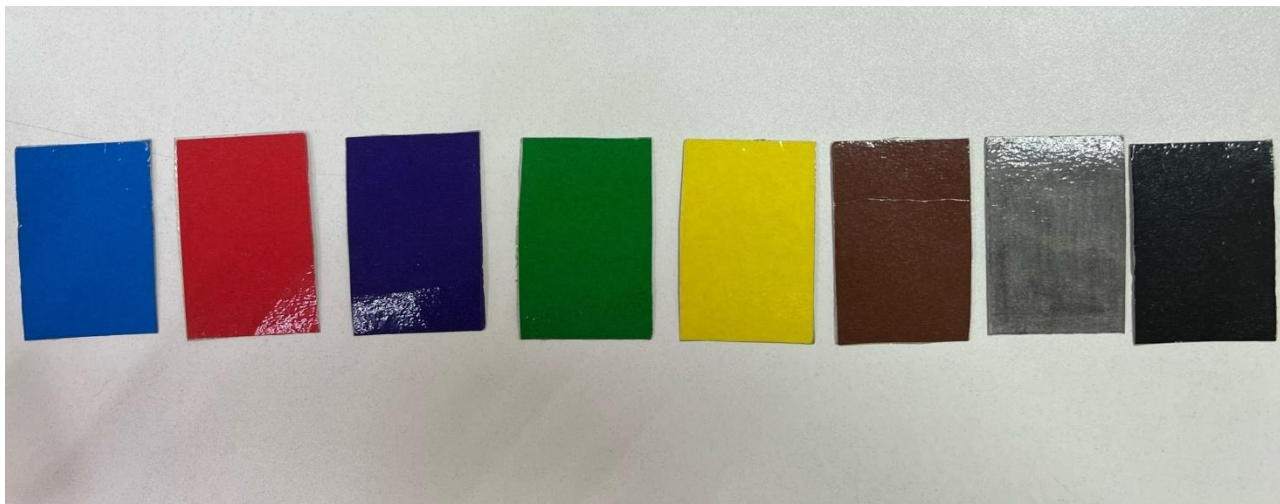


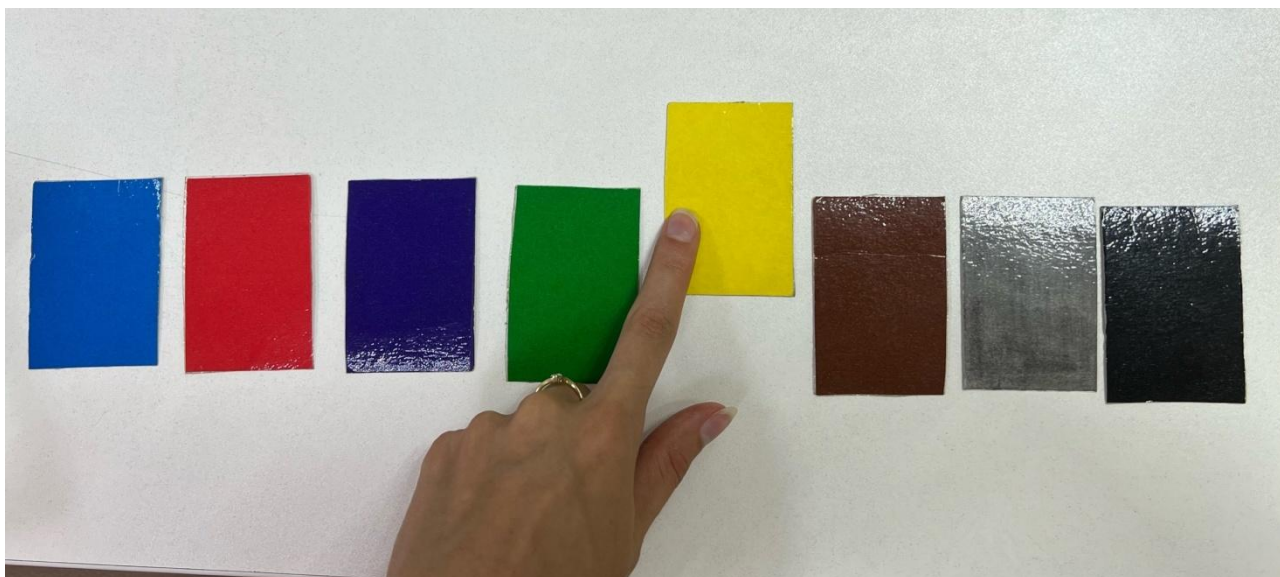
Содержательные материалы

Инструкция:

1 этап – сейчас я перед Вами буду раскладывать цветные карточки, а Ваша задача разложить цвета в порядке убывания, то есть от самого приятного до самого неприятного цвета на Ваш взгляд.



2 этап – сейчас я Вам буду называть слова или словосочетания, а Ваша задача постараться соотнести «слово» и «цвет», но главное: старайтесь ассоциировать не с цветом глаз, с любимым цветом или в цвете в одежде, а исключительно по Вашим ощущениям, стараясь опираться на первое впечатление.



Протокол:

... | ... | ..
«+» «=» «-»

Муж –	Настоящее –
Я –	Будущее -
Беременность –	Семья -
Ребенок -	Роды -

Примечание: специалист записывает порядковый номер цвета (шифр используется тот же, что и в «Цветовой тест Люшера», где: 1 – синий; 2 – зеленый; 3 – красный; 4 – желтый; 5 – фиолетовый; 6 – коричневый; 7 – черный; 0 – серый).

Интерпретация: распределение значимых стимулов по цветам дает нам понимание, что у девушки находится в приоритете (+), то есть «центр» ее мыслей и жизни на данный момент, где сконцентрированы эмоциональные переживания, реакции и отношение, далее мы можем выделить то, что у девушки находится на нейтралитете (=), то есть девушка к данным стимулам относится спокойно, без повышенной эмоциональности, и что на данный момент не является активным предметом ее мыслей и переживаний, также мы выявляем, к чему у девушки отрицательное отношение (-), то есть где выражена тревога, агрессия, неприязнь или страх, в том числе, наличие обиды.

Категория «Муж»: Нахождение «муж» на первом месте свидетельствует о повышенной любви и привязанности, в том числе чувство благодарности к ему и определение его потребностей в приоритет относительно личных желаний. Нахождение «муж» на втором месте свидетельствует о партнерских отношениях, уважительное отношение, любовь, понимание между супругами и развитой способностью договариваться, но личные потребности остаются в приоритете. Если «муж» находится на третьем месте и далее, то можем предполагать о скрытой обиде, недоговоренностях, часто встречается, если муж много работает и меньше проводит время с девушкой, оказывая помощь и поддержку в минимальном объеме, также нельзя исключать наличие конфликта. Чем ближе позиция «муж» а к «-», тем более выражен конфликт, необходимо уточнение ситуации.

Категория «Я»: Нахождение «Я» на первом месте свидетельствует об уважительном отношении к себе, приоритетность своих желаний и потребностей, что также может говорить о способности просить и принимать помощь, а также делегировать задачи. Если «Я» на втором месте, мы можем предполагать, что девушка несколько ущемляет и сдерживает себя, н-р: «беременность» на первом месте, а «я» на втором, пояснение девушки: «сейчас нужно заботиться о беременности, чтобы она развивалась, сейчас думаю только о ней», в данном случае наша задача как специалистов, перевести фокус внимания на «Я», поясняя, что беременность началась с нее и благодаря ей, в первую очередь, необходима забота о себе. Если «Я» находится на третьей позиции и далее, мы также можем сделать вывод о ее приоритетности потребности других, подавляя себя и свои желания, а также нельзя исключать искаженное самоотношение, заниженная самооценка и самоценность, возможен депрессивный фон настроения (в знаке «-»), необходимо уточнение и прояснении ситуации.

Категория «беременность»: Если «беременность» на первом месте, то мы можем предполагать о возможной тревоге относительно беременности, ее течения и рисков, также тревога может скрываться за демонстрируемой эйфорией (особенно, если в анамнезе есть перинатальный потери или беременность ЭКО). Нахождение на второй и третьей позиции – свидетельствует о адаптации к состоянию беременности и этап осознания имеющихся изменений. Нахождение «беременности» на позициях со знаком «=» говорит о нейтральном отношении к беременности, подавлению эмоций, а также возможно ощущение «нельзя радоваться, чтобы не испортить ничего». Нахождение «беременности» на позиции со знаком «-» говорит о негативном отношении к беременности, возможен депрессивный фон, необходимо уточнение и прояснении ситуации. Нахождение «беременность» на позициях «=» в третьем триместре беременности является вариантом нормы, так как адаптация к беременности уже произошла, а фокус внимания женщины перешел на формирование контакта с ребенком.

Категория «ребенок»: Если «ребенок» на первом месте, то мы можем предполагать о возможной тревоге относительно ребенка и его здоровья, также тревога может скрываться за демонстрируемой эйфорией (особенно, если в анамнезе есть перинатальный потери или беременность ЭКО). Нахождение на второй и третьей позиции – свидетельствует о адаптации к ребенку и этап формирования контакта с ним. Нахождение «ребенка» на позициях со знаком «=» говорит о нейтральном отношении к нему, отсутствия контакта, подавлению эмоций, а также возможно ощущение «нельзя радоваться, чтобы не испортить ничего». Нахождение «ребенка» на позиции со знаком «-» говорит о негативном отношении к нему, возможен депрессивный фон, необходимо уточнение и прояснении ситуации. Как

правило, в третьем триместе беременности «ребенок» выходит на первую позицию, что является вариантом нормы, так как женщина предвкушает роды и встречи с ребенком.

Категория «настоящее»: Если «настоящее» находится на первых позициях под знаком «+», то мы можем предполагать о том, что девушка находится в «здесь и сейчас», она использует адаптивное совладающее поведение и копинг-стратегии, однако в то же время, не исключено, что в настоящее время девушка испытывает те или иные трудности в определенных из сфер своей жизни». Нахождение «настоящего» на позициях под знаком «=» свидетельствует о стабильном эмоциональном состоянии женщины, психологическом благополучии, минимального уровня стресса. Нахождение «настоящего» на позициях под знаком «-» свидетельствует о полной неудовлетворенности имеющимися обстоятельствами, угнетенное состояние, возможен депрессивный фон, в том числе возможно влияние физического дискомфорта (токсикоз), необходимо уточнение и прояснение ситуации.

Категория «будущее»: Если «будущее» находится на первых позициях под знаком «+», то мы можем предполагать о том, что девушка находится в нервном напряжении или в ситуации стресса, так как стремится как можно скорее его избежать, смещая временную перспективу на будущее, она использует неадаптивные или относительно адаптивные совладающее поведение и копинг-стратегии, не исключено, что в настоящее время девушка испытывает те или иные трудности в определенных из сфер своей жизни». Нахождение «будущее» на позициях под знаком «=» свидетельствует о стабильном эмоциональном состоянии женщины, психологическом благополучии, минимального уровня стресса. Нахождение «будущего» на позициях под знаком «-» свидетельствует о наличии страхов и переживаний относительно предстоящих событий, возможен депрессивный и тревожный фон, необходимо уточнение и прояснение ситуации. На сроках третьего триместра часто встречается «будущее» на первых позициях, что является вариантом нормы и подчеркивает ожидание женщиной ребенка. Также, нахождение «будущее» на позициях под знаком «-» в период беременности может говорить о страхах родов, материнства и послеродового периода.

Категория «Семья»: Нахождение «семья» на первых двух позициях может свидетельствовать о семейности девушки, приоритетность и важность семьи, в том числе подавление своих потребностей, а также не исключены недоговоренности и нерешенные конфликты. Нахождение «семья» на третьей позиции и под знаком «=» может говорить о гармоничных отношениях в семье, ощущения спокойствия и уверенности, эмоциональной

стабильности. Нахождение «семья» на позициях под знаком «-» может свидетельствовать о достаточно напряженной обстановке внутри семьи в силу тех или иных обстоятельств, тревожности и подавленности, страхи, не исключен депрессивный фон, необходимо уточнение и прояснении ситуации.

Категория «роды»: Нахождение «роды» на первых позициях может говорить о некоторых тревоги и волнении, ожидания данного процесса, возможны те или иные страхи. Нахождение «роды» на позициях «=» говорит об адекватном отношении к родовым процессам, без повышенной тревожности и страхов, уверенность в себе и своих силах. Нахождение «роды» на позициях «-» говорит о выраженной тревоге и страхах относительно родовых процессов и их последствий. Нахождение «роды» на первых позициях на сроках третьего триместра беременности является вариантом нормы, так как женщина находится в предвкушении и ожидании встречи с ребенком и изменений физического состояния. Нахождение «роды» на первых позициях на сроках первого триместра беременности может говорить о повышенной тревоге относительно родовых процессов, страх боли или неудачный медицинский опыт, необходимо уточнение и прояснении ситуации.