

Римский мост в Адане

Техника «Римский мост»

*Психолог КОГОбУ ДО
«Дворец творчества - Мемориал»
Новикова Ксения Андреевна*

- ❖ техника работы с жизненным пространством и целями (Г. Б. Кац, Е. А. Мухаматулина)
- ❖ расклад напоминает яркий образ арочного древнеримского моста
- ❖ расклад может быть произвольным, важен переход «Прошлое – Настоящее – Будущее»
- ❖ можно использовать совершенно любые карты (желательно иметь несколько колод)
- ❖ работа с картами происходит «в закрытую»

Проблема клиентки

«Я очень люблю читать, но уже довольно долгое время почти не читаю ничего серьезного. В основном – детективы и прочее легкое чтиво, которое я "поглощаю" в транспорте, пока еду на работу. Периодически меня начинает от этого подташнивать, мне хочется более серьезной "пищи", я открываю привлекающие меня книги, прочитываю кусочек, воодушевляюсь, думая: "Вот оно! Я это куплю и начну читать прямо сегодня же. Вот только закончу уже начатый детектив – ну хочется же узнать, кто убийца".

На следующий день, собираясь на работу, я задумчиво стою перед полкой книжного шкафа, на которой любовно сложены стопочкой купленные и даже слегка приоткрытые и начатые мной такие замечательные, такие умные и желанные для меня книги... и беру с собой в дорогу очередное бульварное чтиво. Или, дойдя до ближайшего книжного киоска, покупаю что-нибудь дешевенькое, карманное... Вечерами поглядывая на полку, я испытываю тоску, ностальгию, чувство вины, любопытство – в общем, целую гамму чувств. Но по вечерам дома я не читаю, а утром ситуация повторяется. Такая вот история»

1. ПРОБЛЕМА

- задействуется центральная часть моста (настоящее, сегодняшнее)
- карты раскладываются перед клиентом рубашкой вверх, клиентом вытягивается «наугад» 4 карты

Ведущий вопрос:

«Есть ли среди выбранных наугад карточек те, которые имеют какое-то отношение к возникшей трудности?»

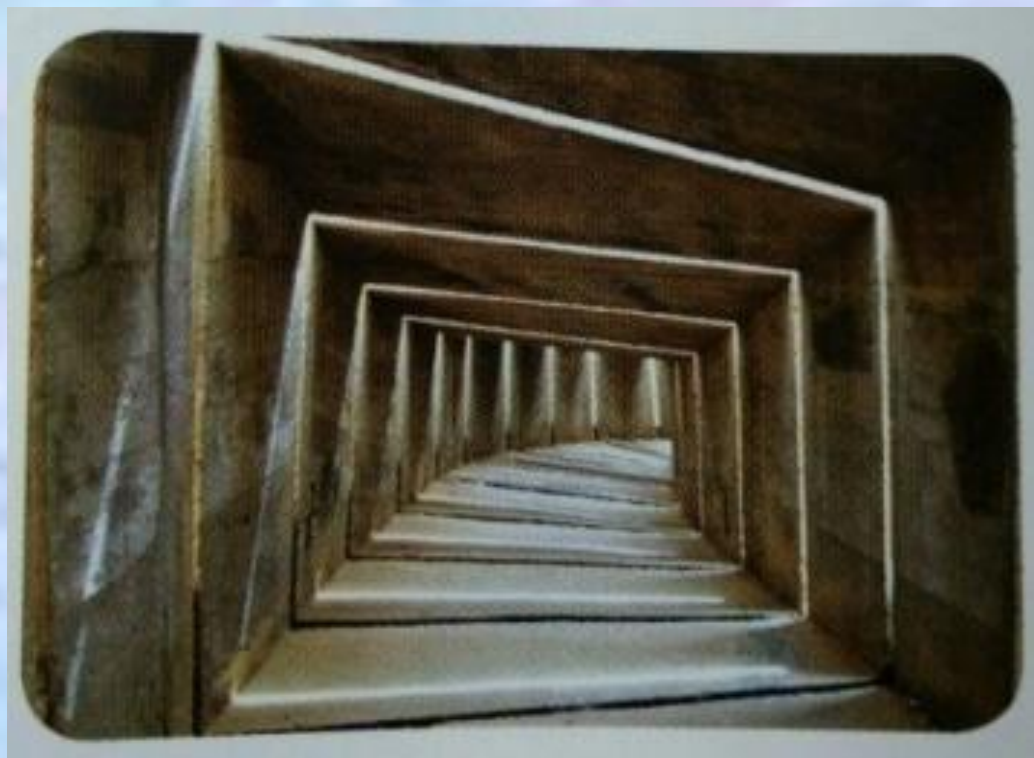


«Окно с лампой»

«Это уютная комната с настольной лампой. Там можно сидеть в полутьме и уединении и читать что-то неспешно, вдумчиво»

«С одной стороны, она вызывает у меня раздражение своей непривычностью, а с другой – именно этим притягивает. Это те книги, которые я хочу читать, не легкие и привычные для меня, а какие то другие – более сложные и глубокие»

«Лабиринт»





«Книга, прочитанная по дороге на работу, помогает мне занять время, сократить его. Просто заполнить. А в ТАКОЙ дороге мне не хочется читать, а хочется смотреть по сторонам, делиться впечатлениями с попутчиками...»

1. ПРОБЛЕМА



2. ИСТОЧНИК ТРУДНОСТИ

- задействуется левая часть моста (прошлое, детство)
- клиентом вновь вытягивается «наугад» 4 карты

Ведущий вопрос:

«Что предшествовало возникновению трудности, какие она имеет корни?»

«Ребенок с собачкой»

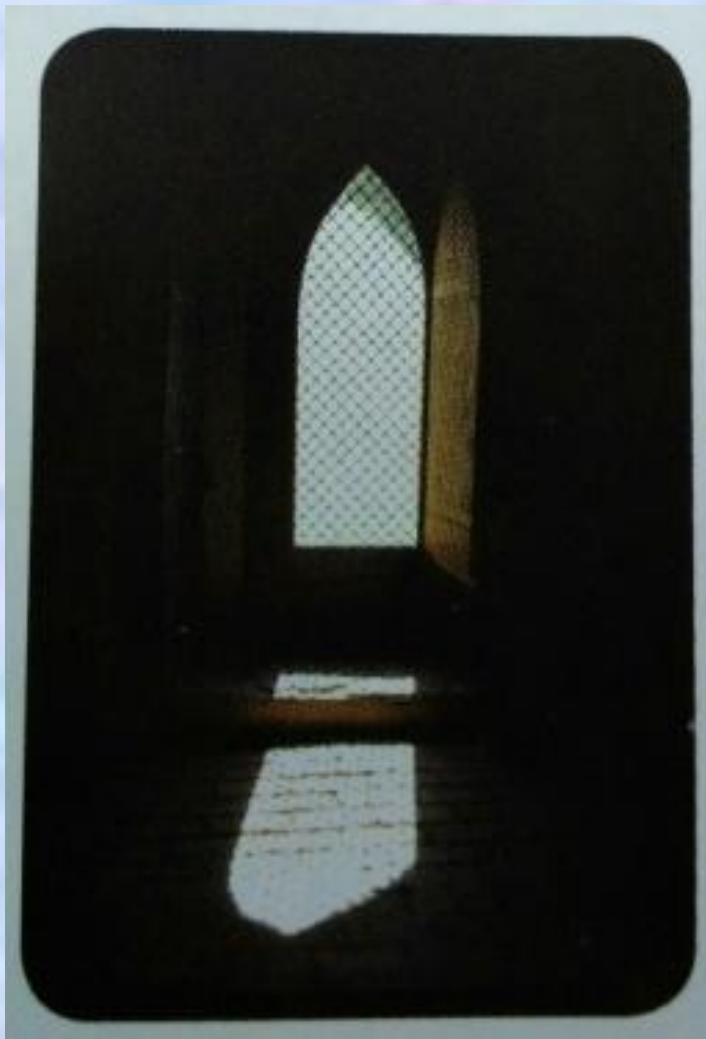
«В детстве у меня не было собаки, но были книги. Я очень любила читать, книги были моими самыми близкими друзьями, собеседниками. Я была застенчивой и не очень-то умела общаться со сверстниками. Я много времени проводила дома за чтением. И долгое время перечитывала свои любимые детские книжки – как с друзьями встречалась»



«Это мое еще более раннее детство.
Любознательность, открытость, детская
свободная игра на песке... Это
непосредственное восприятие мира,
который отпечатывался во мне»



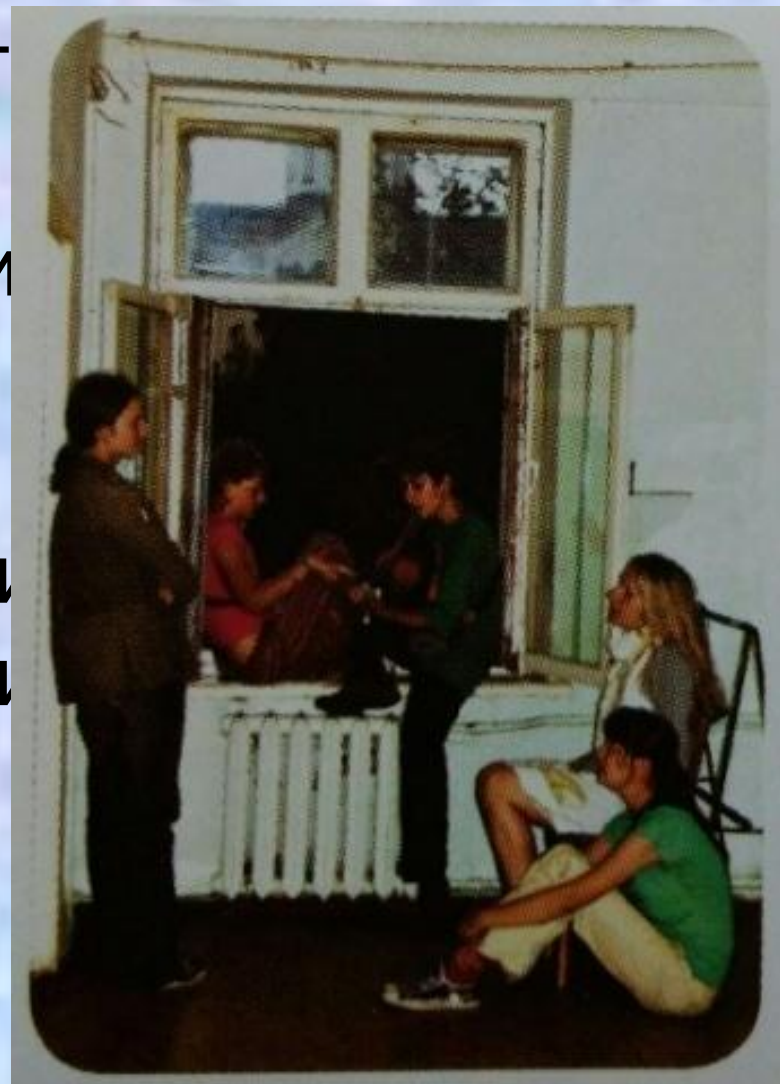
**«Детские
ладошки»**



«Окно в келье»

«Окно не в тюрьме, конечно, но в келье. Помещение темное, окно на улицу закрыто пусть не решеткой, но сеткой какой то. Я одна наедине с собой. Таким было мое детство. Я мало общалась, моя жизнь проходила в «келье», книги были рядом, давали мне все»

«Вот эта –следующий этап моей жизни. Я стала подростком, и вся моя жизнь стала вытекать наружу и втекает оттуда же. Всю информацию, все эмоции, ответы на все вопросы я стала черпать из общения со сверстниками. Книжки ушли из моей жизни, перестали быть моими спутниками»



«Дверь открылась, я стала другой. Вся моя жизнь стала протекать **вовне**», чтобы книга снова стала моим другом, только чтобы интеллектуальный уровень моих друзей повысился. Ведь я и сама изменилась со времен моего детства. Мне хочется вернуться к ощущению книги как друга. Хочу найти новых друзей, потому что детективы – это всего лишь попутчики, как в поезде. Они расцвечивают жизнь огнями, как на карточке (возвращается к карточке №3), но не наполняют ее содержанием»





«Мальчик в окне»

**«А вот этот мальчик в
окне – то, к чему я
хочу придти»**

ИСТОЧНИК ТРУДНОСТИ

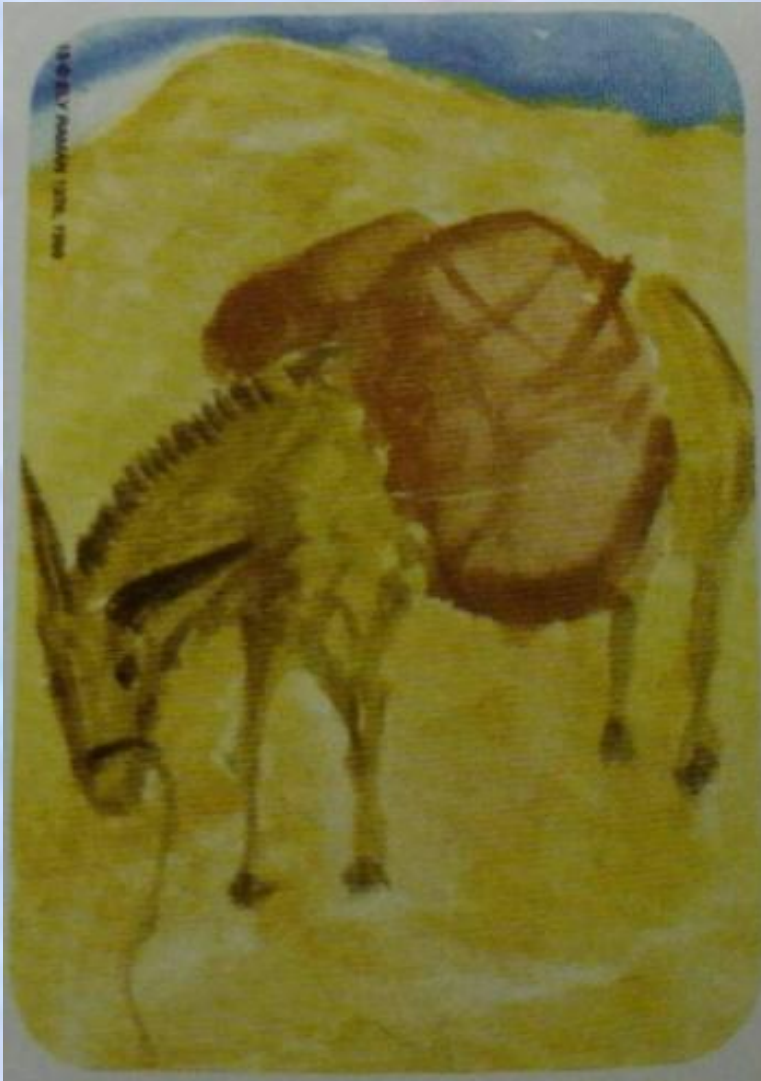


3. ПОИСК РЕСУРСОВ

- задействуется правая часть моста (будущее, перспектива)
- клиентом вновь вытягивается «наугад» 4 карты

Ведущий вопрос:

«Чего не хватает, чтобы преодолеть трудность, что надо для этого сделать?»

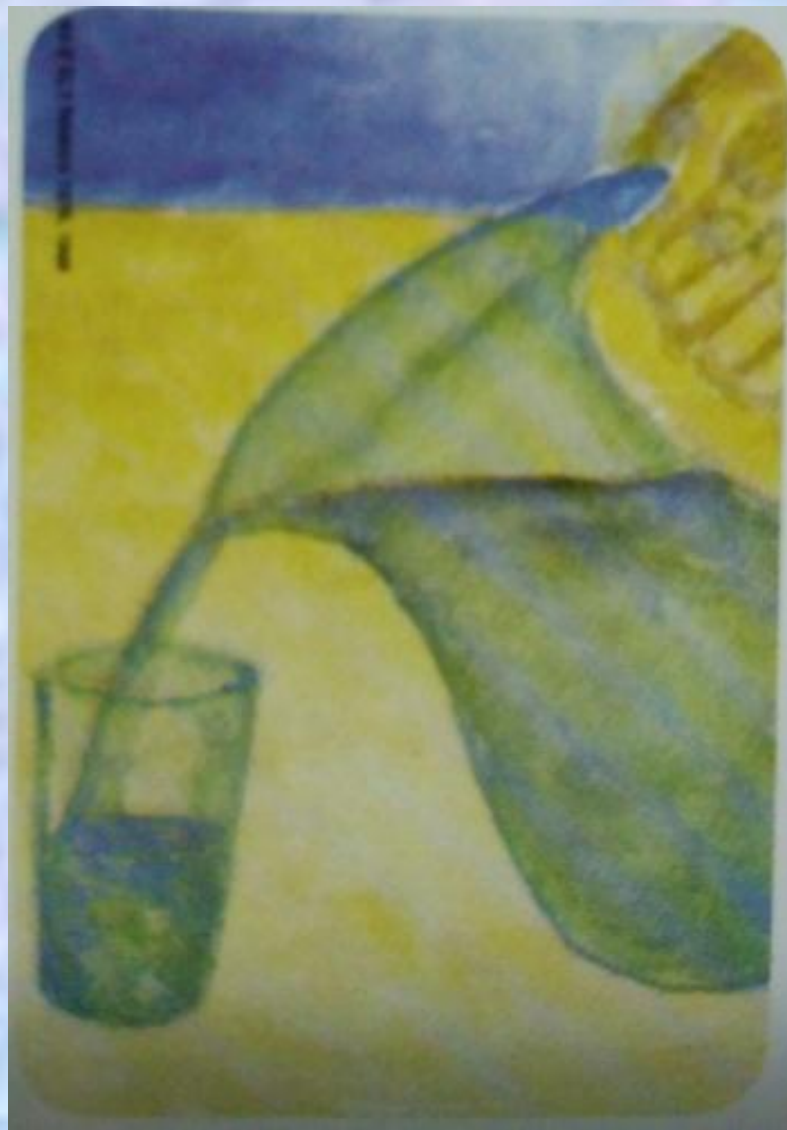


«Вот, кстати, эта
карточка – это я в
молодости и дальше,
то, кем я стала после
подросткового
возраста - работаю и
воспитываю детей»

«Ослик»

«Карточка с кувшином
символизирует то,
чего я хочу. Хочу
наполнить свою
ЖИЗНЬ»

«Кувшин»



«Школа»



«А вот эта – школа – пожалуй, то, что мне надо сделать. В школе от тебя требуют усилия, и мне нужно совершить такое, знаешь, преодоление себя, после которого испытываешь удовлетворение. Для меня книга – источник материала для размышлений. Я даже детектив читаю не только как сюжет, а беру оттуда какие-то мысли, которые потом интересно покрутить туда-сюда, обдумать. Мне хочется получить какой-то более серьезный, более глубокий материал для размышления. Я испытываю голод (или жажду). Но это требует усилий, о которых мне напомнила «школьная»

«Тут происходит творческий процесс, процесс написания книги или процесс создания чего-то, что требует чтения, размышления, узнавания нового. Я могу создавать какой-то творческий продукт, и это будет такой шаг, которого я боюсь, но который вынудит меня выступать в другой роли. Знаешь, как бывает: ты думаешь, что не умеешь, что у тебя не получится, ты это никогда (давно) не делал. Тебе неохота НАЧИНАТЬ. Но ты берешь на себя обязательство, начинаешь, и ничего – выясняется, что ты уже вышел из привычного, что в жизни у тебя появился новый смысл, новое содержание»



«Творческий процесс»

«РИМСКИЙ МОСТ»



4. РЕЗЮМИРОВАНИЕ

подведение итогов сессии

Психолог:

«Я попробую все еще раз повторить. Смотри, какая арка у нас выстроилась. Она – как будто мост из твоего прошлого в будущее. Еще когда ты была маленькой, ты проявляла любознательность, знание и впечатление о мире отпечатывались в тебе, как следы ладошек на мокром песке. Ты росла, и твоим лучшим другом стала книга, она была для тебя живой, богатой впечатлениями, чувствами, знаниями о мире. Вашей дружбе способствовали твой характер застенчивой девочки и твоя страсть к восприятию нового. Эта дружба «взрастила» в тебе новые силы, позволившие в подростковом возрасте «выйти из кельи» и занять достойное место среди сверстников, которые и стали лучшими друзьями. Теперь эмоциональные впечатления ты черпала из дружбы другого рода – дружбы с живыми людьми. Ты знаешь, когда говоришь сейчас об этом, я радуюсь тому, что ты вышла из кельи, что ты стала участником событий, а не наблюдателем, что эмоции, которые ты искала в книгах, вошли в твою жизнь реально. Ты говоришь, что не рассталась с книгой, просто ее роль изменилась, книги стали немного другими.

И вот он – ослик, нагруженный поклажей. Это тот период в жизни, когда ты отдавала все свое свободное время воспитанию детей и работе. Уверена, что время было счастливое, только твоя дружба с книгами перешла в другую фазу. Для чтения «взрослых» книг не было времени и условий. Сейчас есть и время, и условия, и желание. Ты замечательно описываешь этот уход от суеты, утоление интеллектуального голода, предвкушение «вкусности» приготовленного для себя блюда... у тебя уже есть рецепт того, как начать это интеллектуальное пиршество – подтолкнуть себя внешним обязательством. Следать первый шаг неотвратимым

Этапы техники «Римский мост»

1. ПРОБЛЕМА (настоящее)

2. ИСТОЧНИК ТРУДНОСТИ (прошлое)

3. ПОИСК РЕСУРСОВ (будущее)

4. РЕЗЮМИРОВАНИЕ (итоги сессии)

1. ПРОБЛЕМА

- задействуется центральная часть моста (настоящее, сегодняшнее)
- карты раскладываются перед клиентом рубашкой вверх, клиентом вытягивается «наугад» 4 карты

Ведущий вопрос:

«Есть ли среди выбранных наугад карточек те, которые имеют какое-то отношение к возникшей трудности?»

2. ИСТОЧНИК ТРУДНОСТИ

- задействуется левая часть моста (прошлое, детство)
- клиентом вновь вытягивается «наугад» 4 карты

Ведущий вопрос:

«Что предшествовало возникновению трудности, какие она имеет корни?»

3. ПОИСК РЕСУРСОВ

- задействуется правая часть моста (будущее, перспектива)
- клиентом вновь вытягивается «наугад» 4 карты

Ведущий вопрос:

«Чего не хватает, чтобы преодолеть трудность, что надо для этого сделать?»

4. РЕЗЮМИРОВАНИЕ

подведение итогов сессии

Психолог:

«Я попробую все еще раз повторить.
Смотри, какая арка у нас выстроилась.
Она – как будто мост из твоего прошлого в
будущее. Еще когда ты была маленькой,
ты...

У тебя уже есть рецепт того, как начать это
интеллектуальное пиршество –
подтолкнуть себя внешним
обязательством. Сделать первый шаг
неотвратимым. Уверена ты этот шаг