



10 ЛЕТ  
ФОНД  
ТИМЧЕНКО

МАСТЕР-ШКОЛА

# РАБОТА ПРИЮТОВ И КРИЗИСНЫХ ЦЕНТРОВ ДЛЯ МАМ С ДЕТЬМИ

7-9 ДЕКАБРЯ 2021 | Онлайн



# **КАК СПАСТИ ПРИНЦЕССУ???**

ВРАЧ-ПСИХОТЕРАПЕВТ ЯРОСЛАВЦЕВА Т.Г.

МОО «АИСТЕНОК»

Г. ЕКАТЕРИНБУРГ 2021 Г.

# БАЗОВЫЕ ПОТРЕБНОСТИ

	Потребность	Ловушки ( Ранние дезадаптивные схемы)
1	Базовая безопасность	Эмоциональная депривация. Покинутость ( нестабильность). Недоверие ( ожидание жестокого обращения). Социальная отчужденность. Дефективность.
2	Самостоятельность	Неуспешность Зависимость ( беспомощность) Уязвимость. Неразвитая идентичность
3	Реалистичные ограничения	Привилегированность. Недостаточность самоконтроля
4	Связь с другими. Сопереживание	Покорность. Самопожертвование. Поиск одобрения.
5	Самовыражение. Спонтанность	Подавление эмоций. Жесткие стандарты. Пессимизм. Пунитивность

# ВЛИЯНИЕ ЛОВУШЕК

		Послание
1	Отверженность	Не бросай меня!
2	Недоверие и жестокое обращение	Я тебе не доверяю!
3	Эмоциональная депривация	Меня никогда не полюбят!
4	Изгнание из общества	Я не такой, как все...
5	Зависимость	Я сам не справлюсь.
6	Уязвимость	Вот-вот случится беда
7	Неполноценность	Я никуда не гожусь
7	Несостоятельность	Я чувствую себя неудачником
9	Покорность	Я все сделаю по-твоему!
10	Завышенные стандарты	Всегда можно сделать еще лучше
11	Избранность	Я получаю все, что хочу

# ДЕТСКИЕ РЕЖИМЫ



Уязвимый ребенок



Импульсивный ребенок



Агрессивный ребенок



Недисциплинированный  
ребенок



Счастливый ребенок



# КОПИНГИ



## Капитуляция

- Полностью согласен с негативными установками
- Отказ от борьбы и преодоления



## Избегание

- Уходит от проблем и чувств
- Часто формируются зависимости



## Гиперкомпенсация

- Действует вопреки чувствам и «пугающим» мыслям
- Часто идет по пути разрыва контакта с собой и гиперконтроля.



# РОДИТЕЛЬСКИЕ РЕЖИМЫ



Требовательный



Критикующий



Наказывающий



Заботливый

# ФИОНА



- В некотором царстве у Короля и Королевы родилась прекрасная Дочь. Но к великому огорчению Родителей, злая Ведьма проклиняет ее, так что с наступлением темноты прекрасный лик юной наследницы превращался в уродливый образ огра (гигантского людоеда с крайне ограниченными интеллектуальными способностями). Пока Фиона была совсем маленькой и не представляла для челяди особенной опасности, ее прятали в стенках Замка, а на ночь запирали в детской комнате. Когда же Принцесса подросла, и венценосные Родители уже не могли защитить от нее своих подданных, им ничего не оставалось, как запереть ее в специально построенном для этого случая замке в особой Башне и доверить охрану возлюбленной Дочери огромному дракону.



# ФИОНА

## «Ловушки»

- Отверженность
- Недоверие и жестокое обращение
- Эмоциональная депривация
- Изгнание из общества
- Зависимость
- Уязвимость
- Неполноценность
- Несостоятельность
- Покорность
- Завышенные стандарты
- Избранность

## • Режимы

- Детские:
- Уязвимый, Импульсивный, Агрессивный, Недисциплинированный, Счастливый.
- Родительские:
- Критикующий, Требовательный, Наказывающий, Заботливый
- Копинги:
- Избегание
- Капитуляция
- Гиперкомпенсация

# РАПУНЦЕЛЬ



- Рапунцель до шестнадцати лет живёт в высокой башне, лишь воображая, как выглядит окружающий мир, и проводит все своё время, занимаясь творчеством и играя с лучшим другом — хамелеоном Паскалем. Целеустремлённая и любознательная, Рапунцель строит планы, как выбраться из башни, увидеть мир и раскрыть загадку таинственных фонариков в небе.
- Её встреча с Флином Райдером становится судьбоносной: они вместе отправляются навстречу долгожданному приключению и исполняют самые смелые мечты Рапунцель!

# РАПУНЦЕЛЬ

## «Ловушки»

- Отверженность
- Недоверие и жестокое обращение
- Эмоциональная депривация
- Изгнание из общества
- Зависимость
- Уязвимость
- Неполноценность
- Несостоятельность
- Покорность
- Завышенные стандарты
- Избранность

## • Режимы

- Детские:
- Уязвимый, Импульсивный, Агрессивный, Недисциплинированный, Счастливый.
- Родительские:
- Критикующий, Требовательный, Наказывающий, Заботливый
- Копинги:
- Избегание
- Капитуляция
- Гиперкомпенсация

# БЕЛОСНЕЖКА



- Белоснежка покоряет всех своей безграничной добротой и неземной красотой. Милая и заботливая, принцесса всегда готова прийти на помощь — этими качествами и воспользовалась Злая Королева, мачеха Белоснежки, чтобы сжить со света свою падчерицу.
- Белоснежка, вынужденная покинуть родной замок и прятаться в лесу, не поддаётся отчаянию и старается сохранять оптимизм. Благодаря своей вере в лучшее, она встречает верных друзей — семерых гномов, и находит свою любовь.

# БЕЛОСНЕЖКА

## «Ловушки»

- Отверженность
- Недоверие и жестокое обращение
- Эмоциональная депривация
- Изгнание из общества
- Зависимость
- Уязвимость
- Неполноценность
- Несостоятельность
- Покорность
- Завышенные стандарты
- Избранность

## • Режимы

- Детские:
- Уязвимый, Импульсивный, Агрессивный, Недисциплинированный, Счастливый.
- Родительские:
- Критикующий, Требовательный, Наказывающий, Заботливый
- Копинги:
- Избегание
- Капитуляция
- Гиперкомпенсация

# ТИАНА



- Тиана мечтает выполнить обещание, данное отцу, и открыть собственный ресторан. Чтобы накопить нужную сумму, она работает так много, что забывает о других важных вещах: любви, семье, развлечениях.
- Целеустремлённая Тиана считает, что сможет всего добиться только своим упорным трудом. Но судьба распоряжается иначе: Тиана целует принца-лягушку и отправляется вместе с ним в удивительное приключение по хранящим множество тайн рекам и болотам Луизианы.

# ТИАНА

## «Ловушки»

- Отверженность
- Недоверие и жестокое обращение
- Эмоциональная депривация
- Изгнание из общества
- Зависимость
- Уязвимость
- Неполноценность
- Несостоятельность
- Покорность
- Завышенные стандарты
- Избранность

## • Режимы

- Детские:
- Уязвимый, Импульсивный, Агрессивный, Недисциплинированный, Счастливый.
- Родительские:
- Критикующий, Требовательный, Наказывающий, Заботливый
- Копинги:
- Избегание
- Капитуляция
- Гиперкомпенсация



# ЭЛЬЗА



- Со стороны может показаться, что Эльза рождена быть королевой — она царственная, изящная, гордая и целеустремленная. Но на деле она живёт в постоянном страхе из-за страшного секрета, хранимого уже давно, — Эльза способна управлять снегом и льдом. Это очень красивая способность, однако она опасна для окружающих. Однажды её магия чуть не убила её младшую сестру Анну, и Эльза заточила себя от всех, стараясь сдержать мощь растущей магической способности. Всплеск эмоций привел к тому, что целое королевство было заточено в вечных льдах вечной зимы, которую Эльза не в силах остановить. Она боится, что станет монстром и никто, даже её младшая сестра Анна, не сможет ей помочь. Но, несмотря на это, она все равно любит и защищает свою сестру.

# ЭЛЬЗА

## «Ловушки»

- Отверженность
- Недоверие и жестокое обращение
- Эмоциональная депривация
- Изгнание из общества
- Зависимость
- Уязвимость
- Неполноценность
- Несостоятельность
- Покорность
- Завышенные стандарты
- Избранность

## • Режимы

- Детские:
- Уязвимый, Импульсивный, Агрессивный, Недисциплинированный, Счастливый.
- Родительские:
- Критикующий, Требовательный, Наказывающий, Заботливый
- Копинги:
- Избегание
- Капитуляция
- Гиперкомпенсация

# КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИЯ

1	Текущие проблемы	Проблемы, которые беспокоят в настоящий момент? Что клиент хочет получить вместо этого? Актуальный контекст
2	Контекст.	«Непсихологические» значимые факторы
3	Прошлый опыт . Риски и ресурсы	Как у клиента формировалась ранняя привязанность. Ключевые угрозы, страхи, травмы, безопасное поведение.
4	«Ловушки»	«Ограничивающие» убеждения
5	Ценности	Что на самом деле важно для клиента? Ради чего он готов терпеть дискомфорт и идти на риск? Каким человеком он хочет быть?
6	Мотивация на изменения	Что клиент готов сделать уже сегодня, чтобы жить более наполненной жизнью, и двигаться в сторону ценностей?

# КОНЦЕПТУАЛИЗАЦИЯ

8	Значимые травматичные события	
9	Какие, как вам кажется, существуют персональные проблемы/барьеры при работе с данным клиентом	
10	Выделите дальнейшие мишени в терапии, согласно заполненной таблицы	

**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!!**

