Блінов О.А., доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри соціальних технологій Національного авіаційного університету

ЕМОЦІЙНО-ОБРАЗНА ТЕРАПІЯ ОБРАЗИ (ВИПАДОК З ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ)

Особисте життя та діяльність людини супроводжується переживаннями стресових станів. Образа є стійким енергетично насиченим психічним станом негативної спрямованості. Вона виникає в результаті переживання інформаційно-емоційного стресу і значно впливає на поведінку людини. Лікування образи можливе за допомогою емоційно-образної терапії (ЕОТ), яка є сучасним психотерапевтичним методом [1].

У моїй психологічній практиці був випадок коли звернулася за допомогою двадцятирічна дівчина зі скаргою на відчуття важкості в області серця, «душевний біль», уявне каміння, яке лежить на «червоній стрічці що під напругою». З ЕОТ ми знаємо, що образа є стриманим звинуваченням. Вона виявляється у прихованій тілесній напрузі, покликаній стримувати емоції, і зазвичай асоціюється з образом каменя [2].

Попередня інформація отримана від пацієнтки та знання трансформації образів дозволило нам сформулювати гіпотезу та організувати роботу з терапії образи. Вона була проведена відповідно до схеми роботи ЕОТ, призвела до відпущення образи на іншу людину та відмови від уявної компенсації.

Таким чином, ЕОТ є ефективним методом психотерапії образи, який спроможний вирішити проблему людини.

Список використаних джерел:

1. Линде Н. Д. Эмоционально-образная (аналитически-действенная) терапия: чувство-образ-анализ-действие. М. : Генезис, 2015. 384 с.

2. Линде Н. Д. Психологическое консултирование: Теория и практика: Учеб. пособие для студентов вузов / Н. Д. Линде. М. : Аспект Пресс, 2011. 255