

Метафорическая психотерапия Тимошенко Г.В.

Метафорическая психотерапия является методом психологически ориентированной психотерапии. Метод разрабатывается в России с 2008 года Тимошенко Г. В. и Леоненко Е. А. на основе авторской модели личности. Представление о структуре личности основывается на следующем - базовом для метафорической психотерапии - положении: жизнедеятельность человека есть последовательность решений всех задач, встающих перед ним в промежутке между его рождением и смертью. Личность авторы считают той составной частью психики, которая предназначена для решения человеком своих жизненных задач. При этом любая задача имеет трехчастную структуру (условия, результат и процесс решения), поэтому и структура личности должна соотноситься со структурой задачи и включать следующие составные части: систему понятий, описывающих представления человека о мире, себе и своем месте в этом мире (картину мира), систему его отношений к себе и миру (жизненную позицию), систему используемых им способов действия (базовые умения).

В метафорической психотерапии мишени - это неадекватно сформированные или некорректно используемые инструменты создания картины мира, критерии жизненной позиции и базовые умения. Предъявляемые клиентами симптомы не являются мишенями, а служат диагностическим материалом для определения базового личностного нарушения.

По причине взаимосвязанности всех содержательных частей метафорической психотерапии психотерапевтическое воздействие метода в высокой степени технологизировано. Работа ведется по выработанным алгоритмам с опорой на роль терапевта в качестве тренажера для клиента; на создание условий, когда будет невозможным для клиента дальнейшее использование им привычных (неконструктивных) способов жизнедеятельности; на помощь клиенту в формировании и апробации новых, конструктивных способов жизнедеятельности

Наличие авторской модели личности в метафорической психотерапии позволяет не только вести психотерапевтическую практику, но и использовать ее в таких областях, как работа с мышлением, коучинг, саморазвитие, построение команд, оказание психологической помощи в кризисных ситуациях и других.