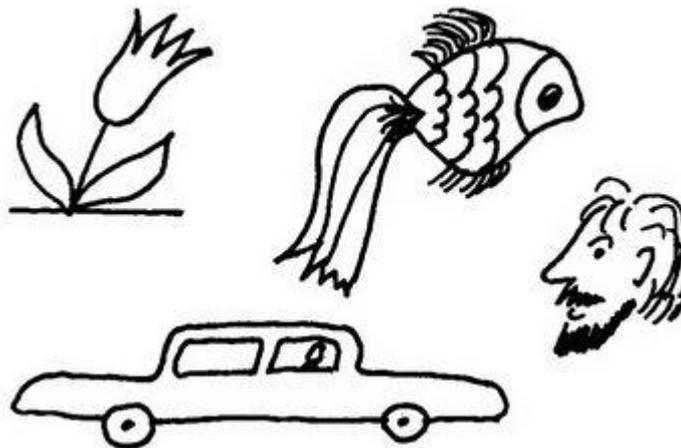


ЧЕТЫРЕ ПЕРСОНАЖА



Проективная графическая методика для взрослых - "Четыре персонажа"

Как увидеть и услышать то, что взрослый или ребенок бессознательно скрывает не только от вас, но и от самого себя?

Можно воспользоваться проективной методикой «Четыре персонажа» в целях психодиагностики и оказания дальнейшей психологической помощи самостоятельно. Возможно, что поняв свои проблемы, вы сможете без труда избавиться от них, изучив и проанализировав особенности своей собственной личности.

Методика "Четыре персонажа" может быть использована не только в индивидуальном, но и в семейном консультировании. В этом случае надо предложить нарисовать в виде четырех персонажей не только себя, но и других членов семьи (супруга, детей, родителей). Затем можно сравнить и обсудить полученные рисунки по принципу "я — в своих глазах" и "он — моими глазами".

Инструкция: "Изобразите себя в образах четырех персонажей — растения, животного, неодушевленного предмета и человека. Мы не оцениваем художественные способности и портретное сходство, а хотим лучше понять Вас и Ваши переживания. Рисунок человека не обязательно должен быть Вашим автопортретом — Вы можете изобразить человека любого пола и возраста, в любом историческом времени. Главное — чтобы он наилучшим образом выражал важные для Вас особенности".

При обсуждении задания необходимо задать вопросы "Что это такое?" и "Что общего между Вами и этими персонажами?".

Напоминаем, что самое значимое изображение окажется наиболее крупным по линейным размерам, усиленный нажим или штриховка связаны с тревогой относительно тех или иных деталей рисунка.

Краткая интерпретация основных типов рисунков, которые чаще всего встречаются в нашей практике. В качестве наиболее существенных признаков самого себя люди обычно выделяют:

- 1) Особенности личности, черты характера;
- 2) Пристрастия и интересы ("люблю спорт", "ненавижу жадность");
- 3) Психические состояния (печаль, страх, надежда и т. Д.);
- 4) Описание ситуаций, в которых человек оказался ("меня все бросили", "обманули", "это несправедливо").

Заметим, что изображение по типу 1) и 3) есть результат обращения к самому себе, описания того, "какой я", а описания по типу 2) и 4) смещают центр тяжести во внешний мир, на внешние объекты, отношения к человеку других людей. Человек, избравший способ самопредъявления по типу 2)/4), мыслит себя как результат действия внешних сил, а свое психическое благополучие связывает с наличием или отсутствием конкретных внешних объектов. Часто чрезмерно суженный способ самопонимания сам по себе является источником психологических проблем.

Самовосприятие людей по типу 1)/3), наоборот, имеет точкой отсчета то или иное внутреннее состояние и распространяет его на внешний мир. Такие люди не считают, что изменение внешней обстановки или окружения может им чем-то помочь, поскольку не связывают свои состояния с внешними стимулами. Иногда подобная избирательная "слепота" сама по себе служит источником препятствий на пути к самопознанию, поскольку такие люди отказываются от изменений внешней обстановки и среды. Более того, само начало активных действий они связывают с тем моментом, когда какое-либо состояние у них "пройдет". Это чрезвычайно затрудняет для них выход из кризисных ситуаций, так как они занимают пассивно-выжидательную позицию, считая улучшение своего состояния функцией не своих действий, а, скорее, времени ("время — лучший лекарь"), не хотят видеть связь между собственными переживаниями и внешними событиями, воспринимая свои эмоциональные реакции, в лучшем случае, как независящие от них "особенности организма".

1. Домашние животные.

Выбор их для самопредставления свидетельствует о тенденции "приручить" свою жизненную энергию. "Собака"— тенденция к зависимости, подчинению. Часто отождествляется на житейском уровне с верностью и служением.

"Кошка"— потребность в тактильном контакте, самоизоляции, предпочтение несловесного взаимодействия словесному.

"Птицы в клетках" и "рыбы в аквариумах"— тенденции к подавлению сигналов своего тела, самоподавлению, стремление к подчинению себе своей витальности, нередко с оттенком самолюбования.

"Корова"и другие "полезные" животные, служащие источником питания — отождествление себя с ролью "кормильца" или "кормилицы", стремление давать больше, чем получать, оставляя окружающих с ощущением вины, в роли должников (часто неосознанное).

"Вьючные животные"— при негативном отношении к персонажу — "на мне все ездят".

Тенденция к обвинению окружающих, маскирующая неспособность взять ответственность за свою жизнь на себя, предоставление другим права решать за себя с последующим предъявлением претензий за это. При позитивном отношении — восприятие своей витальности и телесности как источника энергии и силы.

2. Дикие животные.

Их образы могут быть выбраны по разным основаниям.

Выбор конформного** образа. Например, "голубь — символ мира, а я очень добрый человек".

Это свидетельствует об отказе от исследования проблем, связанных с собственной витальностью.

Выбор "презираемых", подземных и ночных животных — представление о витальности как средоточии всего негативного и отрицаемого в себе (мыши, крысы, черви, пауки и др.).

Опасные животные (скорпионы, волки и др.), символизирующие угрозу жизни для человека, — восприятие своей витальности как непредсказуемой, угрожающей. Тенденции к самоподавлению.

Животные, символизирующие силу, власть или особые способности (слоны, львы, орлы и др.) — восприятие своей витальности как источника позитивной энергии, особых ресурсов и силы.

Животные — сказочные герои интерпретируются в соответствии с тем пониманием роли персонажа, которое есть у человека.

3. Стилизованные и фантастические животные

— персонажи книг и мультфильмов (Винни-Пух, Чебурашка, Микки Маус и т.д.) — отказ от анализа проблем своей витальности.

4. Изображение конкретных животных, принадлежащих человеку.

Они интерпретируются в соответствии с теми потребностями, которые он удовлетворяет в контакте с данным животным. Следует помнить, что человек, заводящий домашнее животное, удовлетворяет в общении с ним те потребности, которые не может, с его точки зрения, удовлетворить в контакте с окружающими людьми.

РАСТЕНИЕ.

В общем случае этот персонаж отражает отношение человека к процессу своего развития, роста и его отдельным фазам; способность использовать ресурсы, имеющиеся в наличии, без необходимости смены ситуации (растение не способно к передвижению); степень привязанности к собственному прошлому (растение с корнями или срезанное).

1. Выбор конформного символа ("береза — символ женственности", "мио́за — мой любимый праздник — Восьмое марта"). Отказ от анализа проблем своего развития и личной истории.

2. Комнатные растения в горшках — отрицание возможности выхода из конкретной семейной, чаще всего — детско-родительской, ситуации.

3. "Полезные" растения (овощи, фрукты, продукты питания)— идентификация с ролью "кормильца" или "кормилицы".

4. Букет в вазе — интерпретируется в зависимости от отношения человека к изображаемому ("бедные растения, сорвали, скоро они увянут" или "прекрасный букет, который принесли мне в подарок"). Может отражать отношение человека к перемене ситуации ("отрыву от корней"), выходу из детско-родительских отношений.

5. Деревья с висящими плодами — отождествление с родительской ролью и желание "остановить" процесс отделения своих детей.

6. "Колючие" растения (кактус, чертополох и др.)— агрессивные тенденции, восприятие своего развития как наращивания средств обороны от мира.

7. Растение без верхушки — чувство неопределенности будущего.

НЕОДУШЕВЛЕННЫЙ ПРЕДМЕТ.

В общем случае символизирует то, что лишено признаков витальности с точки зрения человека, "не может умереть", выражает стабильность или является предметом потребности. Иногда в качестве дополнительного вопроса можно предложить представить этот предмет живым и описать его жизнь. Неодушевленный предмет может символизировать то, что человек связывает с переживаниями стабильности и определенности в себе. С предметом также может связываться символ постоянства и верности, поскольку он не может "бросить" владельца по своей воле.

ЧЕЛОВЕК.

Если человек изображает себя персонажем иного пола, возраста или исторической эпохи, то это свидетельствует о наличии таких его особенностей и потребностей, которые не находят отклика в его нынешней ситуации.

Напомним, что во всех случаях необходим опрос испытуемого для уточнения значений рисунков.