

# Семинар-практикум «МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ В ПСИХОКОРРЕКЦИИ СЦЕНАРНЫХ РЕШЕНИЙ И СТРАТЕГИЙ ПОВЕДЕНИЯ»

*Э. Берн:* Сценарий - бессознательный жизненный план, который составляется в детстве, подкрепляется родителями, оправдывается ходом жизненных событий и составляется в виде драмы, имеющей начало, середину и финал (расплата). При его проигрывании мы бессознательно избираем поведение, приближающее к расплате. Ранние сценарные решения - наилучшая стратегия ребенка с целью выживания в мире, который кажется ему враждебным или угрожающим жизни.

*Я. Стюарт, В. Джонс:* Подчиняясь сценарию, человек интерпретирует окружающую реальность так чтобы оправдать свои сценарные решения. Находясь в эго-состоянии Ребенка, он воспринимает любую угрозу своему сценарному представлению о мире как препятствие в удовлетворении насущных потребностей или угрозу самому существованию.

*Ф. Инглиш:* Тайны и жесткие родительские предписания (проклятья), в семьях передаются из поколения в поколение. Чтобы от них избавиться, родственники перебрасывают родовые проклятия, как «горячую картошку». Чаще всего «перебрасываются» сценарии, имеющие трагическую развязку.

## В программе:

- сущность и основа формирования сценарных решений и стратегий поведения,
- техники работы с метафорическими ассоциативными картами:
  - ✓ выявление сценарных установок и драйверов, которые их запускают;
  - ✓ работа с искажением реальности (игнорирование, преувеличение, обесценивание и т.п.),
  - ✓ психотерапия неосознаваемых сценарных решений,
  - ✓ проработка сценарных ловушек: анализ конструктивных стратегий выхода,
  - ✓ работа с триадой «Преследователь» – «Спаситель» – «Жертва»,
  - ✓ перевод сценарных запретов в разрешения,
  - ✓ проработка рэкетных чувств и вторичных выгод,
  - ✓ анализ и коррекция сценарной расплаты,
  - ✓ работа с минискриптом: анализ и формирование конструктивных жизненных стратегий,
  - ✓ использование сценарных сюжетов для формирования ресурсных состояний и личностного развития.

## Участники смогут:

- ✓ овладеть навыками оказания психологической помощи по широкому спектру сценарных проявлений,
- ✓ научиться корректировать стратегии поведения и принятия ответственных жизненных решений,
- ✓ овладеть приемами анализа и осознания аутентичных эмоций и формирования конструктивных стратегий поведения,
- ✓ усовершенствовать умения и навыки формирования и поддержания ресурсных состояний.

**Семинар предназначен:** для практикующих психологов, коучей и ведущих тренинговых групп, а также для студентов, изучающих психологическое консультирование и психотерапию.