**Большой круг мандал**

**Тематическое расписание занятий**

[1. 02 октября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Изначальный исток» – 0 стадия.](#_Toc461699651)

[2. 16 октября 2016 года с 11:00 до 18:00. «День зимнего солнцестояния» - 1 стадия](#_Toc461699652)

[3. 30 октября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Блаженство» - 2 стадия](#_Toc461699653)

[4. 13 ноября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Лабиринт-спираль-вихрь» - 3 стадия](#_Toc461699654)

[5. 27 ноября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Начало. Принятие нового» - 4 стадия](#_Toc461699655)

[6. 18 декабря 2016 года с 11:00 до 18:00. «Мишень. Отстаивание себя» - 5 стадия](#_Toc461699656)

[7. 29 января 2017 года с 11:00 до 18:00. «Битва с драконом» - 6 стадия](#_Toc461699657)

[8. 12 февраля 2017 года с 11:00 до 18:00. «Оквадрачивание круга» - 7 стадия](#_Toc461699658)

[9. 26 февраля 2017 года с 11:00 до 18:00. «ЭГО. Действия в мире» - 8 стадия](#_Toc461699659)

[10. 12 марта 2017 года с 11:00 до 18:00. «Кристаллизация» - 9 стадия](#_Toc461699660)

[11. 26 марта 2017 года с 11:00 до 18:00. «Ворота смерти» - 10 стадия](#_Toc461699661)

[12. 09 апреля 2017 года с 11:00 до 18:00. «Фрагментация. Распад на части» - 11 стадия](#_Toc461699662)

[13. 23 апреля 2017 года с 11:00 до 18:00. «Трансцедентальный экстаз» - 12 стадия](#_Toc461699663)

[14. 14 мая 2017 года с 11:00 до 18:00. Интеграция полученного опыта](#_Toc461699664)

# 02 октября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Изначальный исток» – 0 стадия.

Теоретические основы Большого круга мандал. Форма и содержание. Терапевтические стратегии.

 Эта стадия, в которой нет ничего, и есть всё, поскольку она находится за пределами материального мира. Стадия, из которой мы выходим и в которую возвращаемся. Это источник бытия, но это же небытие. Там нет форм, нет звуков, нет тела, но есть бесконечное число возможностей. В Юнгианской терминологии 0 стадия — это Самость, изначальный непроявленный исток.

0 стадия связана с чистым светом души. По сути, каждый человек является чистым светом, и активизация нулевой стадии даёт доступ к нему. Если мы хотим познать свою истинную природу, необходимо соприкоснуться с этим светом через контакт с нулевой стадией.

 С опытом этой стадии мы соприкасаемся, когда переходим на новый уровень развития и в моменты кризисов.

 Обращение к нулевой стадии — это очень мощный метод диагностики, а так же получения ресурса, который можно использовать для исцеления травматических переживаний на любой стадии развития.

# 16 октября 2016 года с 11:00 до 18:00. «День зимнего солнцестояния» - 1 стадия

 1 стадия отражает момент зачатия на онтогенетическом уровне.

 На психологическом уровне может проявляться на двух полюсах: позитивном и негативном. На позитивном полюсе ощущается состояние отдыха, покоя, полного физического расслабления для накопления сил.

 На отрицательном полюсе может проявляться как зависание в состоянии неопределённости, подвешенном состоянии. Тотальное равнодушие ко всему происходящему без предъявления претензий. Отказ от возможности личностно созревать.

 В клиническом аспекте – депрессия. Чем дольше депрессия, тем более глубокое погружение в 1 стадию.

 На этой же стадии формируется первичная потребность в не персонифицированном контакте, тотально принимающем, защищающем и оберегающем. Это диагностика того, насколько первичные отношения реализованы или не реализованы в жизни. Чаще всего это связано либо с дефектом, либо с дефицитом телесного контакта с матерью.

# 30 октября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Блаженство» - 2 стадия

 На онтогенетическом уровне это стадия вынашивания, когда малыш внутри зреет, но наружу пока не проявляется. Во взрослой жизни проявляется как вызревание планов или творческих идей.

Если говорить о психологическом уровне второй стадии, то здесь так же присутствуют полярности, как и в первой. На положительном полюсе – чувство свободы, бескрайней, безбрежной, ничем не сдерживаемой. Ощущение бесконечного количества возможностей, ощущение отсутствия границ.

 На негативном полюсе – затопленность негативными эмоциями: тоска, печаль, грусть. Негативных эмоций много, они не дифференцированы, идут одна за другой. Кажется, что этот негативный поток никогда не закончится – сейчас плохо, но будет хуже. Эти негативные эмоции не имеют причины, они могут запускаться какими-то внешними событиями, но начавшись, они нарастают как снежный ком, и становятся неадекватны событию, которое их вызвало.

В клиническом аспекте: разного рода суицидальные проявления и аутодеструктивные тенденции, а так же весь спектр зависимостей с целью уйти от негативных переживаний.

# 13 ноября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Лабиринт-спираль-вихрь» - 3 стадия

В онтогенетическом развитии – это процесс родов от начала схваток до появления ребёнка на свет. Во взрослой жизни мы соприкасаемся с этой стадией тогда, когда помимо нашей воли в нашей жизни происходят качественные изменения.

На позитивном полюсе: Мобилизация и интенсификация психологических и биологических ресурсов. Много энергии, оптимизма, не думаешь об ошибках и негативном опыте. Сокращается потребность в отдыхе. Ощущение новизны и любопытства изменений.

На негативном полюсе: Движение вглубь, внутрь себя. Не хочется двигаться, ни с кем разговаривать, хочется укрыться от внешнего мира. Теряется ощущение времени, проваливание в воронку. Очень часто так протекают острые возрастные кризисы, когда в таком состоянии проходят недели, месяцы. Сама мысль выйти из дома в магазин или сделать что-нибудь для зарабатывания денег приводит в ужас. При этом человек в контакте с собой и есть ощущение каких-то внутренних процессов, но эти процессы настолько сильные, что отрывают от внешней реальности.

Клинические проявления**.** Родовые травмы и их последствия, проявляющиеся во взрослой жизни как: отказ от действия, физическое ощущение сворачивания в позу эмбриона, страх замкнутого пространства, «давление» низких потолков, в стрессовых ситуациях чувствуется нехватка воздуха. В сновидениях повторяются образы прохождения каналов, лабиринтов, тоннелей, блуждания в темноте и выход к свету. В рисунках часто непроизвольно изображаются спирали

 Сюда же относятся те формы зависимости, которые требуют адреналинового допинга - склонность к экстремальным видам спорта, зависимость от клубов, зависимость от групп.

# 27 ноября 2016 года с 11:00 до 18:00. «Начало. Принятие нового» - 4 стадия

В онтогенетическом развитии – период младенчества. Отношения с матерью.

На психологическом уровне – это контакт с внутренним ребёнком: живость, спонтанность, непосредственность. Во взрослой жизни активизируется в периоды новых начинаний и качественных изменений. Соприкосновение с тем, чего ещё не было, шаг в неизвестное.

На позитивном полюсе: Открытость и обращённость к миру. Готовность пробовать новое, познавательная активность, любознательность. Естественно, чтобы отважиться и сделать этот шаг в новое, необходима поддержка, понимание, принятие, помощь.

На негативном полюсе: Комфорт этой стадии может привести к отказу от сепарации, что влечёт за собой личностную незрелость, инфантильность и уход от ответственности.

Клинические проявления: стремление к симбиозу, бессознательная потребность слиться, раствориться в партнёре, высокая склонность к эмоциональной зависимости, повышенная внушаемость и конформность. Свойственны резкие скачки настроения, которыми человек не может управлять, потому что они обусловлены не сознанием, не внутренними импульсами, а тем получается или нет удовлетворить потребность. Маниакально-депрессивные симптомы.

# 18 декабря 2016 года с 11:00 до 18:00. «Мишень. Отстаивание себя» - 5 стадия

В онтогенетическом развитии – кризис 3 лет, стремление к самостоятельности и автономии. Эта же стадия проявляется в подростковом возрасте. На этой стадии формируется навык достижения целей. Значимы отношения с отцом, влияющие в дальнейшем на отношения с мужчинами, а так же на отношения с начальством (иерархия).

Во взрослой жизни мы возвращаемся к этой стадии в моменты пересмотра своих жизненных целей и задач. Как только встаёт вопрос, где я нахожусь и куда я двигаюсь, тогда актуальна тема «мишени».

На психологическом уровне это стадия, на которой происходит целеполагание, как с тактической, так и со стратегической точки зрения. Ставятся мишени близкие - что я буду делать сегодня вечером и формируются стратегические цели: в каком направлении двигаться? В каком направлении развиваться вообще. Здесь идёт метод проб и ошибок, осваивание способов взаимодействия и воздействия на людей. Здесь происходит формирование социальных навыков, социальных моделей.

На трансперсональном уровне главным является иерархия и определение своего места в иерархии. Основная иерархия: социального, биологического, психологического и духовного. А так же выстраивание, определение дистанции, обозначение своих границ в отношениях с оциумом.

На негативном полюсе – бесконечные пробы, зацикливание на переборе разных вариантов, либо зацикленность на одном варианте.

Клинический аспект: Навязчивые обсессивно-компульсивные расстройства.

# 29 января 2017 года с 11:00 до 18:00. «Битва с драконом» - 6 стадия

 Любое действие по уходу от сложившегося, привычного, освоенного вызывает цепляние того, от чего уходишь и необходимо отсекать то, отчего уходишь. Это битва за себя, за своё «Я». 6 стадия предполагает готовность самым решительным способом разрубить те связи, которые до этого держали и питали, а сейчас мешают двигаться дальше.

В онтогенетическом развитии с этой стадией мы сталкиваемся в период 5 – 7 лет, когда в соответствии с психодинамическими концепциями, наживаются родительские комплексы. Драконом для нас является родитель своего пола, с которым мы боремся для того, чтобы завоевать внимание родителя противоположного пола. Второй раз эта стадия проявляется, когда мы уходим из родительской семьи. Третий раз в жизни эта стадия наступает, когда вырастают дети и покидают свой дом. Тогда мы имеем дело с нашими внутренними драконами, острая реакция на синдром опустевшего гнезда.

 Психологический аспект. Эта стадия активизируется и актуальна для нас в любой конфликтной ситуации. Любая форма конфликтного взаимодействия, когда необходимо либо наступать, либо отбиваться, активизирует в жизни силу этой стадии.

 На психологическом плане во внутреннем мире – это тема взаимодействия с полярностями. Например, во мне живёт внутренний лентяй и работяга-трудяга, их желания полярны. Любой конфликт, любой полярности: сознательного-бессознательного, человеческого-животного. Тема противостояния конструктивного и деструктивного. Тема головы и чувств.

Трансперсональный аспект. Борьба добра и зла: то, какое место занимаю я между добром и злом, тьмой и светом. Что для меня добро, что для меня зло? Как во мне уживается свет и тьма? Что я делаю, чтобы торжествовало добро, а не зло? И через самоопределение, что для меня добро, а что для меня зло, какова моя позиция, рождается идентичность. В очередной раз происходит выход на тему: Кто Я и в чём моё предназначение?

Негативный полюс: повышенная конфликтность, агрессивность.

Клинический аспект. Истероидность – внимание любой ценой: вычурная манера говорить, с одной стороны не в контакте с внешним миром, с другой и не в контакте со своим истинным Я. Диссоциативность – когда большая часть своего внутреннего опыта отторгается, воспринимается как нечто чуждое, изолированное.

# 12 февраля 2017 года с 11:00 до 18:00. «Оквадрачивание круга» - 7 стадия

 Предыдущая 6 стадия связана с тем, что в результате борьбы, конфронтации мы выходим на энергию Самости. Самость, как некий духовный ориентир, задаёт вектор движения. 7 стадия – это реализация этого пути. Это движение требует усилий, которые никто кроме нас не сделает. Но при этом нет сложности с тем, чтобы эти усилия проявлять: есть энтузиазм, есть воодушевление, есть желание двигаться вперёд.

В онтогенетическом развитии: Кризис 3-х лет – первый опыт соприкосновения с этой стадией. Затем в подростковом опыте как потребность в независимости, затем в ранней молодости 18-21 год: когда есть новые начинания.

Во взрослой жизни сопровождает любой шаг к чему-то новому: начало учёбы, попытка попробовать себя в новой профессии, поиск качественно новых отношений.

Психологические темы: Реализация своей свободы. Тема самостоятельности. Ошибки и защитные стратегии в связи с этими ошибками: благодаря защитным механизмам происходит искажение реальности, а из-за искажения восприятия реальности мы совершаем ошибки. Наши ошибки связаны с защитами, которые мы используем.

Негативный аспект переживания этой стадии: переоценка своих возможностей. Может быть выбрано то направление, которое чревато неадекватно вложенными ресурсами и последствиями.

Клинические проявления: МДП – маниакальный полюс.

# 26 февраля 2017 года с 11:00 до 18:00. «ЭГО. Действия в мире» - 8 стадия

Эта стадия достаточно деятельна, активна и динамична. В контексте психологической работы – это обращение к ресурсу.

Задача этой стадии достичь баланса внутреннего и внешнего в действии. Именно на этой стадии речь идёт о достижении зрелости. На ней происходит конструктивное взаимодействие того, что внутри с тем, что снаружи.

 На биологическом уровне – это возраст ранней зрелости. Компетентность в определённой сфере, в которой реализуемся. Меняется соотношение «Могу» и «Хочу»: в юности хочется гораздо больше, чем можется. Чёткое понимание, что я могу из того, что хочу.

На психологическом уровне: Проживание этой стадии связано с самодостаточностью, с ощущением своей самоидентичности.

 На негативном полюсе: Зацикленность и замкнутость на себе, неудовлетворённость жизнью и собой.

 Трансперсональный уровень. Синхронизация с миром: есть контакт с собой, зрелое Эго, возможность чувствовать происходящее во внешнем мире, гармония с динамикой внешнего мира. Лёгкое отношение к жизни без ухода от жизни. Готовность довольствоваться малым и не ставить себе задачу заработать все деньги мира, готовность рисковать и пробовать новое, готовность принимать реальность такой, какая она есть без потери смысла жизни. Потеря смысл жизни обычно возникает тогда, когда есть конфликт между «Я» и миром. Тогда в чём же смысл того, что я здесь?!

 Клинические проявления: Маниакально-эйфорические состояния «Я всё могу!».

# 12 марта 2017 года с 11:00 до 18:00. «Кристаллизация» - 9 стадия

На биологическом уровне: это период средней зрелости: дом построен, есть профессия и стабильный заработок, сложившийся уклад в семье, дети подросли и с ними можно общаться на дистанции, жизнь идёт в определённой колее.

Во взрослой жизни мы соприкасаемся с этой стадией, когда получаем результат своих действий. Любое завершение длительного процесса.

На психологическом плане: ощущение стабильности. Предполагает созерцательное отношение к жизни, довольствование тем, что имеешь. Стабильность связана с ощущением внутренней гармонии, принятием жизни такой, какая есть. Стабильность является базой для творческого самовыражения.

Негативный полюс. Страх перемен, принципиальное нежелание меняться, улучшать старое до бесконечности, стремление удержать нажитое непосильным трудом и не допустить трансформацию. В творчестве: аранжировки старых песен. Очень сильная психологическая ригидность: то, что не вписывается в картину мира, не принимается. Сюда же жизнь прошлым, уход в воспоминания.

Клинические проявления: Обсессивно-компульсивные расстройства.

# 26 марта 2017 года с 11:00 до 18:00. «Ворота смерти» - 10 стадия

Стадии 10-11-12 связаны с трансформацией, кризисом, но и с обновлением и качественными изменениями. Если Вы чувствуете, что путь, по которому Вы идёте, исчерпал себя и в определённых серах есть потребность в чём-то качественно новом, то эти стадии помогут это качественно нового достичь. Другое дело, что для того, чтобы войти в контакт с качественно новым, необходимо, чтобы старое было разрушено, разложено на составные части.

На биологическом уровне 10 стадия проявляется тогда, когда нас подводит тело. Неделю не спать и продолжать работать сложно, тело требует отдыха и внимательного отношения к себе, На эмоциональном уровне происходят изменения: ёлочные игрушки не восхищают, день рождения не радует.

На психологическом уровне происходит переключение от внешнего, к внутреннему. Становится безразличным, что обо мне подумают, как к этому отнесутся, но внезапно обретает повышенную значимость то, что я чувствую в глубине. Здесь происходит выход на такие состояния и переживания, которые тяжело вербализуются. В результате этого переключения начинают переживаться разные уровни потери, разные уровни отпускания и разные уровни смерти.

На позитивном полюсе: чувство освобождения, переживание качественных изменений, которые приятны и радуют, осознавание мира бесконечных возможностей, контакт со свободой, соприкосновение с коллективной мудростью.

Если человек попадает на негативный полюс этой стадии: чувство беспомощности, нерешительности. Тревога, носящая диффузный характер ни к чему конкретно не привязанная.

В клинических проявлениях: разного рода мазохистские тенденции, а так же деструкция и аутодеструкция.

# 09 апреля 2017 года с 11:00 до 18:00. «Фрагментация. Распад на части» - 11 стадия

Стадия, проверяющая крепость нашего Эго и готовность нашего Эго трансформироваться. Эту стадию важно прожить, чтобы выйти на новый уровень.

На биологическом уровне – это радикальный процесс телесного изменения. Первый раз мы сталкиваемся в подростковом возрасте. Тело начинает стремительно меняться. При переходе от юности к зрелости, так же происходит гормональная перестройка и происходит понимание своих физических пределов.

Далее кризис середины жизни, где тоже есть переживания связанные с ощущением себя, своего тела, когда мы понимаем, что уже не молодеем, а тело начинает нас подводить всё сильнее и сильнее. Процесс старения – это тоже процесс фрагментации. Это процесс не самый приятный, но неизбежный.

 На уровне психологических переживаний. Повышается уровень тревоги и напряжения. Сны, которые неприятны по содержанию. Активизируются страхи по поводу и без него, актуализируются сомнения. Рациональных объяснений этому состоянию нет, так как это отражение внутренних процессов.

На психологическом плане дезориентация: частности могут быть понятны, но эти частности не складываются в общую картину.

В кризисе середины жизни это проявляется в том, что те желания, которые привычны - они реализуются, но не радуют. Чего хочу, не знаю. За осознаваемыми желаниями есть что-то, что реализовать нет никакой возможности, потому что нет возможности конкретизировать это желание. Реализация частных желаний перестаёт удовлетворять. Такое впечатление, что сам центр, откуда возникают желания, смещается. Как будто надо искать новый способ желать.

Позитивный полюс выражается только на интеллектуальном уровне: понимание что это очищение и обновление.

Негативный полюс: Аутоагрессия и социальная дезадаптация.

Клинические проявления: Большой риск психосоматики и психотических состояний, шизофренические симптомы.

# 23 апреля 2017 года с 11:00 до 18:00. «Трансцедентальный экстаз» - 12 стадия

Это завершающая часть трансформации, когда «феникс возрождается из пепла». Это собирание, восстановление происходит за счёт контакта с Самостью. Дефрагментация была нужна, чтобы осознать, что внутри нас есть часть, которую невозможно уничтожить. Благодаря контакту с Самостью у Эго появляется возможность обрести новую конфигурацию.

внешние кризисы нам не страшны.

 На биологическом уровне эта стадия переживается как возрождение и обновление. Эта энергия даёт силы для реализации того, что мы хотим.

 На психологическом уровне открываются те перспективы, которые до этого не виделись. Открывается жажда познания, жажда чувств, жажда впечатлений. Когда интересно всё, не теряя себя. Соприкосновение с коллективным опытом, с мудростью. Ощущение жизни как потока и включённости в этот поток.

Клиническое проявление: маниакальное состояние, когда силы много и её не остановишь.

# 14 мая 2017 года с 11:00 до 18:00. Интеграция полученного опыта

Символика цвета и формы в рисунках. Интеграция полученного опыта 12 стадий.

Индивидуальное тестирование участников.

Алгоритм проведения теста. Анализ. Стратегии работы с клиентами.

Анализ случаев из практики по предоставленным материалам клиентов.