

## **Возможности применения образа зеркала в методе визуализации**

**Е.С. Лобанова**

Вологодский институт права и экономики ФСИН России

**Аннотация.** Метод визуализации нашел свое применение в таких направлениях, как когнитивно-поведенческая психотерапия, гештальт-психология, НЛП и других. Чаще используется как метод психотерапии, однако обладает потенциалом для реализации в качестве психодиагностического инструмента и приравнивается к проективному методу. Актуальным в этой связи является вопрос о конкретных образах и техниках визуализации, которые позволяли бы решать вопросы психодиагностики и психотерапии. В исследовании в качестве такого ресурсного образа представлен образ зеркала. Указанный образ имеет разнообразные толкования, привлекает внимание исследователей в таких сферах как психология, литература, искусство, культурология. Образ зеркала имеет различные символические значения, основными из которых являются познание, отражение, удвоение.

В рамках исследования была предложена авторская техника визуализации образа зеркала. Для определения ее потенциальных возможностей было проведено эмпирическое исследование. Результаты исследования показывают, что образ зеркала имеет значимый потенциал для применения в процессе психотерапии на этапе диагностики некоторых психологических свойств и состояний человека, наличия и характера психологических проблем, отношение к ним клиента и поиску ресурсов для их решения. При этом были выявлены гендерные различия.

Предложенная техника может применяться для определения дополнительных средств получения психологической информации, используемой в процессе психотерапии.

**Ключевые слова:** образ зеркала, метод визуализации, символ, средство психодиагностики, интерпретация, психотерапия.

## **The Possibility Of Using The Image In The Mirror Method Of Visualization**

**E. S. Lobanova**

Vologda Institute of law and Economics of the Federal penitentiary service of Russia

e-mail: alenushka-248@yandex.ru

**Abstract.** Imaging technique has found its application in such areas as cognitive-behavioral therapy, Gestalt psychology, NLP and others. Often used as a method of psychotherapy, however, has the potential for implementation as a diagnostic tool and is equivalent to the projective method. Relevant in this regard is the question of concrete images and visualization techniques that allow to solve the issues of psycho-diagnostics and psychotherapy. The study as such a resource image the image of the mirror. The specified image has a variety of interpretations, attracted the attention of researchers in such fields as psychology, literature, art, cultural studies. The image of a mirror has various symbolic meanings, the main of which are cognition, reflection, doubling.

The study was the author's technique of visualization of the image of the mirror. To determine its potential possibilities have conducted an empirical study. The results show that the image of a mirror has significant potential for use in psychotherapy process at the stage of diagnosis of certain psychological properties and States of man, the existence and nature of psychological problems, the attitude of the client and search resources to solve them. When this was revealed gender differences.

The proposed technique can be applied to identify additional means of obtaining psychological information used in the process of psychotherapy.

**Key words:** image of the mirror, imaging technique, symbol, tool, diagnostics, interpretation, therapy.

## **Введение**

В психологической практике психодиагностика является неотъемлемым первоначальным этапом организации психологического сопровождения, включающего формулирование прогноза поведения и развития человека, планирования приемов консультирования и психотерапии. Особое место среди методов психодиагностики занимает проективный метод, позволяющий избежать явления социально желаемого поведения клиентов, получить информацию о скрываемых или неосознаваемых человеком состояниях, отношениях, мотивах, а также о характеристике некоторых психологических свойств. Вариантом проективного метода можно определить метод визуализации, который чаще применяется как средство психотерапии.

Под методом визуализации подразумевается совокупное название психотерапевтических приемов, направленных на воссоздание и управление зрительными образами во внутреннем, субъективном пространстве. В основе его лежит такой психический процесс как воображение. Можно предположить, что создаваемые человеком образы могут давать полезную информацию психологу, необходимую для определения психологических состояний и свойств клиента, определения характера его актуальных психологических проблем, ресурсов и отбора приемов психотерапевтической работы. В связи с этим встает вопрос о выборе конкретных образов и технике их применения для обозначенных выше задач. Можно предположить, что таким потенциальным средством может выступать образ зеркала, поскольку он имеет разнообразные символические значения, в числе которых отражение мировоззрения, самопознание. Скорее всего, образ зеркала может отражать актуальные психологические проблемы, мотивы, отношения человека.

Чтобы проверить достоверность данного предположения, целесообразно провести эмпирическое исследование связи образа зеркала, создаваемого в процессе визуализации с реальными психологическими свойствами и состояниями респондентов. Обнаружение указанных связей даст возможность определить общие закономерности, которые можно использовать для интерпретации характеристик визуальных образов зеркала и изображений в нем. При этом важно проанализировать и то, какую дополнительную психологическую информацию может дать разрабатываемая техника визуализации с применением образа зеркала. Это позволит определить возможность и эффективность ее применения с целью психодиагностики и психотерапии.

Даная статья отражает результаты проведенного эмпирического исследования.

## **Обзор литературы по проблеме**

Приемы воссоздания и управления образами нашли свое применение в различных направлениях психологической практики с их теоретическим обоснованием на основе идей соответствующих концепций. Метод визуализации используется в когнитивной психотерапии, поведенческой психотерапии, психоанализе, гештальт-терапии нейролингвистическом программировании (Карвасарский Б.Д. 1998: 271-274).

Визуализацию используют для активизации ускоренного развития физических навыков, в различных видах терапевтической работы, часто в форме управляемой фантазии и как инструмент лечения тела разумом. Визуальные образы целей и результатов могут сформировать фокус, вокруг которого кибернетически самоорганизуется поведение. Таким образом, визуализация будущих результатов и последствий может стимулировать и мобилизовать деятельность нервной системы (как сознательно, так и бессознательно) в настоящем (Дубовая Н.В. 2010: 66).

Е.М. Кузнецова (2014: 191) отмечает, что визуальный образ наряду с образом художественным, несет в себе выразительность, которая способна вызвать у человека эмоции. Восприятие визуального образа происходит под влиянием самых разнообразных факторов, играющих немалую роль в варьировании результатов отражения, и носит исключительно субъективный характер. Видимые образы вне зависимости от скорости и

простоты усвоения, несут в себе больше информации, чем может показаться. Получаемая в результате репродукция характеризует и объект, и субъект познавательного процесса, являясь уникальной единицей визуальной информации.

Образ зеркала имеет различные значения и толкования в мифологии, культурологии, психологии, искусстве. Его считают символом сознания, хранилища впечатлений и образов, символом удвоения. Так в энциклопедии символов, знаков и эмблем можно прочесть, что зеркало является поливалентным и противоречивым символом: с одной стороны оно фиксирует многообразие мира, с другой – рассматривается как проекция сознания и познания. Это символ воображения, способного фиксировать предметы внешнего мира, явно отражая истину. Кроме того, зеркало содержит в себе идею «двойника». Его отражательная способность порождает символическую аналогию с глазом и водой. В древних концепциях зеркало считалось символом души, удерживающей и хранящей все впечатления, и осуществляющее таким образом связь с этим миром (Андреева В. и др. 2000: 196-199).

Зеркало рассматривается как символ вечности: в нем присутствует одновременно мир прошлого, настоящего и будущего, что связано с памятью, фантазией и воображением человека. Отсюда зеркало проявляет себя как источник видений (например, мира детства, воспоминаний прошлого или грез будущего), которые указывают на творческие способности человека (Яковлева Е.Л. 2013: 97).

Как в христианской традиции, так и в исламе, человеческое сердце сравнивается с зеркалом, отражающим Бога. В буддизме зеркало – символ души и состояния чистоты, отобранная истина, просветленный ум, отраженное тело, искренность, чистота. В даосизме зеркало символизирует самореализацию. Зеркало, кроме того, символизирует ум мудреца. В Китае зеркало также является эмблемой искренности, гармонии. Философское значение зеркала как символа самопознания жизни было широко распространено в азиатских культурах, особенно в японских мифах и религии. Бог-создатель Изанаги дал своим детям зеркало и велел им, опустившись на колени, смотреть в него каждое утро и вечер, пока они не избавятся от злых мыслей и чувств. В Японии кагами («обвиняющее зеркало») отображает истину и вскрывает провинности (Рошаль В.М. 2006: 115-116).

Образ зеркала часто использовался в литературе, в связи с чем вызывало интерес исследователей. Символика, функции, семантика зеркала изучались, например, в работах М.М. Бахтина, Т.С. Смородиной, К.С. Ланда, А.Б. Щербакова, Е.Е. Анисимовой и др. Исследователи отмечали, что зеркало является способом самопознания героя через свое отражение. Например, согласно выводам С.Н. Кауфман, зеркало является одной из важнейших доминант, организующих визуальную сферу произведений Н.В. Гоголя. Предметное зеркало в повествовательной структуре оказывается эквивалентом «точки зрения» стороннего наблюдателя, оно демонстрирует ограниченность мировосприятия персонажа и обнаруживает скрытое. В эпизодах с героями-мужчинами зеркало отмечает внешнее искажение облика персонажа как результат внутренней деформации личности. В случаях взаимодействия с зеркалом героинь фиксируется двойственность женского образа. При этом задача зеркала – способствовать прозрению героинь, представив иную точку зрения на свой облик [Кауфман С.Н. 12-13]. Образ зеркала нашел свое отражение и в психотерапевтических сказках А.В. Гнездилова. Часто в этих сказках зеркала наделяются силой, прочностью, волшебными свойствами и включены в процесс самопознания и саморазвития героев.

В.Л. Правдивцев изучил и описал свойства зеркал с точки зрения так называемых тонких энергий. В своей книге он упоминает идею Р. Моуди, основанную на результатах экспериментов, о том, что видения, возникающие в зеркале, являются проекцией психики самого человека. Вслед за этим предположением возникла мысль использовать зеркальные видения как метод проекции. Практика показала, что с его помощью можно понять и даже изменить психологическую истину, которая скрыта или подавлена в бессознательном. В.Л. Правдивцев указывает, что подобные эксперименты проводили и другие исследователи. Некоторые из них утверждали, что при соблюдении определенных условий зеркало

становится эффективным инструментом психодиагностики и психотерапии. Исследователи считают, что образы, которые появляются перед человеком из Зазеркалья, в символической форме открывают те проблемы, от которых он бессознательно защищается. Преобразовывая бессознательное в сознательное, зеркальные видения позволяют человеку лучше понять себя. Человек может увидеть истинную причину своих страхов, мотивацию поступков. Как правило, при использовании техники с образом зеркала предполагалось первоначальное формулирование вопроса, а затем интерпретация образов подобно анализу сновидений (Правдивцев В.Л. 2004: 319–320).

Итак, образ зеркала привлекает внимание исследователей в различных сферах науки и искусства, в том числе психологии. Символика зеркала связана с процессом отражения внешнего и внутреннего мира человека, что определяет ее потенциал для применения в целях психологического познания людей. В науке существует идея о возможности и целесообразности его применения в целях психодиагностики и психотерапии в рамках техник визуализации. Однако результаты эмпирических исследований, описывающих эффективность подобных техник и характеристик их валидности как психодиагностического инструмента практически не представлены.

### Методика

Автором статьи была предложена идея использования образа зеркала при организации психодиагностики некоторых текущих состояний и психологических свойств личности. С этой целью применялась следующая техника. Испытуемого просили удобно сесть, закрыть глаза и представлять образы согласно следующей инструкции (делая паузы после каждого предложения, с целью создания комфортных условий для процесса воображения): «Представьте, что вы находитесь в другом месте. Перед вашими ногами лежит зеркало. Встаньте на зеркало. Запомните, что вы видите, чувствуете».

Предложение представить себя в другом месте направлено с одной стороны на формирование комфортных условий для клиента, с другой – служило диагностической задачей: скорее всего человек вообразит место, актуальное его психологическому состоянию, потребностям. Задание представить зеркало, находящееся не в традиционно вертикальном, а горизонтальном положении, сделано для того, чтобы предотвратить возникновение стереотипности мышления и создать возможность «посмотреть» на отражение под другим углом, то есть сменить ракурс, «точку зрения», увидеть явления с другой, непривычной стороны. Предложение встать на зеркало тоже является нестандартным. При этом не дается инструкция смотреть в зеркало, выбор действий, касающихся того, куда направить взгляд, как стоять остается свободным. Исследовательской задачей здесь как раз и являлось определение того, какие воображаемые действия, мысли и чувства будут сопровождать данный процесс визуализации, чтобы определить ее потенциальные возможности.

После завершения проводился опрос испытуемого, относительно описания самого воображаемого зеркала, образов, которые в нем отражались первоначально, а также того, что происходило в представлениях после мысленного становления на стекло зеркала.

Для определения возможности использования данной техники для диагностики актуальных состояний и психологических особенностей было проведено корреляционное исследование, в котором приняли участие 96 женщин и 77 мужчин от 18 до 44 лет (общая численность выборки, таким образом, составила 173 человека). В качестве стандартизированных методик, со шкалами которых проводился корреляционный анализ, применялись методика оценки психической активации, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности (Н.А. Курганского, Т.А. Немчина), опросник FPI (форма В) (А.А. Крылова, Т.И. Рогинской), методика самооценки личности С.А. Будасси. В процессе обработки и анализа результатов определялся показатель критерия корреляции Пирсона с различными характеристиками образа зеркала и образов отражений в зеркале, «увиденных» испытуемыми.

Помимо характеристики корреляционных связей, проанализированы значения образов участников исследования и описаны возможные варианты их интерпретации.

### Обсуждение результатов

Результаты корреляционного анализа дают возможность утверждать, что существуют связи между визуальными образами зеркала и некоторыми свойствами и состояниями человека (см. таблицу). Этот факт можно использовать на начальном этапе работы с клиентом при получении первоначальной информации о нем, что в дальнейшем можно использовать в рамках психотерапевтической работы. Следует отметить, что перечень различных характеристик зеркал и образов, в них отражающихся, был довольно широк. Здесь приводятся только те, в отношении которых были обнаружены статистически значимые связи.

Таблица 1.

Корреляционные связи характеристик образов визуализации зеркала и психологических особенностей с учетом пола испытуемых

Характеристики образов	Психологические характеристики		Коэффициент корреляции Пирсона
	мужчины	женщины	
<b>Характеристики образа зеркала</b>			
Степень вытянутости зеркала		раздражительность	0,267*
	возраст		- 0,239*
Наличие углов (прямоугольная или квадратная форма)		интерес	0,216*
		спонтанная агрессивность	0,225*
		раздражительность	0,306**/0,482*
		реактивная агрессивность	0,339**/0,305*
		открытость	0,234*
		эмоциональная мобильность	0,232*
	возраст		
	экстраверсия		0,253*
	маскулинность	0,307**	
Размер зеркала	реактивная агрессивность		-0,227*
		застенчивость	-0,232*
Чистота стекла		раздражительность	0,317**
		реактивная агрессивность	0,295**
		маскулинность	0,225**
	возраст		-0,347**
Наличие рамы	раздражительность		-0,268*
	эмоциональная мобильность		-0,233*
Насыщенность цвета рамы	возраст		0,282*
	раздражительность		-0,345**
	реактивная агрессивность		-0,293*

Украшение рамы	интерес		-0,249*
Прочность материала рамы	раздражительность		-0,231*
Прочность стекла	активность		-0,277*
	реактивная агрессивность		-0,299*
		невротичность	-0,291**
		экстраверсия	0,213*
Ощущение холода стекла ногами	открытость		0,257*
		самооценка	-0,209*
Образы, отражающиеся в зеркале			
Отсутствие отражения	экстраверсия		-0,267*
		активность	-0,286**
		эмоциональный тонус	-0,27*
		невротичность	-0,309**
Потолок	возраст		-0,246*
	раздражительность		0,259*
	реактивная агрессивность		0,268*
	открытость		0,229*
		активность	0,214*
Собственное отражение	самооценка		-0,265*
		открытость	-0,245*
Отражение света		реактивная агрессивность	0,298**
		застенчивость	-0,219*
		маскулинность	0,343**
Отражение неба	активность		-0,227*
		невротичность	0,245*
Отражение природы		открытость	-0,231*

\*\* - уровень значимости при  $p \leq 0,01$

\* - уровень значимости при  $p \leq 0,05$

Можно остановиться на интерпретации некоторых из обнаруженных связей. Так, показатели корреляционных связей свидетельствуют о том, что свое собственное отражение в зеркале видят мужчины с низким уровнем самооценки. Возможно, это связано с возможностью «удвоения» себя, потребности в увеличении собственной значимости. Интересным в этой связи являются результаты исследования А.А. Брудного и А.М. Демильхановой (2009: 44, 51), в котором было обнаружено, что компьютерные геймеры изображают несколько фигур в рисуночном тесте «Человек под дождем» (10,7 %) при этом в некоторых рисунках есть полное зеркальное отражение фигуры (3,7 %). Исследователи предположили, что рисунок второго человека может являться некоторым механизмом психологической защиты у испытуемых, а также признаком того, что у этих людей происходит процесс формирования дополнительной личностной идентификации через нестандартный подход к восприятию своего образа «Я».

Свой образ в зеркале увидели женщины с низким уровнем открытости и застенчивости, а также высокими маскулинностью и реактивной агрессивностью. Сами по себе реактивная агрессивность, низкая застенчивость признаются как маскулинные характеристики. Скорее всего, видение в процессе визуализации собственного отражения для женщин является признаком маскулинности, связанной с уверенностью в себе.

Некоторые участники исследования видели отражение своих ног. Часто в проективных графических методиках образ ног связан с чувством психологической устойчивости, опоры. Возможно, и в методике визуализации этот факт сохраняется.

В методе визуализации рама используется как ограничение проблемы. В связи с этим интересно, наделяет ли человек воображаемое зеркало рамой, какова ее характеристика и как это можно интерпретировать. Оказалось, что наличие рамы у зеркала коррелировало у мужчин с низким уровнем раздражительности и эмоциональной лабильности. При этом, чем темнее был цвет рамы (вплоть до черного цвета) и прочнее ее материал (металлическая рама), тем ниже уровень раздражительности демонстрировали участники по показателям шкал стандартизированной методики. А наличие украшений и узоров на раме коррелировали со сниженной оценкой состояния заинтересованности респондентов в текущий момент времени. Наличие рамы одновременно связано с размером воображаемого зеркала. В исследовании размеры зеркала варьировали от карманного до размеров озера, где границы отрагательной поверхности не определялись. Оказалось, чем больше размер воображаемого зеркала, тем ниже уровень реактивной агрессивности у мужчин, и застенчивости – у женщин. Возможно, для женщин отсутствие рамы и величина зеркала является как отсутствие некоторых собственных ограничений в процессе познания себя и окружающего мира. Вероятно, для мужчин рама как образ границы, которую необходимо отстаивать, в связи с чем ее наличие связано с высокой реактивной агрессивностью.

Значимой информацией является и форма воображаемого зеркала. Так квадратная и прямоугольная формы были связаны с маскулинными характеристиками, такими как раздражительность, реактивная и спонтанная агрессивность, а также открытостью, экстраверсией, эмоциональной лабильностью (у женщин). Зеркало круглой формы чаще представляли женщины старшего возраста в изучаемой выборке. У женщин с выраженными маскулинными свойствами были выявлены такие особенности образа зеркала, как его чистота или отражение в нем света. У мужчин такие свойства были связаны с видением в отражении зеркала потолка воображаемого помещения.

Обнаруженная связь между отсутствием отражения в зеркале и низкими уровнями эмоционального тонуса, активности, невротичности у женщин может использоваться как диагностический прием определения текущего состояния.

Следует отметить, что в отношении некоторых шкал стандартизированных методик не были обнаружены корреляционные связи с характеристиками образов зеркала. К ним относятся депрессивность, уравновешенность, напряженность и комфортность. Скорее всего, визуализация зеркала не может дать информацию в отношении данных параметров.

В целом по выборке список увиденных образов в зеркальном отражении достаточно разнообразен. Среди них были интерьер представляемого помещения (причем назывались как знакомые помещения (своя квартира, кабинет) так и вымышленные, ранее неизвестные (незнакомый дом, старинный замок)), люди, природные объекты и явления, свет и темнота и др. О том, что образ зеркала может отражать значимые потребности и мотивы могут свидетельствовать опять же увиденные образы в совокупности с озвученными мыслями. Например, одни участники (как правило, женщины) видели свое тело и акцентировали внимание на недостатках фигуры и лишнем весе; другие увидели образ значимых людей, с которыми в данный момент находились в разлуке; третьи говорили о воспоминаниях конкретного события из своего прошлого, четвертые представляли свой образ в будущем; кто-то описывал себя на отдыхе, в уединении, в месте, где бы он очень хотел оказаться и т.д.

При анализе результатов важно обратить внимание не только на статические характеристики образов и их интерпретацию, но и на динамику образов, субъективные переживания респондентов в момент визуализации. Следует отметить и целый спектр разнообразных эмоций, которые описывали участники исследования. Среди них были названы следующие: удивление, радость, бодрость, интерес, безмятежность, ощущение покоя, легкости, полета, страх, усталость, досада, вина, озабоченность, тоска, раздражительность, напряжение и др. В некоторых случаях отмечались ощущения кружения,

наполненности энергией, расслабленности, надежды на лучшее, чувство свободы, ощущение ветра, собственной обнаженности, дискомфорта и др. Если рассматривать зеркало как средство отражения актуальных психологических проблем, то можно предположить, что возникающие эмоции связаны с отношением к той проблеме, мотиву, которые проецируются клиентом, ощущением потенциальных ресурсов и возможностей решения этой проблемы. В этом случае предполагается дальнейшая работа с клиентом, направленная на организацию беседы по поводу его интерпретации увиденной картинке и собственных чувств, мыслей.

Были случаи, когда воображаемое зеркало превращалось в водную поверхность, и испытуемый начинал мысленно в нее погружаться. Согласно Дуплинской Ю.М. (2012: 10) водная стихия с ее способностью отражать, быть зеркалом традиционно считается стихией душевного, в отличие от духовного, мира, связанного с символикой огня. Исследуя семиотический потенциал образа зеркала, Ю.И. Левин (1988: 10) указывал, что стеклянное зеркало характеризуется хрупкостью; когда разбивается зеркало, как бы раскалывается и изображение. Водное же зеркало особенно богато возможностями. Оно легко разруσιμο, но, в отличие от стеклянного, быстро восстанавливает свои зеркальные свойства, оно обладает «глубиной», т. е. у него есть свое специфическое «зазеркалье». В психоанализе сновидений погружение в воду интерпретируется как необходимость погрузиться в свое прошлое для поиска причины беспокоящей проблемы. Можно предположить, что такое толкование будет уместно и в рассматриваемой технике.

Отдельно необходимо остановиться на этапе визуализации, связанной с необходимостью встать на зеркало. В этом случае оно становится опорой для человека. Если рассматривать зеркало как символ и средство самопознания, то можно предположить, что здесь определяется отношение человека к процессу и результату самопознания (насколько устойчиво человек чувствует себя на этой опоре). Результаты показали следующее. В 23% случаев у респондентов возникало опасение, что стекло не выдержит. По 5% участников отметили, что в процессе визуализации зеркало либо дало трещины, либо разбилось. Быть может, такие образы связаны со страхами, нежеланием получения информации о себе. В единичных случаях респонденты отмечали, что стекло зеркала словно стало прочнее. В большинстве случаев (67%) прочность стекла позволяла «выдержать вес» стоящего на нем.

Часть респондентов (20%) в процессе визуализации ощутили холод стекла ногами, потому как представили себя босыми. Результаты статистического анализа показывают, что у мужчин возникшее ощущение холода и представление себя босым коррелирует с высоким уровнем открытости, а у женщин – с низкой самооценкой.

Конечно, нельзя категорично утверждать, что описанные образы необходимо интерпретировать именно таким образом. Как и во многих проективных методиках, существует субъективность и множественность интерпретаций. Здесь предложены варианты интерпретации, которые могут быть оспорены. Для получения более точных выводов необходимо провести дополнительное исследование, в котором использовать подробную беседу с каждым участником о его видении и интерпретации ощущений и мыслей, возникших в результате визуализации. Целесообразно провести дополнительное корреляционное исследование со шкалами методик, измеряющих не указанные в статье свойства, с целью расширения знаний о потенциальных возможностях образа зеркала и предлагаемой техники в процессе организации психодиагностики и психотерапии.

### **Заключение**

Анализ проблемы и результаты эмпирического исследования позволяют сделать вывод о том, что образ зеркала имеет значимый потенциал для применения в процессе психотерапии на этапе диагностики некоторых психологических свойств и состояний человека, наличия и характера психологических проблем, отношение к ним клиента и поиску ресурсов для их решения. В частности, обнаруженные корреляционные связи со шкалами стандартизированных методик позволяют сделать вывод о достаточном уровне критериальной валидности предлагаемой диагностической техники в отношении таких



параметров, как невротичность, реактивная и спонтанная агрессивность, эмоциональная лабильность, открытость, экстраверсия, маскулинность, застенчивость, эмоциональный тонус, интерес, активность, самооценка. При этом возможности определения перечисленных показателей существуют гендерные различия.

Необходимо признать, что метод визуализации является субъективным, интерпретация символов и образов может иметь неоднозначные варианты. Однако цель применения предлагаемой техники состоит не в создании ключа обработки и интерпретации, как в стандартизированных психодиагностических методиках, а в определении дополнительных средств получения психологической информации, используемой в процессе психотерапии.

Перспективным направлением дальнейшего изучения проблемы является определения эффективности применения предлагаемой техники в рамках психотерапии на основании результатов практики.

## **Литература**

*Брудный А.А., Демильханова А.М.* 2009. Феномен двойника и «стадия зеркала» // Историческая психология и социология истории. № 2. 42-54.

*Дубовая Н.В.* 2010. Природа визуализации // Молодой ученый. № 11 (22). Т. 2. Ноябрь. 64-66.

*Дуплинская Ю.М.* 2012. «Метаморфозы зеркала» в сравнительной феноменологии очищенного ума // Известия Саратовского университета. Т. 12. Сер. Философия. Психология. Педагогика, вып. 2. 10-14.

*Карвасарский Б.Д.* 1998. Психотерапевтическая энциклопедия. СПб.: Питер Ком. 271-274.

*Кауфман С.Н.* 2013. Визуальность в поэтике Н.В. Гоголя: повествовательный аспект / автореф. дис. ...канд. филологических наук по специальности 10.01.01.русская литература (филологические науки). Новосибирск. 12-13.

*Кузнецова Е.М.* 2014. Проблема восприятия визуального образа // Наука. Искусство. Культура. Выпуск 3. 190–194.

*Правдивцев В.Л.* 2004. Эти загадочные зеркала... М.: РИЦ МДК. 319-320.

*Левин Ю.И.* 1988. Зеркало как потенциальный семиотический объект / Ученые записки Тартуского государственного университета. Выпуск 831. Зеркало, семиотика зеркальности. Труды по знаковым системам XXII. Тарту. 6 – 24.

*Рошаль В.М.* 2006. Полная энциклопедия символов / сост. В.М. Рошаль. М.: АСТ; СПб.: Сова, 115-116 с.

*Андреева В.* 2000. Энциклопедия символов, знаков, эмблем / сост. В. Андреева и др. М.: Локид; Миф. 196-199.

*Яковлева Е.Л.* 2013. Зазеркалье (пост) современности // Человек. № 6. 96–107.

## **Информация об авторе**

Лобанова Елена Сергеевна

Старший преподаватель кафедры общей психологии Вологодского института права и экономики ФСИН России, г. Вологда.

e-mail: alenushka-248@yandex.ru