

В учреждениях соцзащиты в Дмитрове и Егорьевске ввели новую методику на сеансах психотерапии – метафорические ассоциативные карты. Наборы фотографий и рисунков сразу понравились бабушкам, а сами сеансы превратились в забавную игру. Как карты помогают выявлять внутренние проблемы пациентов, корреспонденту «Подмосковье сегодня» рассказали специалисты учреждений соцзащиты Дмитрова и Егорьевска.

ТАТЬЯНА ЗЕЛЕНОВА

«РАЗВЕ В ТАКОМ ВОЗРАСТЕ ВЫХОДЯТ ЗАМУЖ?»

Нина Иванова (имя изменено. – Прим. ред.) обратилась в Дмитровский центр социальной помощи семье и детям за помощью в решении деликатного вопроса.

– Узнав дату рождения дамы, я поразилась, – говорит штатный психолог центра Наталья Гаврилова. – Ей 64 года, но выглядит она гораздо моложе.

Пенсионерка рассказала, что в ее жизни появился человек, проявляющий к ней особое внимание, и недавно предложил ей руку и сердце. Но сама она разобратся в своих чувствах не могла.

– Разве в таком возрасте выходят замуж? – рассуждала Иванова. – Что скажут дети, внуки, знакомые? У меня их немало.

В процессе беседы с психологом пациентке никак не удавалось отвлечься от мнения окружающих.

– И тогда я решила попробовать применить этот сравнительно новый метод, – продолжает специалист. – Существует множество наборов метафорических карт, но для данного случая я выбрала набор «Границы и убежища».

БРЕШЬ В СТЕНЕ

Нина Иванова долго и внимательно разглядывала карты и наконец выбрала ту, на которой был изображен пролом в стене и открывающийся за ним прекрасный вид – горы, небо, море...

– Вот так я себя чувствую, – с некоторым удивлением сказала она. – Мой внутренний мир всегда был защищен прочно, как эта стена.

Оказалось, что эта защита не давала ей видеть и чувствовать красоту жизни.

Психологи Дмитровского центра в мае закончили полугодичную обучающую программу «Метафорические ассоциативные карты как инструмент работы психолога», и метод уже доказал свою эффективность.

– На следующих консультациях мы обсуждали, что именно она так упорно защищала, – подводит итог Гаврилова. – Говорили о том, что психологический и биологический возраст далеко не всегда совпадают, и человек имеет право на счастье в любом возрасте. Обсуждали, почему для нее такое большое значение имеет чужое мнение, учились выстраивать личные границы.

НАВЕСТИ МОСТЫ

В мае в Егорьевском центре социального обслуживания «Журавушка» прошел V област-

Поставили на карту

ТРЕТИЙ ВОЗРАСТ Новые методики психотерапии помогают пенсионерам области справляться с проблемами



Работа с метафорическими картами помогает пенсионерам разобраться со своими чувствами

Наталья ГАВРИЛОВА, психолог Дмитровского центра помощи семье и детям:

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

– МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ – ЭТО НАБОРЫ ФОТОГРАФИЙ, РИСУНКОВ, КАРТИНОК, ПОДОБРАННЫЕ ТАКИМ ОБРАЗОМ, ЧТОБЫ НЕИЗМЕННО ВЫЗВАТЬ У КАЖДОГО ЧЕЛОВЕКА ВНУТРЕННИЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ОТКЛИК, ВОСПОМИНАНИЕ, АССОЦИАЦИЮ. Карты позволяют обращаться к своему внутреннему миру, учиться слышать, узнавать и познавать себя, помогают увидеть, что мешает нам строить отношения с собой и окружающим миром, искать и находить выход из травматических ситуаций. Выступая неким посредником-переводчиком между человеком и его внутренним миром, карты позволяют снизить или обойти сопротивление в психотерапевтической работе.



Ирина ФАЕВСКАЯ, министр социального развития Московской области:

ПРЯМАЯ РЕЧЬ

– ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ И ПСИХООБРАЗОВАНИЕ В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ СТАНОВЯТСЯ ВЕДУЩИМИ МЕТОДАМИ ПСИХОСОЦИАЛЬНОЙ ПРОФИЛАКТИКИ. Они включают строго определенную последовательность ступеней: от формулировки и понимания проблемы к тренингу навыков и применению выработанных навыков в повседневной жизни.

ной семинар-практикум психологов социальных учреждений Московской области «Метафорические ассоциативные карты. Теория и практика».

Специалисты «Журавушки» уже более двух лет используют эту методику в работе с пенсионерами.

– Глядя на одну и ту же картинку, одинокий и неодинокый человек по-разному интерпретируют изображение и по-разному реагируют, – говорит психолог Наталья Красновская. – К сожалению, я часто слышу ответы, выявляющие проблему разобщенности.

В качестве примера психолог приводит картинку с мостом. Недавно на сеансе одна бабушка охарактеризовала ее как «мост в никуда», зато у второй карта вызвала самые радужные эмоции. И действительно – первая пенсионерка живет одна.

– Дальше была работа по восстановлению структуры личности пожилого человека, – рассказывает психолог. – Сеансам психотерапии в этом случае сопутствовали новые знакомства в «Журавушке».

результат

ОЧИСТНЫЕ СООРУЖЕНИЯ ВОЗВЕЛИ В ОДИНЦОВЕ



Строительство очистных сооружений завершилось в Одинцове, передает пресс-служба Главгосстройнадзора Подмосковья. Объект возведен для микрорайона Одинцово-1, ему выдано заключение о соответствии. Площадь сооружений превышает 1,5 тыс. кв. м. Объект, работающий в автоматическом режиме, возвели за счет средств инвестора. Очищать будут стоки от промышленных производств.

культура

ЖИТЕЛИ ПОДМОСКОВЬЯ ПОБЕДИЛИ В КОНКУРСЕ, ПОСВЯЩЕННОМ МАЯКОВСКОМУ



Московская областная государственная научная библиотека имени Н.К. Крупской подвела итоги межрегионального литературного конкурса «Я знаю силу слов, я знаю слов набат», посвященного 125-летию со дня рождения Владимира Маяковского. – В конкурсе приняли участие 186 человек из разных регионов России, продемонстрировавшие детальное знание биографии и творчества известного поэта. Победителем стала Татьяна Карпова (Коломенский городской округ), на втором месте Наталья Бушуева (городской округ Дубна), на третьем – Валентина Иванова (Кобякский улус Республики Саха (Якутия), – сообщила министр культуры Московской области Оксана Косарева.

квартирный вопрос

ДОМ ДЛЯ ПЕРЕСЕЛЕНЦЕВ ДОСРОЧНО ПОСТРОИЛИ В СЕРГИЕВО-ПОСАДСКОМ РАЙОНЕ



До конца III квартала этого года будет выдано разрешение на ввод в эксплуатацию дома для переселенцев из аварийного фонда на Театральной улице в Краснозаводске Сергиево-Посадского района. В областном Минстрое сообщили, что новые квартиры получат 219 человек. В целом до конца этого года в Краснозаводске из аварийных домов в новые квартиры переедет 301 человек. Будет расселено более 4 тыс. кв. м аварийного фонда.