ВЕГЕТОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТОДИКИ

Автор: словарь
23.11.2007 13:46 -

Вегетотерапевтические методики (лат. vegetatio — возбуждение, оживление) — составная часть райхианского анализа В. м. разработаны Райхом для расслабления телесного панциря у пациента, находящегося в измененном состоянии сознания, индуцированном интенсивным дыханием. В. м. включают в себя: 1) осуществляемое райхианским аналитиком прямое физическое манипулирование телом пациента; 2) проводимую самим пациентом под наблюдением психотерапевта работу по имитированию и провоцированию эмоциональных состояний; 3) выполнение пациентом специальных движений, ударов, физических упражнений; 4) работу над освобождением звука при эмоциональных проявлениях. Вегетотерапевтические техники различаются в зависимости от проработки того или иного круга мышечной брони (см. райхианский анализ). В.

Райх указывает, что по мере опускания с первого уровня (область глаз) до последнего (область таза) хронические мускульные зажимы сдерживают все более глубокие и значимые для пациента неоконченные эмоциональные переживания. В связи с этим, в райхианском анализе принята постепенная, последовательная телесная проработка защитного панциря сверху вниз, начиная с первого мышечного круга напряжений и заканчивая последним. В. Райх настаивает на том, чтобы переход к следующему уровню осуществлялся лишь после распускания брони и эмоционального высвобождения на предыдущем этапе. В качестве примера заметим, что одна из сильнейших и универсальных защитных мышечных систем находится в челюстном суставе (первый уровень телесной брони — область рта). Сомкнутые челюсти удерживают яростные атаки эмоций, пряча и маскируя чувства страха, ужаса, скрывая удовольствие, радость, сочувствие, формируя телесную маску, выражающую силу, уверенность, храбрость и полное самообладание.

Расслабление защитной брони на уровне рта осуществляется путем постоянного (в течение телесной работы) поддержания глубокого дыхания; надавливания на выдохе на мышцы в районе челюстного сустава до болевых ощущений; массирования телесных зажимов в районе рта, подбородка, челюсти; использования рвотного рефлекса; поощрения высвобождения напряжения через различные эмоциональные и звуковые проявления (агрессивные крики, гневные выпады, обвинительные речи, рыдания навзрыд, мольбы о любви и помощи и т. п.). Если после такой телесной проработки не последует психоаналитическая работа по анализу и интерпретации полученного вербального и невербального материала и сопротивлений его выражению, то достигнутое в ходе катартического отреагирования распускание мышечной брони через некоторое время сменится восстановленным хроническим напряжением.

А. В. Россохин