли. Если что-то из них кажется Вам особенно важным – запишите. Так как процесс песочной терапии является целостным важно все, и то, что говорит или делает клиент, и то, что говорит или делает психолог.

Чаще всего в настоящее время для регистрации процесса песочной терапии используется индивидуальная регистрационная форма, разработанная Де Доменико (1988) (см. пр.1). Мы немного усовершенствовали ее, опираясь на последние исследования в области песочной терапии и используем вариант схемы подноса с 9 секторами (см. пр.2).

Верхняя часть регистрационной формы содержит информацию об имени клиента, выборе песка, названии картины, даты и т.п. Обратную сторону регистрационной формы песочные терапевты используют в случае большого количества фигур или для записи истории о «мире». Как и Дора Калфф, Де Доменико предлагает рисовать схему (карту) мира клиента. Объекты могут изображаться схематически. Каждому объекту на карте как и в списке дается соответствующий номер. Под таблицей психолог может записать комментарии или гипотезы, относительно данной песочной сессии, свои вопросы клиенту на следующую сессию. К регистрационной форме можно прилагать фотографию. На каждого клиента заводиться папка с файлами, в которую вкладываются протоколы по очередности сессий. Это позволит не только содержать важный материал в порядке, но и удобно отслеживать динамику процесса клиента.

При работе с семьей или парами способ регистрации зависит от того, сколько используется подносов. Если партнеры строят параллельно в двух подносах, то в листе регистрации должны быть схемы обоих миров с описаниями. Возможно для этого Вам понадобится помощник.

Если семья работает в одном подносе, то регистрация будет проводиться по классической схеме.

Документация

Как только клиент принял решение, оставил «мир» таким как есть или что-либо изменил в нем, можно сделать зарисовку, схему или фотографию картины. Клиент, при желании, может делать снимки своих «миров» своей камерой.

Фиксировать «миры» клиента очень важно. Способы документирования меняются.



Фотография - наиболее часто используемый способ. Некоторые авторы, включая М. Ловенфельд, предпочитают схемы. Эрик Эриксон сначала фотографировал, а затем перешел к схематическим эскизам.

Конкретизация изображения подноса с песком служит диагностическим и терапевтическим целям. М. Ловенфельд использовала схемы песочных «миров», чтобы поразмышлять о взглядах на жизнь ее клиентов. Она также указывала, что схема может продуктивно использоваться на процедурах консультации с наблюдателем или коллегами, так как является «чистым» с точки зрения субъективного опыта психолога материалом. Э. Эриксон изучал «миры» своих клиентов для сравнения с другими их данными. Д. Калфф использовала фотографии для анализа динамики всего курса терапии. Некоторые специалисты использовали фотографии, чтобы проверить гипотезы о группах людей, основанные на различиях между полами, возрастами, культурами и т.д. (Томпсон, 1990).

Фотография документирует заключительный результат процесса, который клиент только что прошел. Эта фотография – «отчет психического материала, проведенного для символической и динамической интерпретации» (Ruse-Menuhin, 1992). Фотография позволяет делать анализ или обзор даже после того, как картина в подносе была демонтирована.

Часто наша вовлеченность в процесс клиента побуждает нас видеть мир только его глазами. Перспектива клиента становится нашей перспективой. Фотография помогает дистанцироваться от взгляда клиента. Рассматривая фотографии, психолог получает возможность видеть то, что раньше не было замечено, появляются новые взгляды и подходы к «миру» клиента. Также, можно поразмышлять над рядом фотографий, которые были сделаны в течение процесса терапии. «Завершенные подносы – отчет психолога и клиента. Они делают види-

мым то, что происходит во время сессии и что созревает, предвещая будущее. Рассматривая ряд фотографий, Вы подтверждаете взятый маршрут» (Signell и Bradway, 1995).

Фотография также служит транзитным (переходным) объектом для клиента. Это своего рода материальное представление движения клиента. Фотография помогает сохранять актуальный для клиента образ даже после того, как сцена демонтирована. Особенно для ребенка важно, чтобы его «мир» не был совсем разрушен, чтобы он «жил» на фотографии. Кроме того, фотография служит напоминанием для клиента того, что он узнал в процессе строительства и переживания своего «мира».

Клиенты находятся в непрерывном движении и их миры постоянно изменяются. Иногда фотография прошлой сцены служит поводом к изменению и реконструкции «мира». Часто такие критические изменения ведут к значительному терапевтическому движению. Продолжающийся фотографический отчет каждого шага процесса песочной терапии, наряду с исследованием психолога внутренней и внешней жизни клиента, может вести к глубокому пониманию проблемы.



Другой, более дорогой выбор документирования - это видеосъемка процедуры песочной терапии. Хотя видео не рассматривается в течение каждой стадии терапии, это ценный документ для психолога.

Клиенту видео дает возможность увидеть себя со стороны и оценить многие вещи с другой позиции, с позиции наблюдателя за своим процессом.

Хотя фотография ценный инструмент, важно помнить, что это не только конечный продукт, но и конкретное изображение процесса. Рут Амман (1993) настаивала на том, что: «Нельзя сказать, что объектом психоанализа является картина в песке. Клиент составляет картину или добывается импульса, который течет в него из бессознательного состояния, представляя движение его души в песке в определенное время и место».

Поднос фотографируется с той стороны, где находился в процессе строительства клиент. Если поднос сложен, разделен на несколько миров, то можно сделать несколько фотографий с разных сторон. Если будет необходимо, по фотографии всегда можно восстановить поднос клиента.

Необходимые материалы

• Подносы с песком

Существует разнообразие типов, форм, и размеров подносов или лотков, которые могут использоваться успешно как емкости для песка. Лучше иметь в своем распоряжении два контейнера. Это важно при использовании клиентом влажного песка, тогда песок в другом останется сухим. У клиента появляется выбор.

М. Ловенфельд использовала прямоугольные подносы, сделанные из цинка, размером 20" × 30" и был 3" (дюймов) в глубину. Подносы Д.Калфф были обычно сделаны из древесины и выровнены металлическим листом или твердой пластмассой. Чтобы моделировать небо и воду, она красила внутреннюю часть подносов в светло синий цвет. Ее лотки имели размеры 50 см (19.5") × 72 см (28.5") и были 8 см (3") в глубину.

У Д. Калфф было много причин для того, чтобы использовать именно этот размер контейнеров. Она чувствовала, что клиенты должны видеть весь мир одним взглядом, не перемещая глаз. Это позволяло клиентам полностью постигать и оценивать свои картины. Каждая область подноса должна была быть легко доступна (в пределах досягаемости рук). Размер сохранялся преднамеренно маленьким, чтобы ограничить место, в котором клиенты могли создавать свои «миры» в безопасности. Д. Калфф (1980) заявляла, что поднос фактически «ограничивает воображение игрока и таким образом действует как регулирующий, защищающий фактор». Д. Райс-Минухин (1992) писал, что «имеющая границы песочница позволяет фантазии клиента быть в этих границах, поддерживаться в определенных рамках и проявляться свободно». Исследования Де Доменико по использованию разнообразных размеров подносов также позволило сделать вывод, что маленькие подносы, которые предлагали М. Ловенфельд и Д. Калфф, помогли клиентам внимательно структурировать свои «миры». Дети играли в них большее количество времени и выражали свои внутрипсихические представления символическим способом более ясно, чем они делали это в больших контейнерах. При использовании песочниц или подносов, достаточно больших размеров, дети меньше удерживали внимание, увеличивалось количество физических движений и расширялась сфера альтернативных игр. По словам Де Доменико (1988), предложенные Д. Калфф размеры подноса создают границы для игрока и игры. Она полагала, что «душа проявляется наиболее полно в ограниченном, безопасном месте».

Прямоугольные и квадратные формы отражают противоположности и конфликты более ясно, чем круглые подносы и обычно процесс интеграции в них носит более медленный, естественный характер.

• Столы

Некоторые маленькие дети, а иногда подростки и взрослые предпочитают работать с подносом на полу. Однако большинство клиентов любят сидеть или стоять. Поэтому важно иметь, по крайней мере, один стол, на котором будет стоять поднос с песком. Поверхность должна быть достаточно большой, чтобы поместился кувшин (пластиковая бутылка) с водой, рулон бумажных полотенец, корзинка с объектами, которые клиент выбрал, для размещения в подносе. Стол должен быть относительно талии так высоко, чтобы клиенты могли сидеть или стоять, в то время как создают мир в песке. В идеале стол должен иметь колеса, так как это даст возможность перемещать его в желаемое место.

Защищать поверхность стола или ковра от песка можно с помощью клеенки. Быстрая уборка лучше всего организуется с помощью пылесоса. Дополнительные лотки с песком удобно размещать под столом.

Наиболее удобный вариант размещения подносов с песком – это 2 стола разной высоты, размещенные один над другим и передвигающиеся с помощью колес. Один может иметь высоту, подходящую для детей, другой для взрослых. Так же это удобно в случае использования сухого и мокрого песка.

Если вы проводите песочную терапию не часто, поднос можно закрыть крышкой и использовать как универсальный стол.

• Коллекция миниатюрных объектов

Когда Вы начинаете выбирать объекты для Песочной терапии, помните, что объекты, которые Вы собираете, будут символическим языком сознательных и бессознательных процессов клиента. Чем больше и разнообразнее объектов в вашей коллекции, тем более богатым и творческим может быть процесс строительства мира у клиента. Каждая используемая миниатюра расширяет символический язык клиента.

Большой выбор миниатюр поощряет клиента исследовать разнообразные возможности, доступные в жизни. При выборе объектов «... ваша цель - ясно показать весь диапазон символов, являющихся жизненным аспектом коллективного, индивидуального, расового, куль-

турного, исторического, духовного, физиологического и эмоционального наследия человечества и планеты» (Де Доменико, 1988).

С другой стороны, некоторые психологи предпочитают коллекцию простых объектов. Эта позиция объясняется большим пониманием того или иного объекта с точки зрения клиента. Сложные, незнакомые миниатюры иногда запутывают клиента, мешают процессу осознания.

Кроме миниатюр песочный терапевт должен обеспечить кабинет многоцелевыми материалами: тканью, нитками, тесьмой, глиной, пластилином, цветной бумагой и маркерами, чтобы клиенты могли создать свои собственные объекты, создавать то, чего на их взгляд нет в коллекции.

Начните вашу коллекцию с нескольких объектов каждой категории, требуемой в sandplay. «Помните, что Вы не создаете художественную галерею и при этом, не создаете ограниченный мир. Включите в коллекцию то, что отражает Вас; то, что притягивает как магнитом; то, что повергает в скуку; то, что является безвкусным; то, что ужасает; то, что является хорошим и то, что является плохим; то, что является гармоничным и то, что является абсурдным, и т.д.» (Де Доменико, 1988).

В коллекции должно быть достаточно объектов вызывающих отращение и привлекательных объектов. Это обеспечит клиенту возможность выразить, а затем интегрировать полярности и внутренние конфликты.

Коллекция должна быть представлена объектами различных размеров, цветов, структур и материалов:

- большие и крошечные;
- без цвета и ярких цветов;
- прозрачные и непрозрачные;
- натурально грубые и сделанные из разнообразных материалов: металл, стекло, глина, древесина и пластмасса.

Каждый размер, цвет, структура и материал предоставят возможность уникального значения для клиента, в зависимости от того, что желает выразить в тот момент бессознательное состояние. Часто размер объекта обозначает уровень доминирования.

Естественные объекты: кости, морские ракушки, сосновые шишки,

пруды, камни, и т.д. помогут клиенту, когда он чувствует себя неуверенно с искусственными миниатюрами или хочет быть ближе к природе. Естественные объекты обеспечат среду, в которой клиент будет чувствовать устойчивость и мир.

Объекты могут быть собраны из разнообразных источников. Естественные объекты могут быть найдены во время экскурсий и поездок. Некоторые предметы, такие как боги и богини, иконы, кресты и т.п. приобретаются в специальных лавках и магазинах. Большинство объектов стоят недорого. Оптовые рынки располагают уникальными, дешевыми предметами. Друзья и знакомые будут с удовольствием находить для Вас фигурки, в которых нуждается ваша коллекция. Если Вы - школьный или дошкольный психолог, дети, родители и педагоги с удовольствием пополнят вашу коллекцию объектами, от которых они готовы отказаться.

Акриловые краски нужны в коллекции для покраски объектов, которые являются бесцветными. Поскольку трудно найти фигуры различных рас и возрастов, с помощью красок Вы можете изменить кожу и цвет волос. Иногда трудно найти металлические объекты. Бронзовая, золотая или серебряная краска могут имитировать металл.

При желании можно организовать работу в трех измерениях. Для этой цели к подносу прикрепляются крючки. Они сделаны из металлической проволоки и позволяют клиентам подвешивать над песочницей такие объекты, как: солнце, луна, самолеты, птицы и др.

Иногда клиенты вводят в процесс их собственные значимые объекты: культурные или религиозные экспонаты, объекты из детства, фотографии и многое другое. Например, одна девушка на каждую сессию приносила с собой новую фигурку дельфина, которую ставила в поднос. В процессе ее работы получилась целая коллекция дельфинов. Другой клиент, использовал в подносе свою коллекцию миниатюрных игрушек из детства, выстраивая отношения с матерью.

Когда Вы начнете собирать коллекцию объектов для песочной терапии, ваш взгляд на мир начнет изменяться. Почти все, что Вы будете видеть, будет потенциальным объектом песочной терапии. Всякий раз на экскурсии, в отпуске, на каникулах, или просто в воскресный день на рынке обращайтесь внимание на интересные с точки зрения характера, символической нагрузки и фактуры объекты. На отдыхе в лесу или на море порой можно найти очень много интересных и многофункциональных предметов.

Категории объектов

В песочной терапии используются миниатюры различных категорий. Практики песочной терапии предлагают различные варианты классификаций объектов. Так как это достаточно обширный список, только Ваш бюджет, возможности пространства кабинета и потребности клиентов определяют количество и вид объектов, которые Вы выбираете. По крайней мере, в коллекции должно быть хотя бы несколько объектов из каждой категории.

☺ Люди

Люди часто используются как символы реальных индивидуумов в жизни клиента или как символы значимых лиц, имеющих на него влияние (агрессивные или любящие). Люди также символизируют аспекты индивидуальности клиента.

В категории людей должны быть представлены миниатюры разных полов, рас, культур и возрастов, цветов и размеров. Меньшие по размеру фигуры должны вписываться (соответствовать по размеру) в игрушечные туалеты, кровати и ящики. Так же важно наличие таких групп, как: родитель и ребенок, пары (мужчина и женщина), семьи, влюбленные или свадебные пары.

Миниатюры могут быть стеклянными, глиняными, фарфоровыми, металлическими, деревянными, резиновыми или пластмассовыми. Они должны быть цветными и неокрашенными, прозрачными и непрозрачными. Хорошо, если в коллекции будут представлены безликие, аморфные и гермафродитные (бисексуальные) фигуры. Клиенты смогут приписывать им широкое поле разнообразных значений. Подавленные клиенты в начале работы часто используют бесцветных (деревянных, глиняных) или серых (оловянных солдатиков) людей в своем подносе и затем постепенно появляется цвет.

Миниатюры этой категории должны так же различаться по возрасту: младенцы, дети, подростки, взрослые, старики и беременные. Символами смерти, несчастных случаев и болезни могут быть скелеты, черепа, зомби, гробы или саркофаги. Удостоверьтесь, что фигуры представляют весь диапазон человеческих эмоций: кричащие люди, хмурающиеся, улыбающиеся, смеющиеся и т.п. К сожалению, большинство фигур имеет очень небольшую экспрессию.

Такие объекты, как: одежда, инструменты и др. - предметы, относящиеся к группе людей, размещается как подкатегория, смежная с людьми. Сюда же войдут: орудия труда, музыкальные инструменты,

спортивный инвентарь, символы профессий, символы власти (корона, держава) и т.п.

Важно наличие в коллекции дубликатов фигур, чтобы представить близнецов, триплеты, группировки, и т.д.

Включите в коллекцию фигуры людей из разных исторических периодов (древние, средневековые и т.п.), а так же мифологических (полуживотных, чудовищ, мутантов, гуманоидных существ, героев мультиков и научной фантастики, сказок, современного кино и книг). Такие фигуры, как Супермен, Спайдермен, Рейнджеры могут быть символами внутреннего сражения добра и зла, внутреннего конфликта. Психологу, работающему в песочной терапии важно знать историю и характеры современных героев, популярных среди детей и подростков. Кроме этого не менее важны гиганты, карлики и гномы, волшебники, ведьмы, феи, Дед Мороз и др. Взрослые клиенты часто используют точные копии известных скульптур или статуй, таких как «Весна» Родена, статуя Свободы и др. отражающие их состояние.

Для отражения войны или борьбы в коллекции людей должно быть достаточно большое количество солдатиков разных армий, индейцы и ковбои, космонавты и инопланетяне. Солдаты могут быть пешими или сидящими на лошадях, ранеными, стреляющими и т.п. К этой категории людей необходимо иметь оружие (копья, мечи, пистолеты и др.), а так же объекты порабощения (цепи, наручники, веревки и др.).

Отдельно в этой категории можно расположить фигуры людей, относящихся к религиозным и духовным культам: христианина, буддиста, индуса, иудея, мусульманина и т.д. Рядом с этими фигурами расположите ангелов, изображения или фигуры Марии и Иисуса, святых, священников, Шиву, Будду, древних богинь и богов, а так же религиозные объекты: крест, четки, африканскую маску, звезду Давида и др.

Сломанные фигуры людей тоже станут важной частью коллекции. Много клиентов чувствуют себя «сломанными», поврежденными и они обратят свое внимание именно на эти фигуры.

Животные

Животные могут символизировать интуитивную жизнь и инстинкт, а так же отражать различные аспекты характера человека. Например, лев может отражать сильную и агрессивную сторону, а ягненок - уязвимую сторону клиента. Однако важно помнить, что люди разных культурных традиций могут испытывать разные чувства, связанные с животными.

В категорию животных входят: животные различных размеров, цветов, пола, возраста, пород. По фактуре они должны быть от мягких и пушистых до твердых и гладких.

В группу хищных животных должны обязательно войти: динозавры, тигры, львы, волки, медведи, змеи, акулы, пауки. Хорошо, если животные будут представлены в агрессивных и мирных позах. В группу травоядных: большое количество обезьян и лошадей. Подростки любят использовать в своих подносах разных насекомых, вызывающих ужас и отвращение. Это может быть связано с экзистенциальными переживаниями и обращению к своим теневым аспектам.

Важное место в вашей коллекции займут домашние животные. Хорошо иметь несколько фигур кошек, кошек, попугайчиков и т.п. Отдельно можно расположить мифологических животных: драконов, единорогов, Минотавра, Феникса, Покемонов, Микки Мауса и др.

Чтобы создать приближенную к реальности картину клиенту понадобятся гнезда для птиц, клетки или заборы для зоопарков, пещеры и др. Можно использовать еще сети (капканы, силки), чтобы клиент мог показать ситуацию охоты. Часто клиенты используют натуральные перья птиц, кости животных, яичную скорлупу, когти, мех, ракушки, морскую звезду, кораллы, окаменевших животных и др.

✿ Растения

Растения для многих людей символизируют цикл жизни, силы жизни, смерть и восстановление. Времена года (сезоны) напоминают нам об изменяющихся качествах физического мира.

В эту группу входят растения: морские, горные, тропические, пустыни и той местности, где вы живете. Объекты должны отразить все аспекты цикла жизни растения от семени до умирания. Это могут быть естественные и искусственные формы.

Естественные формы: прутья, веточки интересных форм, ветки имеющие шипы, ветки с плодами, высушенные цветы, листья и сорняки, мох, лишайники на камнях и прутах, стручки, зерно и семена, сосновые шишки и каштаны. Можно использовать и живые растения, посаженные в маленькие емкости, а так же живые цветы. Цвет, аромат цветов и вечнозеленых растений часто вызывают у клиентов воспоминания специфических мест и событий. Используйте свежие веточки ели или сосны. Эти растения часто являются ресурсными для клиентов.

Искусственные растения: кусты, комнатные растения, кактусы, вечнозеленые и пальмы в различных стадиях их жизни. Бутоны и мертвые растения, плоды и цветы, весенние и осенние деревья, декоративные и плодовые деревья, овощи и фрукты. Шелковые и пластмассовые цветы различных цветов и размеров так же как серебряные, бронзовые и золотые цветы, деревья, кусты и листья используются в создании волшебных миров. Сюда же можно отнести и Рождественские елки.

⊗ **Полезные ископаемые**

Металлы и драгоценные камни могут символизировать стабильность, постоянство, основательность и защиту. Для некоторых клиентов ограненные подобно драгоценному камню минералы символизируют душу. В процессе постоянной работы над собой, не имеющий формы грубый камень превращается в сокровище, драгоценный камень.

Представленное на полках разнообразие камней, металлов и драгоценных камней (искусственных драгоценных камней) различных размеров, цветов, форм, структур, и материалов поможет клиентам отобразить различные пейзажи. Это могут быть: простые и экзотические камни, камни, которые содержат отверстия или окаменелости, жеоды, полированные куски скалы, кристаллы (отдельный и группы), полудрагоценные камни, такие как аметист, тигровый глаз и др. В отдельной емкости можно расположить собрание небольших обработанных минералов, относящихся к знакам зодиака. Многие клиенты находят в таких минералах ресурс, защиту и поддержку.

△ **Здания**

Для людей здания часто имеют большое значение. Например, дом может быть символом убежища и защиты или уединения. В расширенном масштабе, дом может быть символом самости.

Объекты этой категории должны быть сделаны из различных материалов и иметь отношение к различным культурам: вигвамы, деревянные избы, замки, крепости, пещеры, космические станции, сараи, магазины, церкви, школы, тюрьмы, больницы, детские площадки, маяки и пирамиды. Важно иметь поврежденные и разрушенные дома и здания. Это может быть символом пережитого бедствия или чувств саморазрушения.

Домашняя обстановка должна быть представлена: столами, стульями, кроватями, туалетами (горшок и унитаз), электробытовыми приборами, инструментами и орудиями для прополки, уборки и ремонта.

Кроме этого понадобится достаточно большое количество заборов (символ защиты и отгороженности), ворота, мосты, столбы, арки, светофор и др.

➔ **Транспорт**

Транспорт может быть метафорой для психофизиологического состояния клиента. Транспортные средства могут символизировать движение и изменение. Они могут представлять контроль (самоуправление), свободу, спасение и власть в жизни клиента.

Эта категория включает в себя все виды транспорта, а так же поврежденные транспортные средства.

Наземные транспортные средства: автомобили, грузовики, автобусы, такси, сельскохозяйственная техника, телеги, велосипеды, мотоциклы, салазки, фургоны, поезда, трамваи, почтовые дилижансы, фургоны, колесницы, пожарные машины, полицейские автомобили, санитарные машины, танки и другие бронированные военные транспортные средства.

Водные транспортные средства: гражданские и военные суда, лодки, теплоходы, каноэ, плоты, субмарины, авианосцы и линейные корабли.

Воздушные транспортные средства: реактивные самолеты, истребители, гидросамолеты, вертолеты, воздушные лайнеры, воздушные шары и космические суда.

⊛ **Разное**

Эта категория включает те предметы, которые не легко отнести в какую-либо категорию.

Планетарные символы иногда представляют взаимодействие всех фундаментальных сил вселенной и природы. Это солнце, луна, земля и другие планеты, звезды, снежинки и радуга. Чтобы установить эти объекты могут использоваться специальные крючки, прикрепляемые к краю песочного подноса.

Рефлексивные объекты, такие как зеркала, могут символизировать правду, самореализацию, мудрость, душу и готовность к самоотражению (саморефлексии). Зеркала должны иметь различную форму. В дополнение к зеркалам можно использовать стеклянные или хрустальные шары и сферы.

Освещающие объекты: свечи различной формы и подсвечники, электрические фонарики или маленькие масляные лампы. Свет часто

символизирует проявление божественного, способного рассеять зло и силы темноты. Свет передает правду, славу, блеск, и радость. Для свечей понадобятся спички (лучше каминные).

☪ **Ароматические объекты:** старые бутылки с остатками духов, набор арома-масел, арома-лампа, веточки ароматных трав и сухие лепестки цветов, лаванды и мяты. Обоняние, так же как и визуальный образ или звук, является важным для полноты описания жизненной ситуации клиента.

☒ **Символы зависимостей и привычек:** сигареты и пустые пачки, маленькие пустые бутылки из-под алкогольных напитков, шприцы и иглы, пластиковые имитации пилюль и таблеток. Зависимости и вредные привычки - часто центральные элементы в подносе клиента. Клиенты имеют право ввести в песочную картину любые специфические предметы, отражающие их актуальное состояние.

✍ **Символы коммуникации:** крошечные книжечки, блокнотики, ручки, карандаши, телефоны, телевизоры, фото и видеокамеры, компьютеры и др. Мы живем в эпоху всеобщей информатизации и коммуникации. Данные символы могут стать носителями информации, которую клиент будет постепенно открывать.

☒ Хорошо иметь в коллекции различные **контейнеры и емкости**. Они обеспечат специальное место для тайн и сокровищ, либо ограничат что-либо, помещенное в них. Некоторые контейнеры должны быть водонепроницаемы, так как некоторые клиенты захотят создавать бассейны или озера не в песке, а в специальной емкости.

☪ В коллекции должны быть **объекты, связанные с питанием**. Продукты символизируют ресурс, любовь и подпитку. Это - плоды, овощи, сыры, молоко, мясо и хлебные злаки, сладкие и соленые пищевые продукты, пицца, леденец и печенье. В некоторых источниках рекомендуют иметь настоящие конфеты или леденцы на палочках (они не портятся) и в процессе работы над подносом позволять клиенту съесть их. Реальный вкус может увеличить смысл терапевтической работы. Например, работая над очередным подносом, клиентка, молодая девушка, использовала принесенные с собой мандарин, яблоко и вафлю. Фрукты располагались по центру подноса (яблоко в центре, вокруг дольки мандарина), вафли в корзинке в области будущего. В процессе строительства мира девушка надкусывала яблоко, возвращая каждый раз его на место, постепенно съедала вафли. Она буквально на глазах психолога «осваивала» свои внутренние ресурсы.

Иногда клиенты не могут найти объекты, которые полностью отражают то, что они желают изобразить. Если предложить клиентам различные материалы, то многие из них создадут свои собственные миниатюры.

Кроме этого, для просеивания песка понадобится решето. Маленькие части природных объектов (крупы, лепестки цветов, ракушки и др.), оставшиеся после работы, должны быть удалены до использования подноса с песком, следующим клиентом. Решето иногда используется клиентами, чтобы просеять песок сверху на свой созданный мир (эффект песчаной бури или эффект пепла). В процессе выбора фигур клиенту понадобится корзинка или другая удобная емкость для сбора понравившихся объектов. Барбара Лабовитц (2000) рекомендует так же иметь в кабинете словарь символов, который клиент может использовать самостоятельно (по желанию) для разъяснения значения объекта.

Предложенный список объектов обширен и представлен для того, чтобы описать разновидности предметов, которые будут постепенно добавляться в коллекцию. Песочная терапия может быть эффективна даже с несколькими объектами в каждой категории. Символический язык объектов – это подарок для психолога и клиентов. Каждая миниатюра, которая добавляется к коллекции, расширяет возможности экспрессии клиентов. Собирая предметы экспериментируйте с ними. Строительство собственных подносов с новыми объектами дает глубокое понимание их возможностей. «Накопление миниатюр для Песочной терапии - не просто сосредоточение важных символов. Это - отражение отношений индивида (психолога) к этим символам». Помните, «...коллекция растет и изменяется вместе с Вами. Через Ваше самоисследование формируется и Ваша коллекция. События и опыт, происходящие с Вами в процессе накопления, столь же важны, как и то, что находится в коллекции» (Негеман, 1992).

Есть несколько способов размещения коллекции миниатюрных объектов. Объекты должны быть размещены по категориям, чтобы облегчить выбор и свободный доступ для клиентов. М. Ловенфельд (1935) полагала, что клиент не должен быть поражен разнообразием выбора объектов. В своей работе с детьми, она обнаружила, что самая удовлетворительная форма хранения - это ящики с крышками. М. Ловенфельд предпочитала, чтобы один ящик закрывался полностью, перед тем как позволить другому открываться. Таким образом, уменьшалась возможность гиперстимуляции. С другой стороны, Д. Калфф,

подобно другим юнгианским аналитикам, использовала открытые полки. Миниатюрные объекты (вся коллекция) сгруппированы по категориям и расставлены на полках.

Открытые полки с объектами привлекают клиентов и поэтому им легче предложить песочную терапию. Объекты активизируют любопытство и творческий потенциал каждого. Чтобы полки с фигурками не отвлекали клиента в процессе построения мира, рекомендуется располагать стол с подносом и полки в разных частях кабинета. Если Вы часто работаете с маленькими детьми, клиентами с дефицитом внимания, вариант хранения объектов в закрытых ящиках М. Ловенфельд более адекватный. Так же можно установить на открытые полки роллеты или прикрепить занавески, позволяющие при желании закрыть объекты.

Наравне с открытыми полками удобно использовать контейнеры для хранения мелких или многочисленных объектов (бусинок, ракушек, маленьких камушков, цветов и др.). Контейнеры размещаются так же на полках и остаются открытыми, чтобы объекты были видны.

Если говорить о размерах полок, то в идеале они должны быть не глубже чем 10–15 см. Ограниченная глубина позволяет клиентам выбирать и заменять миниатюры с меньшим количеством рассредоточения внимания на окружающие объекты. Это также позволяет клиентам полностью видеть объекты.

Большинство объектов имеет размер 8–10 см. Их можно располагать на средних полках. Объекты большего размера удобно расположить на нижних полках. Если ваш стеллаж высокий, то необходимо иметь табурет для детей, не достающих до верхней полки.

Чтобы ограничить беспорядок и способствовать легкому поиску необходимого объекта, фигурки одной и той же категории должны быть расположены вместе.

Литература

Шапарь В. Б., Шапарь О. В., Практическая психология. Проективные методики. Ростов-на-Дону «Феникс» 2006.

Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика Учебник для вузов. – Питер, СПб.

Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Практикум по песочной психотерапии. СПб., 2002 г.

К. Г. Юнг Психология бессознательного, М., 1998 г.

К. Г. Юнг Человек и его символы, М., 1998 г.

Нойман Эрих Происхождение сознания. СПб., 1998 г.

Тресиддер Д. Словарь символов. М., 1999 г.

Штейнхард Л. Юнгианская песочная психотерапия. Питер, СПб – 2001

Erik Erikson «Childhood and Society», 2nd ed., 1963

Barbara Labovitz Boik and E. Anna Goodwin. (2000). Sandplay therapi. W.W. Norton and Company. London.

Kalff, Dora. (1980). Sandplay. A Psyhoteraputic Approach to the Psyche. Santa Monica: Sigo Press.

Ammann R. (1991) Healingand Transformation in Sandplay: Creative Processes become Visible. LaSalle: Open Court

Ammann R. (1994) «The sandtray as a garden of the soul» Journal of Sandplay Therapy 4, 1, 46-65.

Ф.И.О _____

Дата _____ г.

Поднос (номер, название) _____

Песок сухой влажный
 Время _____ ч. _____ мин.



Студия «Визель»

№	Объекты	Вербальные и невербальные реакции клиента	Реакции психолога	Карта	
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

Комментарий _____

Ф.И.О _____

Поднос _____ Песок сухой влажный



Студия «ВиЭль»

Дата ____ . ____ . ____ г. Время ____ ч. ____ мин. Название _____

№	Объекты	Вербальные и невербальные реакции клиента
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		
11		
12		
13		
14		
15		

Карта

Рассказ клиента _____

Комментарии психолога _____

Содержание

1. Введение	4
2. Проективная психодиагностика	6
3. История и современные тенденции проективной диагностики с использованием миниатюрных объектов	10
4. Исследования в области проективной диагностики на песке	26
5. Тематический подход в проективной психодиагностике на песке	30
6. Виды анализа песочных картин	34
7. Способы документирования в песочной терапии	46
8. Литература.....	63





197101, Санкт-Петербург,
ул. Большая Монетная, 16
(812) 313-96-70
vl-psystudio@mail.ru
www.test-psy.ru