

**Поляков Евгений Анатольевич**

**2 модуль  
«Супервизия в психологическом  
консультировании и рилив-терапии»**

**День 1**

<http://polyakovcenter.ru/> e-mail: [polyakovcenter@gmail.com](mailto:polyakovcenter@gmail.com)

Instagram: [@polyakovcenter](https://www.instagram.com/polyakovcenter) тел.: +7 (925) 806-71-22

**+7 (906) 075-17-16**

## О курсе

На этом курсе мы рассмотрим более глубокие техники. Как правило, те техники, которые глубоко копают, не всегда экологичны – они могут привести к эмоциональным всплескам, могут поднимать серьезные травмы.

# Техника «Предмет в теле»

## Основные положения

Техника применима для работы с ощущениями, психосоматическими проявлениями, тревогами, не локализованными восприятиями.

Когда она применяется? Ее можно применять даже на первой сессии.

Основная задача – боль, жалобу превратить в объект и довести его до полного исчезновения.

Техника не экологична.

В подавляющем большинстве случаев все травмы у людей имеют соматический подтекст, транзиторные соматические знаки, ощущения, отклик в теле.

## Описательный этап

Основная цель – визуализация телесных ощущений, тесный контакт. Нужно взять этот травматический опыт, превратить его в предмет, посмотреть, поиграть.

1. Локализация ощущения. Максимально точно описать место нахождения объекта и его размеры.

2. Мы спрашиваем о **функциях этого ощущения**: какие функции он выполняет, что он делает (давит, обжигает, как-то воздействует физически).

3. Выявление вторичной выгоды. Как этот объект **влияет на поведение человека**.

4. Оценка затрат жизненных сил. Жизненные силы нужно тратить!

5. Описание параметров: вес, температура, цвет, форма, размер. Может быть не тяжесть, а вакуум (там отрицательная масса). Поверхность: гладкая, шероховатая, липкая, противная, грязная. Какой он внутри, однородный или составной, полости, жидкость. Материал. Может быть туман, кисель, сталь, камень...

6. *Живой или неживой* этот объект.

*«Знает ли он, что мы за ним наблюдаем?»*

*«Как он к этому относится?»* (если бы он знал и ответил). Нравится, не нравится.

## Этап трансформации

Объект может трансформироваться или пропасть на любом из шагов. Важно: исчез он или спрятался. Человек скажет сам, потому что к этому моменту у него уже очень сильный контакт с объектом.

7. Наблюдение за объектом. На этом шаге предмет может прийти в движение, превращаться во что-то. Постоянно спрашивайте, что происходит с предметом. Он может светиться, двигаться, вибрировать, меняться в размерах, менять форму.

8. 1) Разговор с предметом.

2) Станьте этим предметом и произнесите монолог от его имени.

3) К этому моменту обычно появляется *Филив*

**9. Трансформация по команде клиенту в другие предметы или извлечение из тела результата не дает.**

Окраска в приятный белый цвет и в черный цвет, причем такой, который поглощает весь свет, попеременно.

Нагревание и охлаждение предмета.

- **«Сколько лет этому предмету?»** Цифра появится у человека в голове. **«Что происходило тогда?»**.

- Увеличивать объект в размерах можно. Человек при этом может его лучше рассмотреть, лучше войти в контакт, получить какие-то ассоциации.

- Парные объекты – создайте парный объект **Филив**



- На любом шаге мы можем возвращаться к любым предыдущим.
- Если человек уже «отстрадал свое», вам достаточно лишь прикоснуться – симптом исчезнет. Если человек еще не отстрадал, еще находится в процессе борьбы с симптомом – вам будет работать очень трудно.
- Иногда бывает критическая точка, мы поработали с предметом, он уже никак не трансформируется. Тогда предмет можно оставить до следующей встречи и поработать с ним позже. Предмет может исчезнуть сам к следующей сессии.

- Предметы в теле не безобидны. Ноги налиты тяжестью – у человека начнутся проблемы с ногами. Если он находит камушки, то потом камни обнаружатся в почках или в желчном пузыре. То есть сначала эмоции генерализуются в телесные ощущения в образе какого-то предмета, потом они переходят уже на соматический уровень.
- **От предмета не должно оставаться ничего**, ни песочка, ни крошки. Верно и обратное: если проработать симптом на уровне образа – органика начинает уходить.

- Важно: Когда мы работаем с предметом в теле, большие куски травмы могут остаться вне нашего внимания. Предмет исчез – связь с остатками травмы оборвалась, но это не значит, что травма ушла полностью, там еще что-то может оставаться и в течение нескольких часов может актуализироваться и навалиться на нашего клиента.