



ИНТЕГРАЛЬНЫЙ ДУХОВНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ ПОДХОД К РАБОТЕ С ТЯЖЁЛОЙ ПСИХОСОМАТИКОЙ

ОТ БОЛЕЗНИ К ИСЦЕЛЕНИЮ
АВТОРСКИЙ МЕТОД РАБОТЫ
С ОНКОБОЛЬНЫМИ

*Никифорова
Татьяна Фёдоровна*

*детский и семейный психолог,
арт-терапевт, сказкотерапевт,
таролог-нумеролог, действительный член,
тренер и личный терапевт ОППЛ.
Россия, г. Братск.*

☎ +7 (950) 122-42-45

@ nikiforova.tatyana-bratsk@yandex.ru

ПЛАН

- ОТЛИЧИЕ АВТОРСКОГО МЕТОДА ОТ ДРУГИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ПОМОЩИ ОНКОБОЛЬНЫМ
- ИНТЕГРАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ВОССТАНОВЛЕНИЮ И ПОДДЕРЖАНИЮ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ
- КРИЗИС БЕССМЫСЛЕННОСТИ У ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ
- 1 ЭТАП: РАБОТА С ТРАВМОЙ
- ВОССТАНОВЛЕНИЕ СВЯЗИ С ТЕЛОМ
- 2 ЭТАП: ПРОГРЕССИВНАЯ МЫШЕЧНАЯ РЕЛАКСАЦИЯ ПО МЕТОДУ ДОКТОРА ДЖЕЙКОБСОНА
- 3 ЭТАП: ВИЗУАЛИЗАЦИЯ
- ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ВИЗУАЛИЗАЦИЕЙ
- ГРУППОВАЯ И СЕМЕЙНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ – ВАЖНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ РАБОТЫ С ОНКОБОЛЬНЫМИ
- МЕТОДЫ ДУХОВНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ В ПРОЦЕССЕ ИСЦЕЛЕНИЯ БОЛЬНЫХ





ОТЛИЧИЕ АВТОРСКОГО МЕТОДА ОТ ДРУГИХ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ МЕТОДОВ ПОМОЩИ ОНКОБОЛЬНЫМ

Больные с тяжелой психосоматикой могут активно способствовать своему выздоровлению, если лечение включает в себя:

- традиционные методы лечения,*
- духовно-ориентированную терапию.*

Цель подхода:

- подвести клиента к осознанию и переоценке жизненных ценностей,*
- принять на себя ответственность за свой выбор,*
- достичь гармонии с миром.*

В фокус интегрального подхода автор ставит целостную модель человека и опирается не на симптом или болезнь, а на духовную составляющую личности.

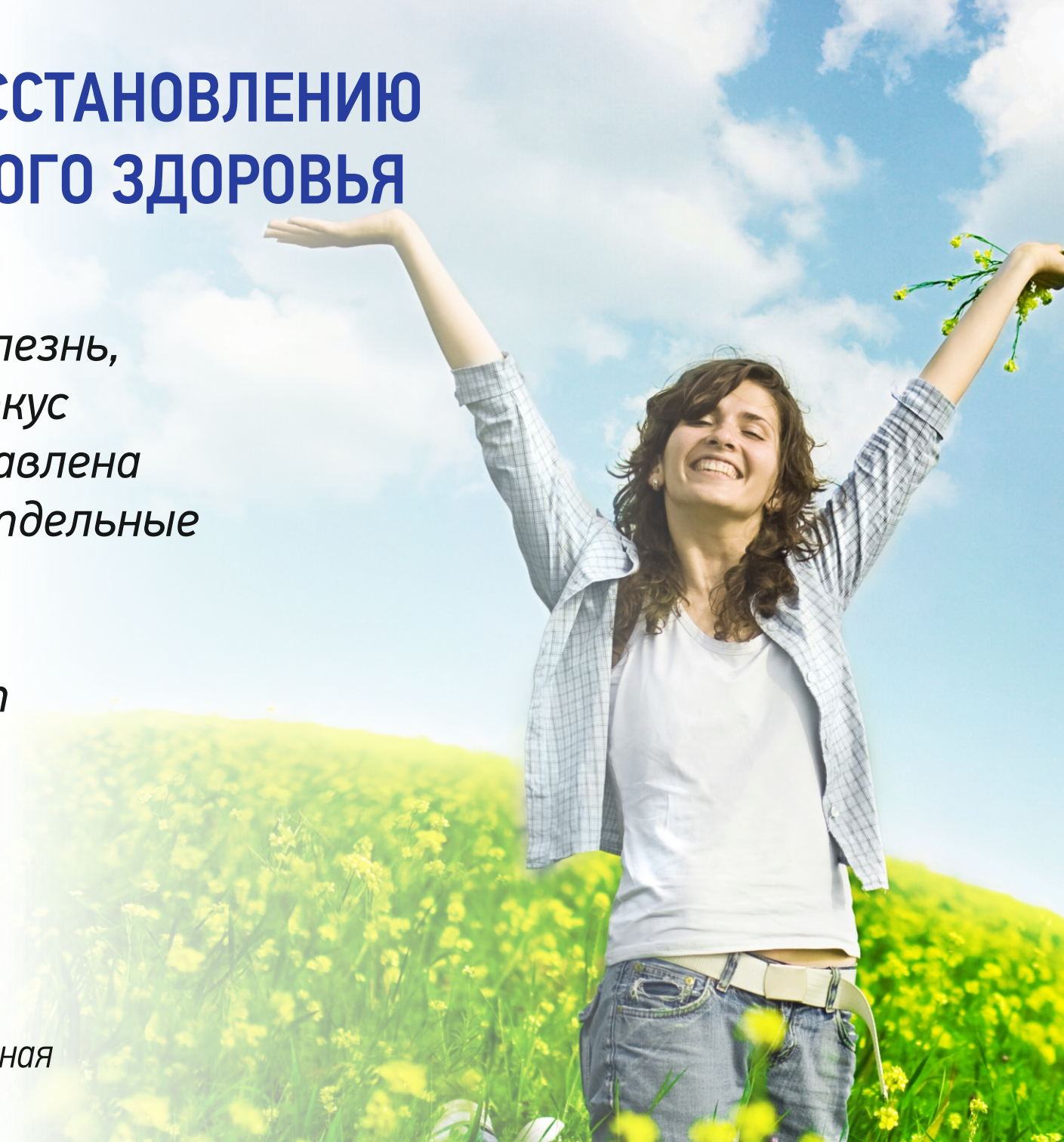
ЦЕЛЬ – ВЫЗДОРОВЛЕНИЕ



ИНТЕГРАЛЬНЫЙ ПОДХОД К ВОССТАНОВЛЕНИЮ И ПОДДЕРЖАНИЮ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

« Как врач лечит не симптом или болезнь, а весь организм в целом, так и в фокус интегральной психотерапии поставлена цельная личность человека, а не отдельные её проблемы или процессы. В интеграции различных методов и направлений во главе угла стоит духовная составляющая »

Н.В. Спокойная



КРИЗИС БЕССМЫСЛЕННОСТИ У ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ

- ✓ *Болезнь заставляет людей переосмыслить свою жизнь, часто ведя к разочарованию и ощущению тупика.*
- ✓ *Это приводит к тому, что человек не способен противостоять болезни, сохранять веру и душевное равновесие.*
- ✓ *Возникает риск снижения психологической устойчивости, появления патологических стресс-реакций и невротических расстройств, сужения жизненных смыслов.*



ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАБОТЫ:

1 ЭТАП: РАБОТА С ТРАВМОЙ

2 ЭТАП: ПРОГРЕССИВНАЯ МЫШЕЧНАЯ РЕЛАКСАЦИЯ

ПО МЕТОДУ ДОКТОРА ДЖЕЙКОБСОНА

3 ЭТАП: ВИЗУАЛИЗАЦИЯ

ВАЖНЫЕ РЕСУРСЫ ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ:

-ОБРАЩЕНИЕ К ПОЗИТИВНОМУ ОПЫТУ

-БЕЗОПАСНОСТЬ

-ОПОРА

1 ЭТАП: РАБОТА С ТРАВМОЙ

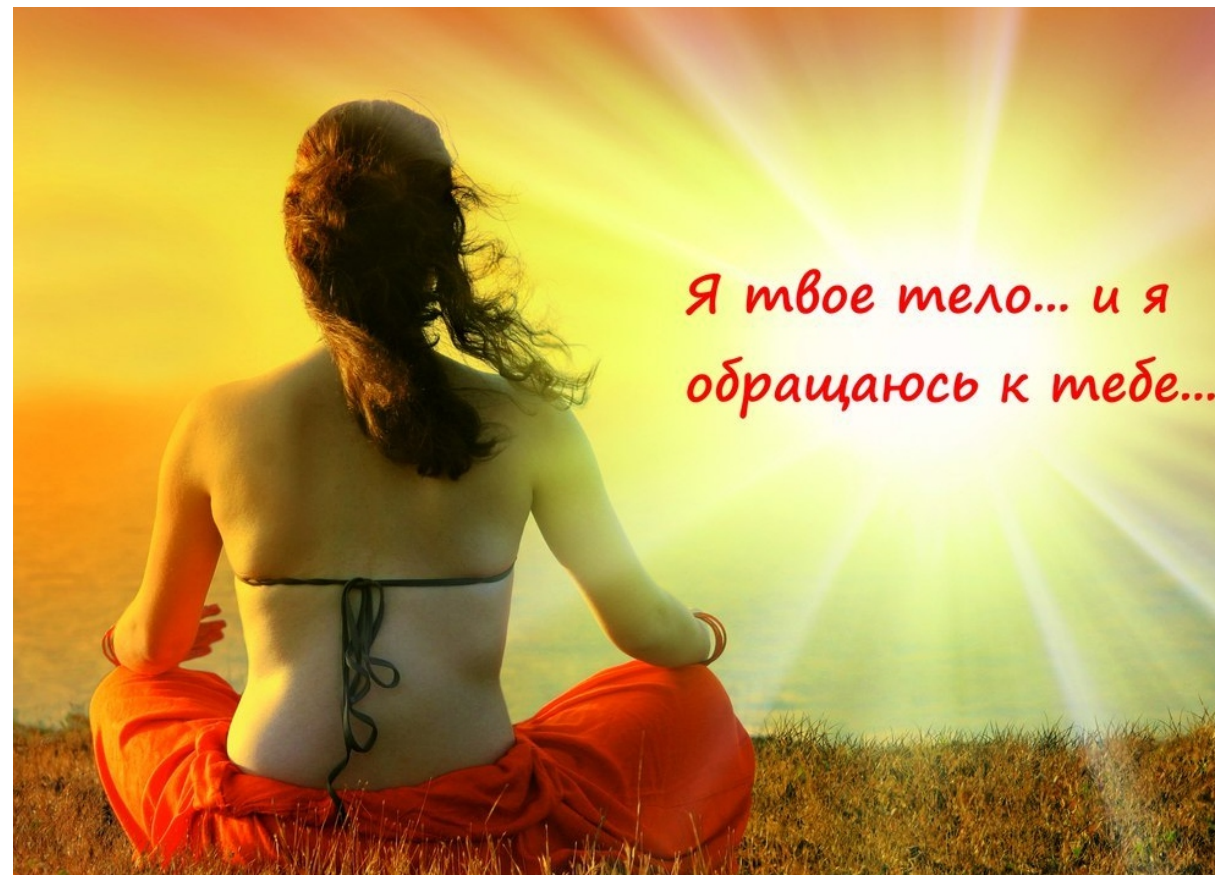
- ✓ Признать, что травма есть.
- ✓ Выйти из травмирующей ситуации: взять паузу в отношениях, сменить обстановку на безопасную, уйти от того, что травмирует.
- ✓ Расширить внимание больного с травмированного места на то, что значимо, дорого, радует
- ✓ Осознать, что травматический опыт, это не весь жизненный опыт. Переключить внимание с травмы на ресурсы
- ✓ Обратиться к детской части личности, которая умеет творчески приспосабливаться к любым условиям



ВОССТАНОВЛЕНИЕ СВЯЗИ С ТЕЛОМ

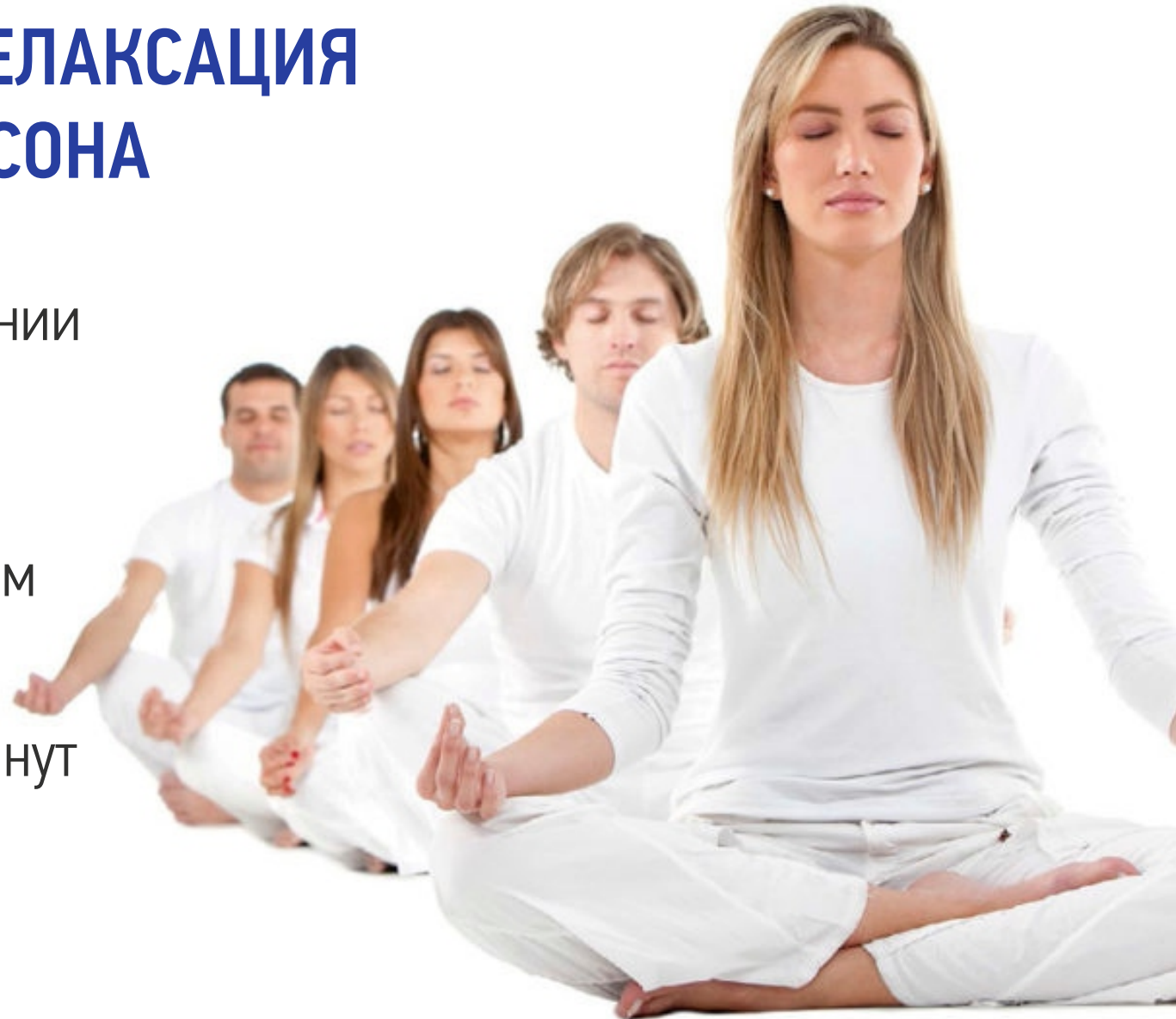
Многие онкобольные утрачивают связь со своим телом, испытывают враждебность и не верят в его способность справиться с заболеванием.

И наоборот, научившись управлять телом, расслабляться, воздействовать на свой организм, человек снова начинает доверять способности тела сопротивляться болезни.



2 ЭТАП: ПРОГРЕССИВНАЯ МЫШЕЧНАЯ РЕЛАКСАЦИЯ ПО МЕТОДУ ДОКТОРА ДЖЕЙКОБСОНА

- ✓ Заключается в напряжении и расслаблении всех групп мышц тела в определенной последовательности
- ✓ Если тело подчиняется, значит процессом болезни можно управлять.
- ✓ Периодичность: трижды в день по 15 минут



3 ЭТАП: ВИЗУАЛИЗАЦИЯ 1/1

Авторы метода визуализации в работе с онкобольными:



Карл Саймонтон

*врач, радиоонколог, директор Даласского
центра онкологических исследований (США)*



***Стефани
Метьюз-Саймонтон***

психолог

ОСОБЕННОСТИ РАБОТЫ С ВИЗУАЛИЗАЦИЕЙ 1/2

- ✓ СТРАХ ОБРАЗА БОЛЕЗНИ
- ✓ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ КОМПОНЕНТЫ БОЛИ
- ✓ НЕРАЗВИТОЕ ВООБРАЖЕНИЕ
- ✓ ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА ВИЗУАЛИЗАЦИИ
ПРИ ДРУГИХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ

*РАБОТА С ВООБРАЖЕНИЕМ – ЭТО СПОСОБ
НАПРАВИТЬ СЕБЯ НА ПУТЬ К ИСЦЕЛЕНИЮ*



ГРУППОВАЯ И СЕМЕЙНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ – ВАЖНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ РАБОТЫ С ОНКОБОЛЬНЫМИ

- ✓ ВОВЛЕЧЕНИЕ В ПРОЦЕСС ИСЦЕЛЕНИЯ БОЛЬНОГО ЕГО РОДНЫХ И БЛИЗКИХ
- ✓ МЕТОДЫ ДУХОВНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ В ГРУППОВОЙ И СЕМЕЙНОЙ ПРАКТИКЕ



ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ПРОСВЕЩЕНИЕ 2/1

1. Онкозаболевание – это реакция тела на разрушительный стресс

-Рак легких – утрата смысла своего существования, страх, который приводит к бездействию.

-Опухоли женских и мужских половых органов – негативное отношение к своему полу, обида на партнера, отрицательные эмоции, связанные с сексуальной жизнью.

-Опухоль мозга – отрицание, упрямство, эгоцентризм, излишняя настойчивость, обидчивость, агрессивность, зависть, гнев, злоба.

-Рак желудка – нежелание адаптироваться к каким-либо обстоятельствам, страх, тревога, напряжение, длительные проблемы с общением.

-Рак крови – неприятные переживания, которые «застревают» в душе человека. Это детские обиды, ощущение ненужности и одиночества, неприязнь или злость по отношению к родным.

Душевное состояние играет важную роль в развитии патологии.

Направив мышление в позитивное русло, человек стимулирует свою иммунную систему, а она, в свою очередь, начинает уничтожать дефектные клетки.

СЛОВА И ВЫРАЖЕНИЯ, СОЗДАЮЩИЕ И ПОДДЕРЖИВАЮЩИЕ БОЛЕЗНИ 2/2

Остеохондроз: взвалил груз забот, несу свой крест, сидят у меня на шее.

Рак: что-то меня гложет, он отравляет мне жизнь, я сам себе не принадлежу, надоело все до смерти, гори все огнем, смертельно устал.

Язва желудка: ну ты язва! Не перевариваю его, кислое настроение.

Урологические заболевания: сидит в почках, моча в голову ударила, нет сил.

Бронхиальная астма: найти отдушину, дать волю гневу, перекрыть кислород, чихать я хотел!
Плевать!

Инфаркт миокарда: принимаю близко к сердцу, сердце разрывается, удар в самое сердце, сердце кровью обливается, аж сердце замерло.

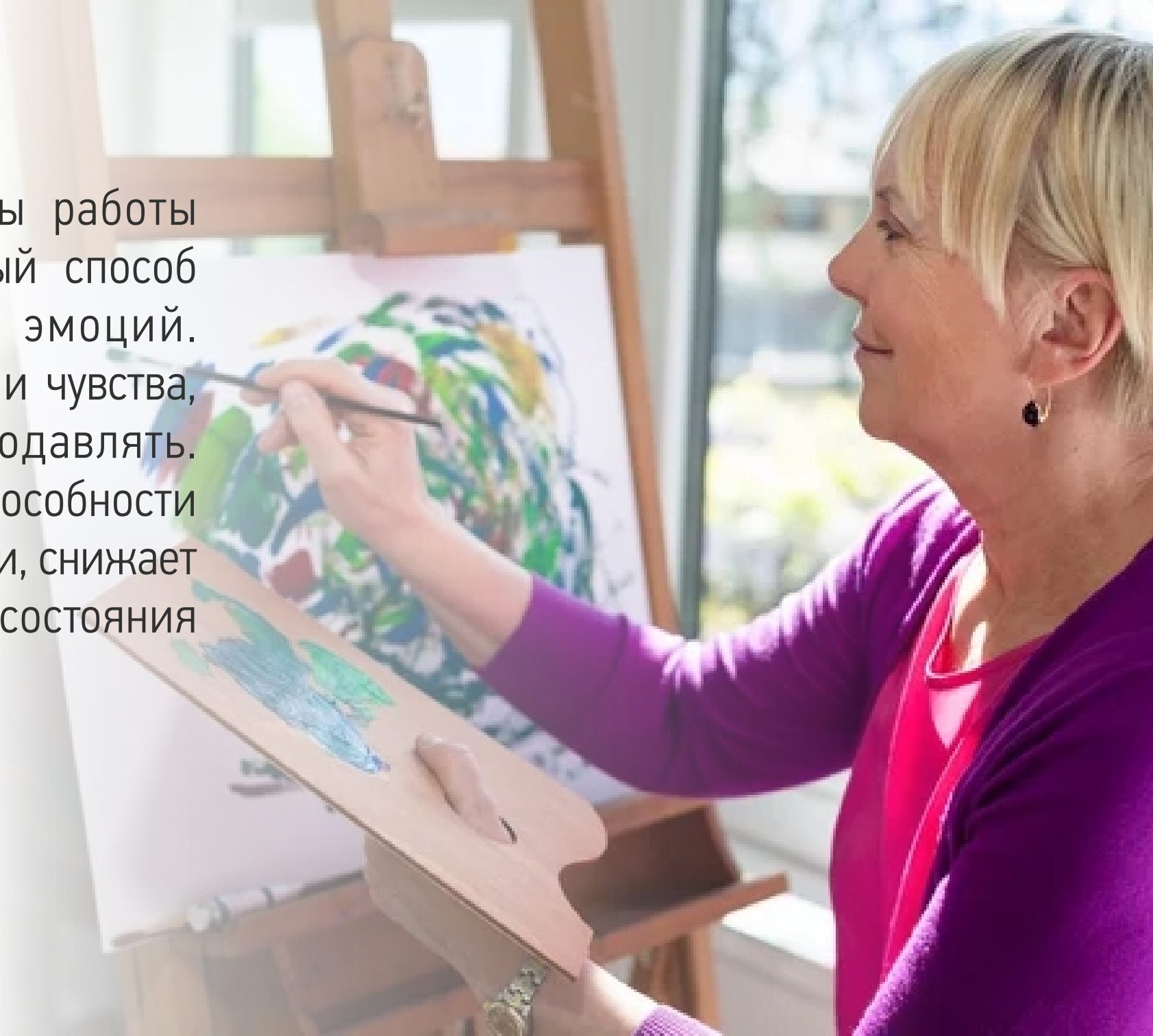
МЕТОДЫ ДУХОВНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ТЕРАПИИ В ПРОЦЕССЕ ИСЦЕЛЕНИЯ БОЛЬНЫХ 3/1

- ✓ АРТ-ТЕРАПИЯ
- ✓ РАССТАНОВКИ НА КУКЛАХ И КАРТАХ
- ✓ МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ
- ✓ ТАРОЛОГИЯ
- ✓ ХОЛОДИНАМИКА
- ✓ СИМВОЛДРАМА
- ✓ КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ
- ✓ ИНТЕГРАТИВНАЯ ПЕСОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ



АРТ-ТЕРАПИЯ 3/2

Арт-терапевтические методы работы с больными – это безопасный способ разрядки разрушительных эмоций. Позволяет проработать мысли и чувства, которые человек привык подавлять. Повышает адаптационные способности человека к повседневной жизни, снижает негативные эмоциональные состояния и их проявления.



РАССТАНОВКИ НА КУКЛАХ И КАРТАХ 3/3

- ✓ Позволяют вывести клиента из рационального мышления.
- ✓ Перевести на эмоциональный и телесный уровень.
- ✓ Погрузить клиента в его ресурс.
- ✓ Увести от реальной травмы в перенос.



МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ 3/4

МАК – эффективный инструмент, позволяющий исследовать ассоциации и образы человеческого подсознательного, обойти сопротивление и раскрыть субъективные причины неэффективных паттернов поведения.

Позволяет понять, что вызвало болезнь, минимизировать ее проявление, способствовать выздоровлению человека в короткие сроки.

В работе с тяжелой психосоматикой эффективны колоды: «Сорре», «Исцеление внутреннего ребенка», «Мама», «Руки», «Персона», «Сценарий в действии» и др.



ТАРОЛОГИЯ 3/5

Работа с Таро в рамках психотерапевтической практики позволяет обойти многие механизмы сопротивления больного. Клиент имеет возможность с помощью архетипов найти ту проблемную точку, которая требует разрешения и блокирует нормальное течение жизни.



ХОЛОДИНАМИКА 3/6

Холодинамика – область духовной психологии, позволяющая эффективно работать с проблемой не только в более сжатые сроки (дни, месяцы), но и рассматривать ситуации, находить их корни и исцелять как в детстве, так и с точки зрения родовых систем и прошлых воплощений.



КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ 3/7

Позволяет больному:

- ✓ Обнаружить свои негативные мысли.
- ✓ Находить связь между знаниями, аффектами и поведением.
- ✓ Интерпретировать их более реалистично и позитивно.
- ✓ Выявлять и изменять дезорганизующие убеждения, ведущие к психосоматозам.



ИНТЕГРАТИВНАЯ ПЕСОЧНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ 3/8

- ✓ Это метод психологического воздействия, дающий возможность естественного и безболезненного вмешательства в психику больного.
- ✓ Позволяет решать диагностические, коррекционные, терапевтические задачи.

«Картина на песке может быть понята, как трехмерное изображение какого-либо аспекта душевного состояния. Неосознанная проблема разыгрывается в песочнице, подобно драме, конфликт переносится из внутреннего мира во внешний и делается зримым».

Юнгианский психоаналитик
Дора Кальфф



СИМВОЛДРАМА 3/9

Является проективным методом, позволяющим мягко и нетравматично проработать переживания и глубокие противоречия, не вынося их на осознание, не вскрывая болезненные травмы. В результате больной получает устойчивую позитивную самооценку, которая дает ему шанс двигаться к выздоровлению.



ПРОРАБОТКА МОТИВОВ В СИМВОЛДРАМЕ 4/1



ЦВЕТOK 4/2

- ✓ Позволяет больному улучшить отношения с самим собой, работать с актуальным психическим состоянием.
- ✓ **Послание бессознательному:
я познаю себя, учусь сам с собой
взаимодействовать, достигаю гармонии.**



ВВЕРХ ПО РУЧЬЮ 4/3

- ✓ Возвращает человека к своим истокам – событиям детства, юности. Позволяет получить ресурсы, избавиться от детских обид.
- ✓ **Послание бессознательному:**
я возвращаюсь к прошлым ситуациям и меняю отношение к ним.



ЛУГ 4/4

- ✓ Работа с символом луга – это работа с отношением к ценностям своей жизни.
- ✓ **Послание бессознательному:
я делаю свою жизнь удобнее,
комфортнее, уютнее.**



ГОРА 4/5

- ✓ Гора — это символ движения вверх. Достигая вершины, человек идентифицирует себя с важной отцовской или материнской фигурой.
- ✓ **Послание бессознательному:
я делаю свою жизнь удобнее,
комфортнее, уютнее.**



СУЩЕСТВО ИЗ ЛЕСА 4/6

- ✓ Путем выхода символа на поляну вывести на свет отщепленные и вытесненные человеком тенденции. Это работа с отвергаемыми частями своего «Я».
- ✓ **Послание бессознательному:**
я принимаю то, что отвергал
в себе и использую это себе
во благо.



РЕЗЮМЕ

Описанный духовно-ориентированный подход к работе с онкологическими больными в течение 3 лет многократно использовался мной и моими коллегами.

Мы имеем множество примеров стойкой, длительной ремиссии: больные не просто чувствуют себя хорошо, но имеют возможности для самореализации, личностного роста и улучшения качества жизни.

Сочетание духовно-ориентированной терапии с методами традиционной медицины позволяет успешно работать не только с онкологией, но и с системными заболеваниями: (системная красная волчанка, гепатит С, склеродермия т. д)

Мы продолжаем исследования в этой области. Буду благодарна за отзывы, замечания и предложения по совершенствованию подхода.

Спасибо всем тем, кто сможет использовать приведённый здесь метод или его фрагменты в своей работе.

*«Исцеление - это нелегкий обратный путь от болезни к
здоровью. Возможности психотерапевта: помочь больному
превратиться из жертвы в активного и побеждающего
борца за свое здоровье».*

К. и С. Саймонтон