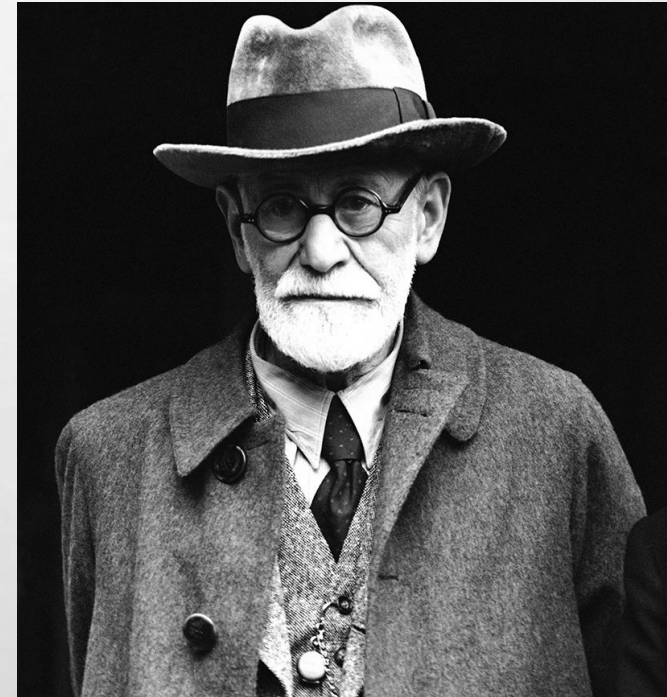


ПСИХОТЕРАПЕВТ



КТО ТАКОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТ?

- ПСИХОТЕРАПЕВТ – ЭТО ВРАЧ-ПСИХИАТР, КОТОРЫЙ ПРОШЕЛ КУРС ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПО ПСИХОТЕРАПИИ. ОН ЗАНИМАЕТСЯ ЛЕЧЕБНЫМ ВОЗДЕЙСТВИЕМ НА ПСИХИКУ С ПОМОЩЬЮ БЕСЕДЫ, АНАЛИЗА, САМОГИПНОЗА И РАЗЛИЧНЫХ ВСПОМОГАТЕЛЬНЫХ ТЕХНИК.



ОДНАКО...

- ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ КАК СРЕДСТВА В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА ПОДРОБНО ОПИСЫВАЮТСЯ В УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЕ, ОДОБРЕННОЙ МИНИСТЕРСТВОМ ОБРАЗОВАНИЯ РФ ДЛЯ ВУЗОВ, ГДЕ ОБУЧАЮТ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ПСИХОЛОГИЯ», И В ГОСУДАРСТВЕННЫХ ДОКУМЕНТАХ, РЕГУЛИРУЮЩИХ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ПСИХОЛОГОВ.
- ПСИХОТЕРАПИЕЙ В РОССИИ ЗАНИМАЮТСЯ КАК ВРАЧИ-ПСИХОТЕРАПЕВТЫ, ТАК И ПСИХОЛОГИ, ПРОШЕДШИЕ СПЕЦИАЛЬНУЮ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВКУ, ПОМИМО БАЗОВОГО ОБРАЗОВАНИЯ.
- УСЛОВНО ГОВОРЯ, ПСИХОТЕРАПЕВТЫ БЫВАЮТ ДВУХ ВИДОВ. ЭТО ВРАЧИ-ПСИХОТЕРАПЕВТЫ И ПСИХОЛОГИ-ПСИХОТЕРАПЕВТЫ.

ЛЕЧЕНИЕ И БОЛЕЗНИ

- КАКИЕ ЖЕ БОЛЕЗНИ И ЯВЛЕНИЯ ЛЕЧИТ ПСИХОТЕРАПЕВТ?

СТРЕССЫ;

НЕРВНЫЕ СРЫВЫ И НЕВРАСТЕНИЯ;

ВНУТРЕННИЕ И МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ КОНФЛИКТЫ;

ДЕПРЕССИЯ И АПАТИЯ;

ТРЕВОЖНЫЕ СОСТОЯНИЯ, НАВЯЗЧИВЫЕ ФОБИИ И СТРАХИ;

ПАНИЧЕСКИЕ АТАКИ И РАССТРОЙСТВА;

ЭНУРЕЗ;

НЕРВНЫЙ ТИК;

ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ И ТД.

- ДЛЯ СРАВНЕНИЯ, ПСИХИАТР ОСУЩЕСТВЛЯЕТ СВОЮ ВРАЧЕБНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ОТНОШЕНИИ ШИЗОФРЕНИИ, МАНИАКАЛЬНО-ДЕПРЕССИВНЫХ РАССТРОЙСТВ, ЭПИЛЕПСИИ, ПОСЛЕДСТВИЙ ИНТОКСИКАЦИИ С ПОРАЖЕНИЕМ ГОЛОВНОГО МОЗГА, ПОСЛЕДСТВИЙ ЧЕРЕПНО-МОЗГОВЫХ ТРАВМ, НЕВРОЗОВ, ОТСТАВАНИЯ В РАЗВИТИИ, АЛКОГОЛИЗМА, НАРКОМАНИИ И НЕКОТОРЫХ ДРУГИХ БОЛЕЗНЕЙ.

- ПО ПОВОДУ ЛЕКАРСТВЕННОГО ЛЕЧЕНИЯ СЛЕДУЕТ ОТМЕТИТЬ НЕСКОЛЬКО МОМЕНТОВ.
- ВО-ПЕРВЫХ, ВЫПИСЫВАТЬ И РЕКОМЕНДОВАТЬ ЛЕКАРСТВА ИМЕЕТ ПРАВО ВРАЧ-ПСИХОТЕРАПЕВТ, ВЕДУЩИЙ ЧАСТНУЮ ПРАКТИКУ НА ОСНОВАНИИ ПОЛУЧЕННОЙ ЛИЦЕНЗИИ, ИЛИ ЖЕ ВРАЧ-ПСИХОТЕРАПЕВТ, ЯВЛЯЮЩИЙСЯ СОТРУДНИКОМ ЛИЦЕНЗИРОВАННОГО МЕДИЦИНСКОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.
- ВО-ВТОРЫХ, ЕСЛИ ВЫ ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ-ПСИХОТЕРАПЕВТУ, ТО СОВСЕМ НЕ ОБЯЗАТЕЛЬНО, ЧТО ВАМ НАЗНАЧАТ ЛЕКАРСТВА. ХОРОШИЙ ВРАЧ-ПСИХОТЕРАПЕВТ НАЗНАЧАЕТ ЛЕКАРСТВА ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА НАХОДИТ ИХ НЕОБХОДИМЫМИ ИЛИ ЖЕЛАТЕЛЬНЫМИ ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ СОСТОЯНИЯ ПАЦИЕНТА, И ВСЕГДА ЭТО ОБСУДИТ С ВАМИ.
- В-ТРЕТЬИХ, ЕЩЁ ОДИН ВАЖНЫЙ МОМЕНТ. ЕСЛИ ВЫ ХОТИТЕ, ЧТОБЫ ВАШ ВРАЧ-ПСИХОТЕРАПЕВТ ДЕЙСТВИТЕЛЬНО МОГ КРОМЕ ЛЕКАРСТВ ПРЕДЛОЖИТЬ ВАМ ЧТО-ТО ПОЛЕЗНОЕ В ПЛАНЕ ПОМОЩИ, ТО У НЕГО ДОЛЖНА БЫТЬ СЕРЬЕЗНАЯ ПОДГОТОВКА В РАМКАХ КАКОЙ-ЛИБО ИЗ СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ШКОЛ.

- **ПСИХОЛОГ-ПСИХОТЕРАПЕВТ** - ЭТО СПЕЦИАЛИСТ С ВЫСШИМ ПСИХОЛОГИЧЕСКИМ ОБРАЗОВАНИЕМ, ТАКЖЕ ПРОШЕДШИЙ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ СЕРЬЕЗНУЮ ПОДГОТОВКУ В РАМКАХ КАКОЙ-ЛИБО ИЗ СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ШКОЛ. ОН МОЖЕТ ИСПОЛЬЗОВАТЬ В РАБОТЕ ТОЛЬКО ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ (ОПЯТЬ ЖЕ – БЕСЕДУ И РАЗЛИЧНЫЕ ВИДЫ НАУЧЕНИЯ).
- ЕСЛИ ПСИХОЛОГ-ПСИХОТЕРАПЕВТ РЕКОМЕНДУЕТ ТАБЛЕТКИ ИЛИ ИНЫЕ ЛЕКАРСТВА, ОСОБЕННО, ЕСЛИ ОН ДЕЛАЕТ ЭТО ОЧЕНЬ НАСТОЙЧИВО – БЕГИТЕ ОТ НЕГО ПОДАЛЬШЕ. КОГДА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ-ПСИХОТЕРАПЕВТ СЧИТАЕТ, ЧТО ДЛЯ УЛУЧШЕНИЯ ВАШЕГО СОСТОЯНИЯ МОЖЕТ БЫТЬ ПОЛЕЗНО ЛЕКАРСТВЕННОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ, ОН СКАЖЕТ ВАМ ОБ ЭТОМ И ПОРЕКОМЕНДУЕТ ОБРАТИТЬСЯ К СООТВЕТСТВУЮЩЕМУ ВРАЧУ.

- ПСИХОЛОГ-ПСИХОТЕРАПЕВТ МОЖЕТ ОКАЗЫВАТЬ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКУЮ ПОМОЩЬ:
- ПСИХИЧЕСКИ ЗДОРОВЫМ ЛЮДЯМ И ЛЮДЯМ С ОБРАТИМЫМИ ПСИХИЧЕСКИМИ НАРУШЕНИЯМИ (НАПРИМЕР, НЕВРОТИЧЕСКИЕ РАССТРОЙСТВА, НЕВРОТИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ НА СТРЕСС, ТРАВМИРУЮЩИЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА И Т.Д.).
- В ОСТАЛЬНЫХ СЛУЧАЯХ ПСИХОЛОГ РАБОТАЕТ В СОТРУДНИЧЕСТВЕ С ВРАЧОМ-ПСИХОТЕРАПЕВТОМ И/ИЛИ ПСИХИАТРОМ.

ГДЕ ПРИНИМАЕТ ПСИХОТЕРАПЕВТ

- В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ТОГО ГДЕ ИМЕННО ПРИНИМАЕТ ПСИХОТЕРАПЕВТ МОЖНО ОТЛИЧИТЬ ВРАЧА-ПСИХОТЕРАПЕВТА ОТ «ПСИХОТЕРАПЕВТА-ПСИХОЛОГА. ЕСЛИ ПСИХОТЕРАПЕВТ РАБОТАЕТ В ЛЕЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ (ПСИХИАТРИЧЕСКИЕ КЛИНИКИ, МНОГОПРОФИЛЬНЫЕ ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ ЦЕНТРЫ), ОН ИМЕЕТ ВЫСШЕЕ МЕДИЦИНСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ, ТО ЕСТЬ ЯВЛЯЕТСЯ ВРАЧОМ.
- ЕСЛИ ЖЕ ПСИХОТЕРАПЕВТ ВЕДЕТ ЧАСТНУЮ ПРАКТИКУ, ТО ЭТО СПЕЦИАЛИСТ-ПСИХОЛОГ. ЭТО ОСНОВНОЕ ПРАВИЛО, ОДНАКО БЫВАЮТ ИСКЛЮЧЕНИЯ. НАПРИМЕР, КЛИНИЧЕСКИЕ (МЕДИЦИНСКИЕ) ПСИХОЛОГИ МОГУТ РАБОТАТЬ В МЕДИЦИНСКИХ ЦЕНТРАХ И ПОМОГАТЬ ПСИХИАТРАМ В ЛЕЧЕНИИ БОЛЬНЫХ, КОНСУЛЬТИРУЯ ПАЦИЕНТОВ И ИХ ЛЕЧАЩИХ ВРАЧЕЙ.

КОГДА СТОИТ ПОЙТИ НА ПРИЕМ

ВНЕЗАПНОЕ ИЛИ ПОСТОЯННОЕ ОЩУЩЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ДИСКОМФОРТА ЧАСТО ГОВОРIT О НАРУШЕНИЯХ ПСИХИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ. ЭТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ЯВЛЯЮТСЯ ТРЕВОЖНЫМИ “ЗВОНЧКАМИ”, НА КОТОРЫЕ СРАЗУ ОБРАТИТ ВНИМАНИЕ ПСИХОТЕРАПЕВТ.

НАИБОЛЕЕ ЧАСТО ВСТРЕЧАЮТСЯ: ЗАТЯЖНОЕ ОЩУЩЕНИЕ БЕЗРАЗЛИЧИЯ К ЛЮДЯМ, ПРОИСШЕСТВИЯМ, ОКРУЖАЮЩЕМУ МИРУ, СОСТОЯНИЕ АПАТИИ; ПЕРИОДИЧЕСКИЕ ИСТЕРИКИ И ПРИСТУПЫ ПАНИКИ, СТРАХА, ФОБИЙ; ЧУВСТВО ТЯГИ К АЛКОГОЛЮ, НИКОТИНУ, ДРУГИМ ПСИХОАКТИВНЫМ ВЕЩЕСТВАМ; ПОВЫШЕННАЯ ТРЕВОЖНОСТЬ, РАЗДРАЖИТЕЛЬНОСТЬ, ПЛАКСИВОСТЬ; ДЕПРЕССИВНЫЕ СОСТОЯНИЯ; НАЛИЧИЕ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК, РАССТРОЙСТВ ПОВЕДЕНИЯ (НАПРИМЕР, ПЕРЕЕДАНИЕ ИЛИ БУЛИМИЯ). ПРИ ПОЯВЛЕНИИ ПЕРЕЧИСЛЕННЫХ СОСТОЯНИЙ ИЛИ СИМПТОМОВ ИМЕЕТ СМЫСЛ ОБРАТИТЬСЯ ЗА ВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩЬЮ К СПЕЦИАЛИСТУ-ПСИХОТЕРАПЕВТУ.

- РАССТРОЙСТВА ПОВЕДЕНИЯ И НЕВРОЗЫ У ДЕТЕЙ ЯВЛЯЮТСЯ ОТДЕЛЬНЫМ НАПРАВЛЕНИЕМ ПСИХОТЕРАПИИ.
- СЛЕДУЕТ ОТМЕТИТЬ, ЧТО КЛИЕНТОМ ПСИХОТЕРАПЕВТА РЕБЁНОК МОЖЕТ СТАТЬ ТОЛЬКО ПО ДОСТИЖЕНИЮ ИМ ТРЁХЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, А ДО ЭТОГО ВРЕМЕНИ ЛЕЧЕНИЕМ МАЛЫША ЗАНИМАЕТСЯ НЕВРОЛОГ. РОДИТЕЛИ ДОЛЖНЫ ОБРАЩАТЬ ВНИМАНИЕ НА ВОЗМОЖНЫЕ СИМПТОМЫ ИЛИ ПРОЯВЛЕНИЯ, СВИДЕТЕЛЬСТВУЮЩИЕ О НЕКОТОРЫХ НАРУШЕНИЯХ СОЗНАНИЯ, ПСИХИКИ, ВОСПРИЯТИЯ.
- СРЕДИ НИХ: ПЛОХАЯ УСПЕВАЕМОСТЬ; НЕАДЕКВАТНОЕ ПОВЕДЕНИЕ (ПРОЯВЛЕНИЯ ГНЕВА, АГРЕССИИ, БЕСПРИЧИННОЕ ХАМСТВО, ГРУБОСТЬ, ЖЕСТОКОСТЬ, ЧРЕЗМЕРНАЯ ВОЗБУДИМОСТЬ, ГИПЕРАКТИВНОСТЬ); ОБЩАЯ ПАССИВНОСТЬ, НЕЖЕЛАНИЕ ОБЩАТЬСЯ С ОКРУЖАЮЩИМИ; НЕРВНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ (ЭНУРЕЗ, ДЕТСКИЕ СТРАХИ).

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ

- ПРОТИВОПОКАЗАНИЙ К ПСИХОТЕРАПИИ СУЩЕСТВУЕТ НЕМНОГО, НО НЕ СОБЛЮДЕНИЕ ЭТИХ ЗАПРЕТОВ МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К НЕПРИЯТНЫМ ПОСЛЕДСТВИЯМ И ДЛЯ КЛИЕНТА, И ДЛЯ ТЕРАПЕВТА.
- СЮДА ОТНОСЯТСЯ:
 - ОБОСТРЕНИЕ ТЯЖЕЛЫХ ПСИХИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ
 - ТЯЖЁЛЫЕ ОРГАНИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ
 - УМСТВЕННАЯ ОТСТАЛОСТЬ СРЕДНЕЙ И ТЯЖЕЛОЙ СТЕПЕНИ
 - АЛКОГОЛЬНОЕ ИЛИ НАРКОТИЧЕСКОЕ ОПЬЯНЕНИЕ
 - ОТСУТСТВИЕ МОТИВАЦИИ И ЖЕЛАНИЯ

ВИДЫ ПСИХОТЕРАПИИ

- СУЩЕСТВУЕТ ДВА ВИДА ПСИХОТЕРАПИИ: ИНДИВИДУАЛЬНАЯ И ГРУППОВАЯ.
- В ПЕРВОМ СЛУЧАЕ ПСИХОТЕРАПЕВТ И КЛИЕНТ ОБЩАЮТСЯ ОДИН НА ОДИН, А ВО ВТОРОМ – СПЕЦИАЛИСТ РАБОТАЕТ С ГРУППОЙ, КОТОРЫЕ ВЗАИМОДЕЙСТВУЮТ И С НИМ, И ДРУГ С ДРУГОМ.
- В КАЧЕСТВЕ ОТДЕЛЬНОГО ВИДА ПСИХОТЕРАПИИ ВЫДЕЛЯЮТ ДЕТСКУЮ ПСИХОТЕРАПИЮ. ОНА НАПРАВЛЕНА НА РАБОТУ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ. ВСЕ ЭТИ ВИДЫ ПСИХОТЕРАПИИ НАПРАВЛЕНЫ НА ПОМОЩЬ ЛЮДЯМ С РАЗНЫМИ ПРОБЛЕМАМИ И ТРУДНОСТЯМИ.

МЕТОДЫ ЛЕЧЕНИЯ. ШКОЛЫ И НАПРАВЛЕНИЯ



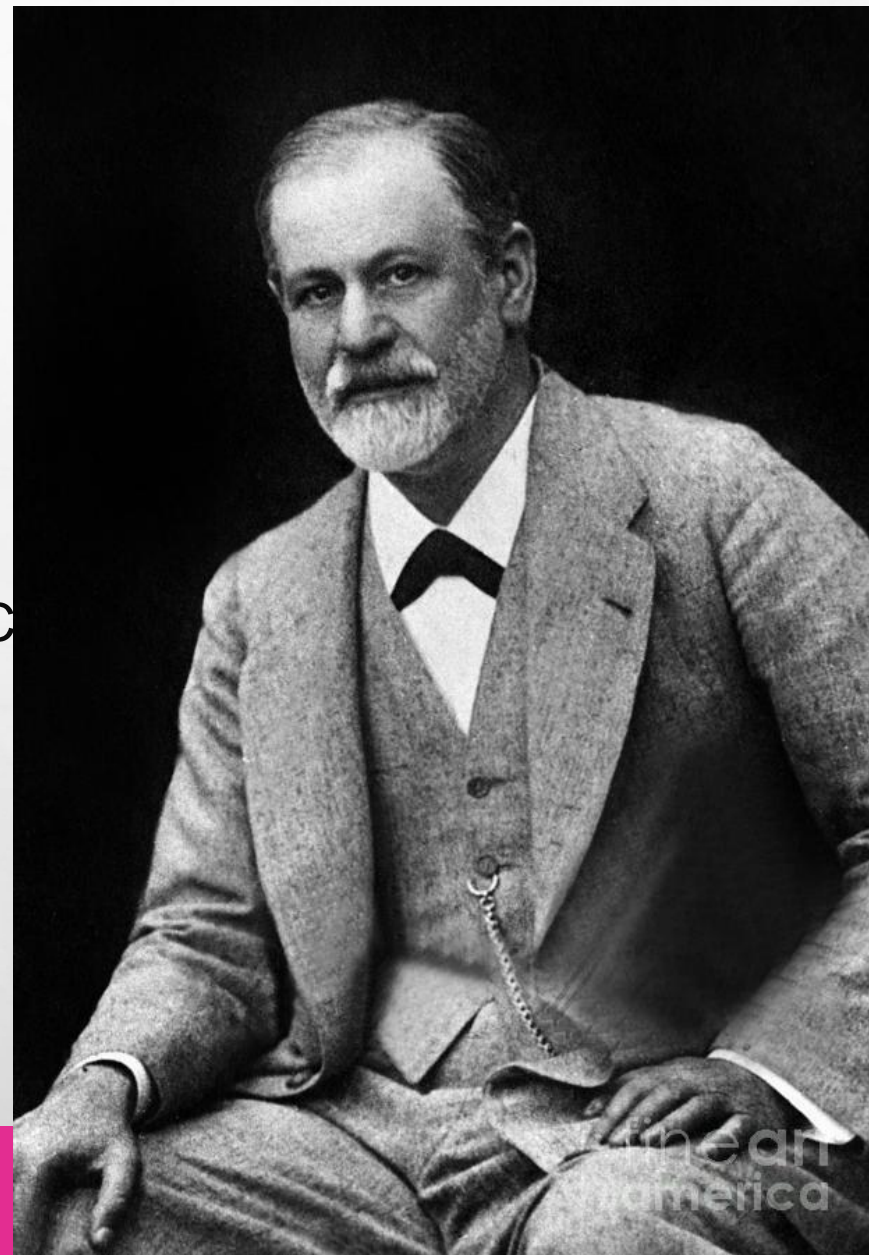
- РАЗЛИЧНЫЕ МЕТОДЫ ПСИХОТЕРАПИИ ПРЕДСТАВЛЯЮТ СОБОЙ СПОСОБЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПОМОЩИ КЛИЕНТУ И ВКЛЮЧАЮТ В СЕБЯ МНОЖЕСТВО ТЕХНИК И МЕТОДИК. МЕТОД ЗАВИСИТ ОТ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОТЕРАПИИ, К КОТОРОМУ ПРИНАДЛЕЖИТ СПЕЦИАЛИСТ.
- НА ДАННЫЙ МОМЕНТ СУЩЕСТВУЕТ БОЛЕЕ 400 РАЗЛИЧНЫХ МЕТОДОВ ПСИХОТЕРАПИИ, МНОГИЕ ИЗ КОТОРЫХ ЭФФЕКТИВНЫ И ШИРОКО РАСПРОСТРАНЕНЫ. ОТ МЕТОДА ЗАВИСИТ И СПОСОБ РАБОТЫ С КЛИЕНТОМ, И ПОНИМАНИЕ ПСИХИКИ И ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ.
- ВНУТРИ КАЖДОГО МЕТОДА ПСИХОТЕРАПИИ СУЩЕСТВУЕТ МНОЖЕСТВО МЕТОДИК, КОТОРЫЕ ПРИМЕНЯЮТСЯ НА ОПРЕДЕЛЕННОМ ЭТАПЕ И ПРИ РАБОТЕ С ТЕМИ ИЛИ ИНЫМИ ТРУДНОСТЯМИ КЛИЕНТА. КОМПЛЕКСЫ МЕТОДОВ, СВЯЗАННЫХ ОБЩИМИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯМИ И ПОДХОДАМИ К ЛЕЧЕНИЮ, ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ РАЗНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОТЕРАПИИ И ШКОЛЫ.
- **РАЗБЕРЕМ НЕКОТОРЫЕ МЕТОДЫ ПСИХОТЕРАПИИ.**

ПСИХОАНАЛИЗ

- ПСИХОАНАЛИЗ ОБРАЩАЕТСЯ К БЕССОЗНАТЕЛЬНОМУ, ПОЛАГАЯ, ЧТО ИМЕННО ОНО ИГРАЕТ ВЕДУЩУЮ РОЛЬ В ФОРМИРОВАНИИ СИМПТОМОВ, НАРУШЕНИЙ В АДАПТАЦИИ ИЛИ В ЛИЧНЫХ ОТНОШЕНИЯХ ПАЦИЕНТА.
- В ПСИХОАНАЛИЗЕ И ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ СПЕЦИАЛИСТ ИСПОЛЬЗУЕТ МЕТОД СВОБОДНЫХ АССОЦИАЦИЙ: ЧЕЛОВЕК РАССКАЗЫВАЕТ ВСЁ, ЧТО ПРИХОДИТ ЕМУ В ГОЛОВУ, А ПСИХОАНАЛИТИК ЭТО ИНТЕРПРЕТИРУЕТ, ИСХОДЯ ИЗ ЭМОЦИЙ, КОТОРЫЕ СОПРОВОЖДАЮТ РАССКАЗ.

- С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ПСИХОАНАЛИЗА, ПРИЧИНАМИ НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ ЯВЛЯЮТСЯ ТРАВМИРУЮЩИЕ ПСИХИКУ ПАЦИЕНТА КАКИЕ-ЛИБО СОБЫТИЯ В ЕГО СЕКСУАЛЬНОЙ СФЕРЕ, ПРОИЗОШЕДШИЕ В ДЕТСТВЕ, ПАМЯТЬ О КОТОРЫХ ВЫТЕСНЕНА ЗА ПРЕДЕЛЫ СОЗНАНИЯ, И, СООТВЕТСТВЕННО, ЦЕЛЬ ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ — НАЙТИ ЭТИ ПРИЧИНЫ И СДЕЛАТЬ ЭТИ СОБЫТИЯ ФАКТОМ СОЗНАНИЯ. ПРИ ЭТОМ ПОДАВЛЯЕМАЯ ЭНЕРГИЯ ЭТОГО СОБЫТИЯ, ПРОЯВЛЯЮЩАЯСЯ В СИМПТОМАХ ЗАБОЛЕВАНИЯ, ВЫСВОБОЖДАЕТСЯ И, ТАКИМ ОБРАЗОМ, ПАЦИЕНТ ВЫЗДОРАВЛИВАЕТ.

- ПСИХОАНАЛИЗ, КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА РАБОТЫ С КЛИЕНТОМ, БАЗИРУЕТСЯ НА ИДЕЯХ ЕГО ОТЦА - ОСНОВАТЕЛЯ ЗИГМУНДА ФРЕЙДА.



- ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ ЭФФЕКТИВНА НЕ ТОЛЬКО ПРИ НЕВРОЗАХ, ДЕПРЕССИЯХ, ФОБИЯХ ИЛИ ЛИЧНОСТНЫХ РАССТРОЙСТВАХ (КАК ПСИХОАНАЛИЗ). ЕЕ ТЕХНИКА АДАПТИРОВАНА И ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ БОЛЕЕ ТЯЖЕЛЫХ НАРУШЕНИЙ – ПСИХОЗОВ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ (В ЭТИХ СЛУЧАЯХ ПСИХОТЕРАПЕВТ, КАК ПРАВИЛО, РАБОТАЕТ В ПАРЕ С ПСИХИАТРОМ ИЛИ ВРАЧОМ ОБЩЕЙ ПРАКТИКИ). КРОМЕ ТОГО, В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ АКТИВНО РАЗВИВАЕТСЯ НОВОЕ НАПРАВЛЕНИЕ – ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ ПАР.

КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ

- КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ ОСНОВАНА НА ПРИНЦИПАХ ТЕОРИИ ОБУЧЕНИЯ, КОТОРАЯ ПРЕДПОЛАГАЕТ, ЧТО РАЗНЫЕ ТИПЫ ПОВЕДЕНИЯ И ТЕ ПРИЗНАКИ КОТОРЫЕ ИМ СОПУТСТВУЮТ РАЗВИВАЮТСЯ ИЗ-ЗА ПРИВЫЧНОЙ РЕАКЦИИ ЧЕЛОВЕКА, РЕАГИРОВАНИЕ НА СОЗДАВШУЮСЯ СИТУАЦИЮ.
- ЧЕЛОВЕК РЕАГИРУЕТ НА ВНЕШНИЙ СТРЕСС ОПРЕДЕЛЕННЫМ СПОСОБОМ И ПРИ ЭТОМ ВЫРАБАТЫВАЕТСЯ ОПРЕДЕЛЕННАЯ МОДЕЛЬ ПОВЕДЕНИЯ ПРИСУЩА ИСКЛЮЧИТЕЛЬНО ЭТОМУ ЧЕЛОВЕКУ И ПРИВЫЧНАЯ ТОЛЬКО ДЛЯ НЕГО РЕАКЦИЯ, КОТОРАЯ ДАЛЕКО НЕ ВСЕГДА БЫВАЕТ ПРАВИЛЬНОЙ. «НЕПРАВИЛЬНАЯ» МОДЕЛЬ ПОВЕДЕНИЯ ИЛИ «НЕПРАВИЛЬНАЯ» РЕАКЦИЯ И ВЫЗЫВАЮТ СИМПТОМЫ РАССТРОЙСТВА. ОДНАКО НУЖНО ЧЕТКО ПОНИМАТЬ, ЧТО ЭТУ МОДЕЛЬ МОЖНО ПОМЕНЯТЬ, А ОТ ВЫРАБОТАННОЙ ПРИВЫЧНОЙ РЕАКЦИИ МОЖНО ОТУЧИТЬСЯ, А ГЛАВНОЕ ОБУЧИТЬСЯ «ПРАВИЛЬНОЙ», ПОЛЕЗНОЙ И КОНСТРУКТИВНОЙ, КОТОРАЯ ПОМОЖЕТ СПРАВЛЯТЬСЯ С ТРУДНОСТЯМИ, НЕ НАВЛЕКАЯ НА СЕБЯ НОВЫЕ СТРЕССЫ И СТРАХИ.

- СОЗДАТЕЛЯМИ ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ЯВЛЯЮТСЯ Х. АЙЗЕНК, Д. ВОЛЬПЕ, И. МАРКС. ЕЕ ОСНОВОЙ СТАЛА ТЕОРИЯ НАУЧЕНИЯ, РАЗРАБОТАННАЯ ПАВЛОВЫМ, УОТСОНОМ, ХАЛЛОМ, СКИННЕРОМ.
- СОЗДАТЕЛЯМИ КОГНИТИВНОЙ ПСИХОТЕРАПИИ СЧИТАЮТ А.Т. БЕКА И А. ЭЛЛИСА.
- В НАЧАЛЕ 1980-Х ГГ. АВТОРЫ А.А. LAZARUS, О. MEICHENBAUM, М. MAHONEY ПОПЫТАЛИСЬ ОБЪЕДИНИТЬ ОБА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ПОДХОДА В ОДНО НАПРАВЛЕНИЕ, КОТОРОЕ СОЧЕТАЛО БЫ В СЕБЕ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОБОИХ НАПРАВЛЕНИЙ, ЧТО ПОЗВОЛИЛО БЫ ПОВЫСИТЬ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПСИХОТЕРАПИИ.

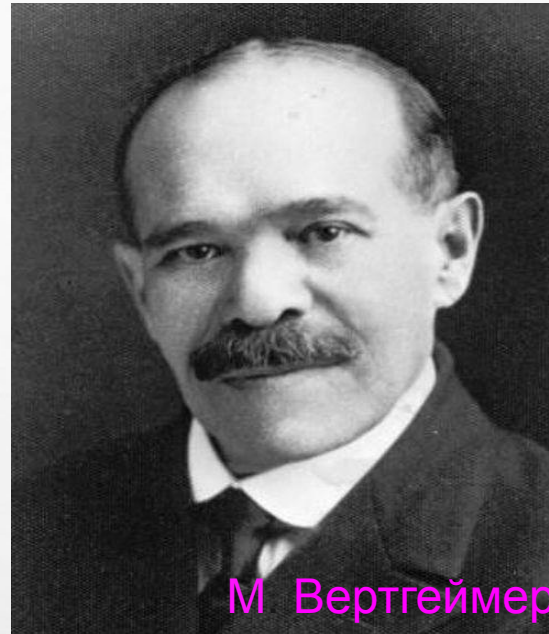
- **КОГНИТИВНОСТЬ В ПСИХОЛОГИИ** – СПОСОБНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА УМСТВЕННО ВОСПРИНИМАТЬ И ПЕРЕРАБАТЫВАТЬ ВНЕШНЮЮ ИНФОРМАЦИЮ, ИСХОДЯ ИЗ СВОИХ ГЛУБИННЫХ УБЕЖДЕНИЙ, УСТАНОВКАХ И АВТОМАТИЧЕСКИХ (НЕОСОЗНАННЫХ) МЫСЛЕЙ.
- **КОГНИЦИИ** – ЭТО СТЕРЕОТИПНЫЕ, «АВТОМАТИЧЕСКИЕ», ПОДЧАС МГНОВЕННЫЕ МЫСЛИ, КОТОРЫЕ ВОЗНИКАЮТ У ЧЕЛОВЕКА И ЯВЛЯЮТСЯ РЕАКЦИЕЙ НА ОПРЕДЕЛЕННУЮ СИТУАЦИЮ. КОГНИЦИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ТРАВМИРУЮТ ЧЕЛОВЕКА И ПРИВОДЯТ ЕГО К ПАНИЧЕСКИМ АТАКАМ, СТРАХАМ, ДЕПРЕССИЯМ И ДРУГИМ НЕРВНЫМ РАССТРОЙСТВАМ.

- КОГНИТИВНУЮ ПСИХОТЕРАПИЮ ИСПОЛЬЗУЮТ ПРИ КОРРЕКЦИИ БОЛЬШИНСТВА ПСИХИЧЕСКИХ И ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНЫХ РАССТРОЙСТВ. НО НАИБОЛЕЕ ЧАСТО К ДАННОЙ РАЗНОВИДНОСТИ ТЕРАПИИ ПРИБЕГАЮТ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ДЕПРЕССИИ.
- КРОМЕ ЛЕЧЕНИЯ ДЕПРЕССИИ И ПОВЫШЕННОЙ ТРЕВОЖНОСТИ ЭТУ РАЗНОВИДНОСТЬ ТЕРАПИИ ТАКЖЕ ПРИМЕНЯЮТ ДЛЯ УСТРАНЕНИЯ ОБЕССИВНО-КОМПУЛЬСИВНОГО РАССТРОЙСТВА, РАЗЛИЧНЫХ ФОБИЙ, РАССТРОЙСТВ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ, МИГРЕНЕЙ, ТРЕВОЖНОСТИ И ПРИСТУПОВ ГНЕВА, ДРУГИХ РАССТРОЙСТВ ЛИЧНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ.
- КОГНИТИВНЫЕ МЕТОДЫ МОГУТ БЫТЬ ЧАСТЬЮ КОМПЛЕКСНОЙ ТЕРАПИИ ПРИ ЛЕЧЕНИИ ШИЗОФРЕНИИ И БИПОЛЯРНОГО АФФЕКТИВНОГО РАССТРОЙСТВА. СОЧЕТАНИЕ ПСИХОТЕРАПИИ С ПРИЕМОМ МЕДИКАМЕНТОВ ПОЗВОЛЯЕТ УСТРАНИТЬ ГАЛЛЮЦИНАЦИИ У БОЛЬНЫХ ШИЗОФРЕНИЕЙ И СМЯГЧИТЬ ДРУГИЕ СИМПТОМЫ ЭТОЙ ПАТОЛОГИИ. ИССЛЕДОВАТЕЛИ ДОКАЗАЛИ ЕЕ ЭФФЕКТИВНОСТЬ ПРИ КОРРЕКЦИИ МНОГИХ СОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ.
- В ХОДЕ ТЕРАПИИ ПСИХОТЕРАПЕВТ РАБОТАЕТ НАД РЕШЕНИЕМ ПРОБЛЕМЫ, ОН НЕ ИЗМЕНЯЕТ ЛИЧНОСТНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПАЦИЕНТА ИЛИ ЕГО НЕДОСТАТКИ.

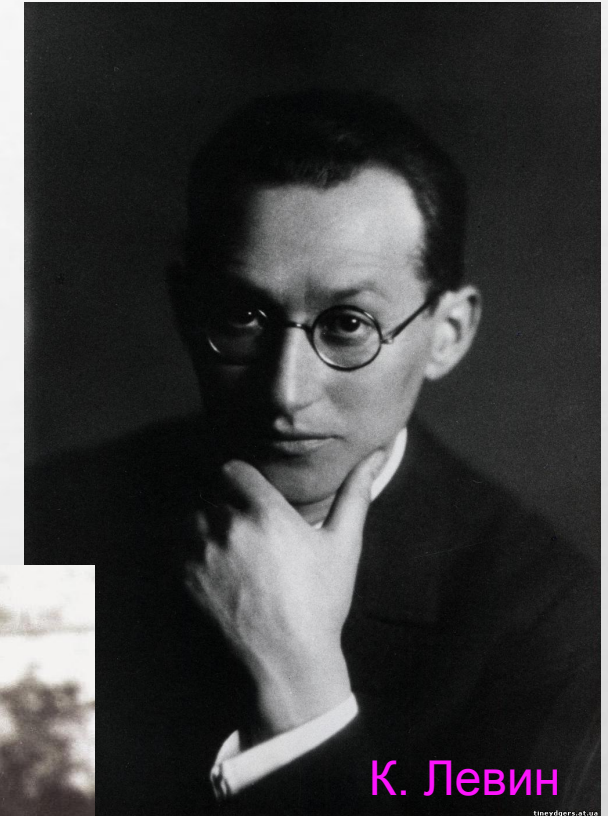
ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПИЯ

- КЛЮЧЕВОЕ СВОЙСТВО ГЕШТАЛЬТА ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В ТЯГОТЕНИИ К ЗАВЕРШЁННОСТИ
- **БАЗИСНЫМ ОБЪЯСНИТЕЛЬНЫМ ПОСТУЛАТОМ ГЕШТАЛЬТПСИХОЛОГИЯ ДЕЛАЕТ ПРИНЦИП ЦЕЛОСТНОСТИ.**
- КЛЮЧЕВЫМ ЯВЛЯЕТСЯ, КАКИМ ОБРАЗОМ ВОСПРИНИМАЕТ ИНФОРМАЦИЮ ЛИЧНОСТЬ.
- РАССМАТРИВАЕМОЕ НАПРАВЛЕНИЕ ВОЗНИКЛО ВСЛЕДСТВИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ВОСПРИЯТИЯ. В ФОКУСЕ ЕГО ВНИМАНИЯ СОСРЕДОТОЧЕНА ХАРАКТЕРНАЯ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ ПСИХИКИ К ПРЕОБРАЗОВАНИЮ ОПЫТА В ДОХОДЧИВОЕ ПОНИМАНИЕ ЦЕЛОЕ. ТАК, НАПРИМЕР, СОЗНАНИЕ В ХОДЕ ВОСПРИЯТИЯ БУКВ С НЕДОСТАЮЩИМИ ЧАСТЯМИ СИЛИТСЯ КОМПЕНСИРОВАТЬ ПРОБЕЛ, ПОЭТОМУ ЧЕЛОВЕК УЗНАЕТ ВСЮ БУКВУ.

- РАССМАТРИВАЕМЫЙ ТЕРМИН ОБЫЧНО СВЯЗЫВАЮТ С ПСИХОЛОГОМ М. ВЕРТГЕЙМЕРОМ. ИМЕННО ЭТОТ НЕМЕЦКИЙ УЧЁНЫЙ СЧИТАЕТСЯ ОСНОВАТЕЛЕМ ГЕШТАЛТПСИХОЛОГИИ.
- ТАКЖЕ СУЩЕСТВЕННЫЙ ВКЛАД В РАЗВИТИЕ ТЕЧЕНИЯ ВНЕСЛИ ТРУДЫ К. ЛЕВИНА И В.КЕЛЛЕРА. ОНИ, ОСНОВЫВАЯСЬ НА ИЗУЧЕНИИ ЗРИТЕЛЬНОЙ ПЕРЦЕПЦИИ, ВВЕЛИ КОНФИГУРАЦИИ «ГЕШТАЛТЫ», ЧТО ОЗНАЧАЕТ «ЦЕЛОСТНАЯ ФОРМА».



М. Вертгеймер



К. Левин



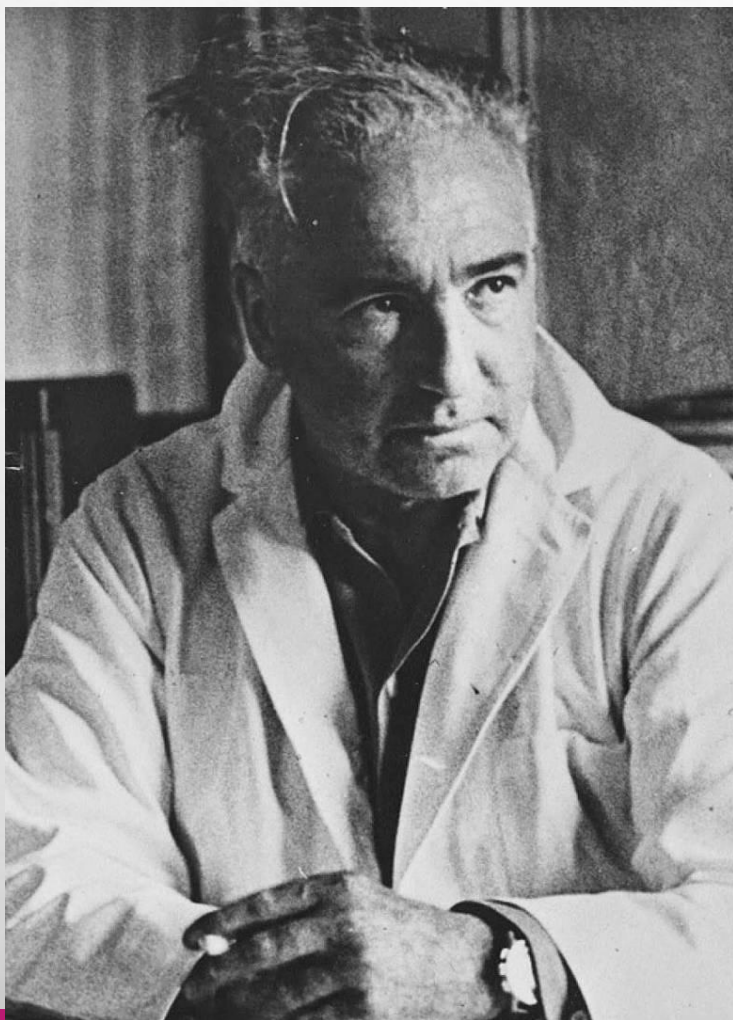
В.Келлер

- ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ ГЕШТАЛТПСИХОЛОГИИ – ЭТО СОЗНАНИЕ, ЯВЛЯЮЩЕЕ СОБОЙ ДИНАМИЧЕСКУЮ НЕДЕЛИМУЮ СТРУКТУРУ, В КОТОРОЙ ВСЕ СОСТАВЛЯЮЩИЕ ВЗАИМОЗАВИСИМЫ.
- СОЗНАНИЕ ИЗУЧАЕТСЯ С ПОМОЩЬЮ ГЕШТАЛЬТОВ, ЯВЛЯЮЩИМСЯ НЕДЕЛИМЫМ ФЕНОМЕНОМ.
- ЗРИТЕЛЬНОЕ ВОСПРИЯТИЕ СЧИТАЕТСЯ КЛЮЧЕВЫМ ПСИХИЧЕСКИМ ПРОЦЕССОМ, КОТОРЫЙ ОПРЕДЕЛЯЕТ УРОВЕНЬ СОЗРЕВАНИЯ ПСИХИКИ.
- МЫСЛИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ НЕ СОСТОИТ ИЗ НАБОРА НАВЫКОВ, ВЫРАБОТАННЫХ ПУТЁМ ПРОБ И ПРОМАХОВ. ОНА ЯВЛЯЕТСЯ ОПЕРАЦИОННОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ, НАПРАВЛЕННОЙ НА РЕШЕНИЕ ЗАДАЧ, КОТОРАЯ ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ ПОСРЕДСТВОМ СТРУКТУРИРОВАНИЯ ПОЛЯ, - ЧЕРЕЗ ИНСАЙТ.

- **ОДНА ИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ МЕТОДА:** ПАЦИЕНТ ДОЛЖЕН АКТУАЛИЗИРОВАТЬ У СЕБЯ СПОСОБНОСТЬ ОСОЗНАВАТЬ НАСТОЯЩЕЕ И ОЩУТИТЬ ВАЖНОСТЬ НЕПОСРЕДСТВЕННОГО ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ПЕРЕЖИВАНИЯ. ВРАЧ ПОЛУЧАЕТ ИНФОРМАЦИЮ, НЕОБХОДИМУЮ ДЛЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ, НАБЛЮДАЯ ПОВЕДЕНИЕ ПАЦИЕНТА. УСИЛИЯ ПСИХОТЕРАПЕВТА НАПРАВЛЕНЫ НЕ СТОЛЬКО НА ТО, ЧТОБЫ ИСКАТЬ ПРИЧИНЫ РАССТРОЙСТВ В ПРОШЛОМ, СКОЛЬКО НА ТО, ЧТОБЫ ПОНЯТЬ СУТЬ НАСТОЯЩЕГО.

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

- — НАПРАВЛЕНИЕ ПСИХОТЕРАПИИ, РАБОТАЮЩЕЕ С ПРОБЛЕМАМИ И НЕВРОЗАМИ ПАЦИЕНТА ЧЕРЕЗ ПРОЦЕДУРЫ ТЕЛЕСНОГО КОНТАКТА.
- МЕТОДЫ ТЕЛЕСНОЙ ТЕРАПИИ АКЦЕНТИРОВАНЫ НА ЗНАКОМСТВЕ КЛИЕНТА С СОБСТВЕННЫМ ТЕЛОМ, ПОДРАЗУМЕВАЮЩЕМ РАСШИРЕНИЕ ОСОЗНАНИЯ ИМ ТЕЛЕСНЫХ ОЩУЩЕНИЙ, ИССЛЕДОВАНИЕ ТОГО, КАК ПОТРЕБНОСТИ, ЖЕЛАНИЯ И ЧУВСТВА КЛИЕНТА КОДИРУЮТСЯ В РАЗЛИЧНЫХ ТЕЛЕСНЫХ СОСТОЯНИЯХ И ОБУЧЕНИЕ РЕАЛИСТИЧНОМУ РАЗРЕШЕНИЮ ВНУТРЕННИХ КОНФЛИКТОВ В ЭТОЙ ОБЛАСТИ



- НАЧАЛО ТЕЛЕСНОЙ-ОРИЕНТИРОВАННОЙ ПСИХОТЕРАПИИ ПОЛОЖИЛ **ВИЛЬГЕЛЬМ РАЙХ**.
- **ОСНОВОПОЛАГАЮЩИМ ПОСТУЛАТОМ**, ОБЕСПЕЧИВШИМ ПОСЛЕДУЮЩИЙ ВЕКТОР РАЗВИТИЯ ДАННОГО НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОТЕРАПИИ, **СТАЛО ПОНЯТИЕ МЫШЕЧНОГО ИЛИ ХАРАКТЕРОЛОГИЧЕСКОГО ПАНЦИРЯ**. МУСКУЛЬНЫЕ «ЗАЖИМЫ» ИЛИ МУСКУЛЬНЫЙ ПАНЦИРЬ, СОГЛАСНО В. РАЙХУ, СОЗДАЮТСЯ В КАЧЕСТВЕ ЗАЩИТЫ ПРОТИВ БЕСПОКОЙСТВА, КОТОРОЕ ВОЗНИКАЕТ У РЕБЁНКА НА ОСНОВЕ СЕКСУАЛЬНЫХ ЖЕЛАНИЙ И СОПРОВОЖДАЕТСЯ СТРАХОМ НАКАЗАНИЯ. И, КОНЕЧНО, ОСНОВНОЙ ЗАЩИТОЙ ОТ ЭТОГО СТРАХА ЯВЛЯЕТСЯ ПОДАВЛЕНИЕ ЕГО, ЧТО ВРЕМЕННО ОБУЗДЫВАЕТ СЕКСУАЛЬНЫЕ ИМПУЛЬСЫ. ВПОСЛЕДСТВИИ ТАКИЕ ЭГО-ЗАЩИТЫ СТАНОВЯТСЯ ПОСТОЯННЫМИ И АВТОМАТИЧЕСКИМИ, И, В РЕЗУЛЬТАТЕ, СТАНОВЯТСЯ ЧЕРТАМИ ХАРАКТЕРА, ОБРАЗУЕТСЯ ХАРАКТЕРНЫЙ ПАНЦИРЬ.



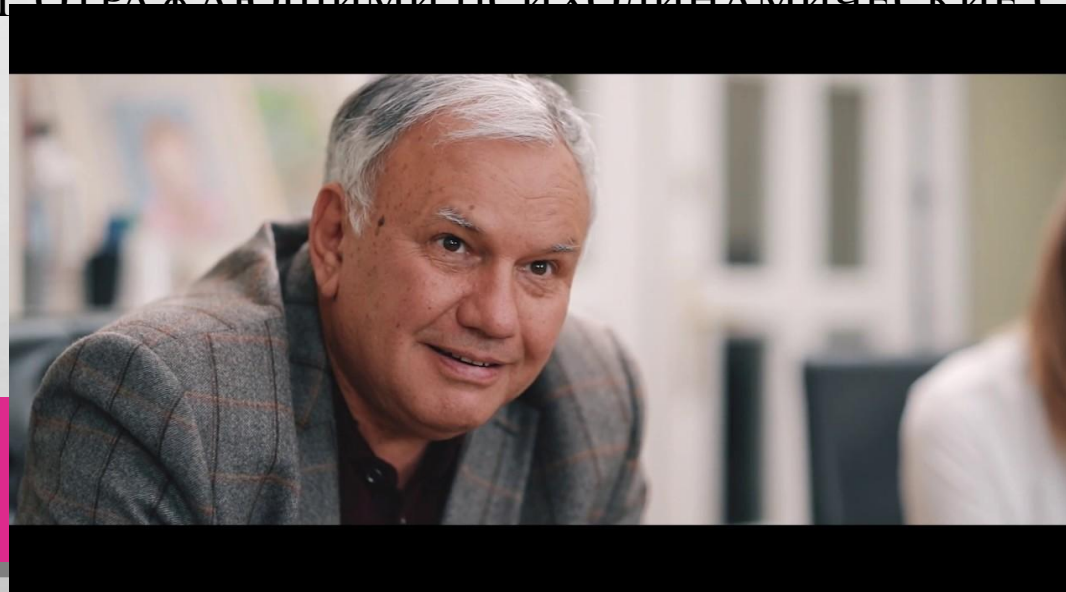
- «МЫШЕЧНЫЕ ЗАЖИМЫ», ОБЪЕДИНЯЯСЬ, ФОРМИРУЮТ «МЫШЕЧНЫЙ ПАНЦИРЬ» ИЛИ «БРОНЮ ХАРАКТЕРА». НЕГАТИВНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ЭТОЙ «БРОНИ» ПРОЯВЛЯЕТСЯ КАК В ТЕЛЕСНОЙ, ТАК И В ПСИХИЧЕСКОЙ СФЕРАХ.
- В ТЕЛЕСНОЙ СФЕРЕ ЭТО ПРИВОДИТ К ОГРАНИЧЕНИЯМ ПОДВИЖНОСТИ, НАРУШЕНИЯМ ПОЗЫ, УХУДШЕНИЮ КРОВООБРАЩЕНИЯ, БОЛЯМ (ВСЕ ЭТО ПРИЧИНЫ **ОСТЕОХОНДРОЗА, АРТРОЗОВ**, МНОГИХ СОМАТИЧЕСКИХ ЗАБОЛЕВАНИЙ). «БРОНЯ» НЕ ДАЕТ ЕСТЕСТВЕННО ПРОЯВЛЯТЬСЯ ЛЮБЫМ ЭМОЦИЯМ, МЕШАЕТ ЛИЧНОСТНОМУ РОСТУ. ЗАДАВЛЕННЫЕ С ДЕТСТВА ЭМОЦИИ (ГНЕВ, СТРАХИ, ПЕЧАЛЬ И ДР.) ТРЕБУЮТ ВЫХОДА И ВЫЗЫВАЮТ ТИКИ, ЗАИКАНИЯ, ВСЕ ВИДЫ НЕВРОЗОВ, ПРИВОДЯТ К ПОЯВЛЕНИЮ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК (ТАКИХ, КАК ПЕРЕЕДАНИЕ, КУРЕНИЕ, ПЬЯНСТВО И ДР.), **ДИСТОНИЯМ, ПЕПТИЧЕСКИМ ЯЗВАМ**, ДРУГИМ СОМАТИЧЕСКИМ И НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКИМ ЗАБОЛЕВАНИЯМ.

ПОЛЬЗА ОТ ТЕРАПИИ:

- ✓ *СНЯТИЕ НАПРЯЖЕНИЯ, ЗАЖИМОВ И БЛОКОВ В ТЕЛЕ;*
- ✓ *ВЫСВОБОЖДЕНИЕ ПОДАВЛЕННЫХ И ЗАБЛОКИРОВАННЫХ ЭМОЦИЙ;*
- ✓ *ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ НЕНУЖНЫХ МЫСЛЕЙ И ПЕРЕЖИВАНИЙ,*
- ✓ *ПРОЩЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ И БЛИЗКИХ ЛЮДЕЙ;*
- ✓ *ПРОРАБОТКА ДЕТСКИХ НЕГАТИВНЫХ ПРОГРАММ И УСТАНОВОК;*
- ✓ *ИЗБАВЛЕНИЕ ОТ НАВЯЗЧИВЫХ МЫСЛЕЙ, АПАТИЙ И ДЕПРЕССИЙ;*
- ✓ *ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРАВМ ПРОШЛОГО;*
- ✓ *ВОССТАНОВЛЕНИЕ ПРИРОДНОГО УРОВНЯ ЭНЕРГИИ.*

ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОБРАЗНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

- ЭТО СОВРЕМЕННАЯ ВЕТВЬ ПСИХОТЕРАПИИ, СОЗДАННАЯ НИКОЛАЕМ ЛИНДЕ.
- ОНА ПРИЗНАЕТ СУЩЕСТВОВАНИЕ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО, А ОСНОВОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ СЧИТАЕТ ХРОНИЧЕСКИЕ НЕГАТИВНЫЕ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ СОСТОЯНИЯ, ВОЗНИКШИЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ВНУТРИЛИЧНОСТНОГО ПСИХОДИНАМИЧЕСКОГО КОНФЛИКТА. ЭТОТ КОНФЛИКТ МОЖНО РАЗРЕШИТЬ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНЫХ ПРИЕМОВ РАБОТЫ С ОБРАЗАМИ, ОТРАЖАЮЩИМИ ПСИХОДИНАМИЧЕСКИЕ СИЛЫ.



- В БОЛЬШИНСТВЕ СЛУЧАЕВ ЭТО КРАТКОСРОЧНАЯ ТЕРАПИЯ, ЧТО ЯВЛЯЕТСЯ ОДНИМ ИЗ ГЛАВНЫХ ДОСТОИНСТВ МЕТОДА.
- **ТЕХНИКИ ПРИМЕНИМЫ К ШИРОКОМУ КОНТЕКСТУ ЗАПРОСОВ.**

КОРРЕКЦИЯ РАЗНООБРАЗНЫХ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ ПРОБЛЕМ И ПСИХОГЕННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ:

- АЛЛЕРГИИ, АСТМЫ И ХРОНИЧЕСКОЙ ЗАЛОЖЕННОСТИ НОСА; ПСИХОГЕННЫХ БОЛЕЙ ГОЛОВЫ, РУК, НОГ;
- НЕЙРОДЕРМИТА; ЛОГОНЕВРОЗА; ТАХИКАРДИИ И АРИТМИИ; МИОМЫ МАТКИ; ЗАБОЛЕВАНИЯ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ; ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ ОНКОЛОГИЧЕСКИХ БОЛЬНЫХ.

● РЕШЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ ПРОБЛЕМ:

- ДЕПРЕССИВНЫЕ СОСТОЯНИЯ;
- СТРЕССОВЫЕ ПЕРЕЖИВАНИЯ;
- ФОБИИ, ПАНИЧЕСКИЕ АТАКИ, СТРАХ ВЫСОТЫ И ДР.;
- ТРЕВОГА И СТРАХ ПУБЛИЧНЫХ ВЫСТУПЛЕНИЙ;
- ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ЗАВИСИМОСТИ;
- РАБОТА С ГОРЕМ И УТРАТОЙ;
- ПОСЛЕДСТВИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРАВМ, НАСИЛИЯ;
- ПОДАВЛЕННЫЕ ЧУВСТВА (ВИНА, АГРЕССИЯ, ГНЕВ) И ДР.

АРТ-ТЕРАПИЯ

- АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ПСИХОТЕРАПИИ – ЭТО МЯГКИЙ И БЕЗОПАСНЫЙ СПОСОБ КОРРЕКЦИИ ЛИЧНОСТИ С ПОМОЩЬЮ ИСКУССТВА. ПРИ НЁМ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ И ПСИХИЧЕСКОЕ СОСТОЯНИЕ ПАЦИЕНТА ОКАЗЫВАЕТСЯ ЧЕРЕЗ ТВОРЧЕСКОЕ САМОВЫРАЖЕНИЕ. ТАКИМ ОБРАЗОМ ПРОИСХОДИТ ЛЕЧЕНИЕ ИСКУССТВОМ.



- В 1938 ГОДУ ХУДОЖНИК АДРИАН ХИЛЛ НАЗВАЛ АРТ-ТЕРАПИЕЙ МЕТОД СВОЕЙ РАБОТЫ С БОЛЬНЫМИ В ТУБЕРКУЛЕЗНОМ САНАТОРИИ. ЭТОТ ТЕРМИН, КОТОРЫЙ БУКВАЛЬНО ПЕРЕВОДИТСЯ КАК ЛЕЧЕНИЕ ИСКУССТВОМ, СТАЛ В ДАЛЬНЕЙШЕМ ОБОЗНАЧАТЬ ВСЕ ВИДЫ РАБОТЫ С ПАЦИЕНТАМИ С ПОМОЩЬЮ ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ИЛИ ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.

- АРТ-ТЕРАПИЯ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ЛЮДЕЙ С РАЗЛИЧНЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ. ВСЕ БОЛЕЕ ПОПУЛЯРНЫМИ СТАНОВЯТСЯ ЗАНЯТИЯ РАЗЛИЧНЫМИ ВИДАМИ ТВОРЧЕСТВА, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ СНЯТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ НАПРЯЖЕНИЕ, ОКАЗЫВАЮТ МЯГКОЕ ПСИХОКОРРЕКТИРУЮЩЕЕ ДЕЙСТВИЕ И ПРОСТО ПРИНОСЯТ УДОВОЛЬСТВИЕ.
- БЛАГОТВОРНОЕ ВЛИЯНИЕ НА ПСИХИКУ ОКАЗЫВАЮТ ЛЮБЫЕ ВИДЫ ТВОРЧЕСТВА И ЗАНЯТИЯ ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНЫМ ИСКУССТВОМ: КЕРАМИКОЙ, ВЫШИВКОЙ, ВЯЗАНИЕМ, РЕЗЬБОЙ ПО ДЕРЕВУ И Т.Д. ЗАНЯТИЕ ПОДОБНЫМИ ВИДАМИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПОВЫШАЕТ НАСТРОЕНИЕ И САМООЦЕНКУ, ДЕЛАЕТ ЖИЗНЬ ЯРЧЕ И ПОМОГАЕТ НАЙТИ ЕДИНОМЫШЛЕННИКОВ И ДРУЗЕЙ.

- АРТ-ТЕРАПИЯ – ЭТО НЕ ХОББИ, А ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА. ОНА ПРИНОСИТ НАИБОЛЕЕ ОЩУТИМУЮ ПОЛЬЗУ, КОГДА ЗАНЯТИЯ ПРОВОДИТ СПЕЦИАЛЬНО ПОДГОТОВЛЕННЫЙ ПСИХОЛОГ ИЛИ ХУДОЖНИК, ПОЛУЧИВШИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ. СПЕЦИАЛИСТ МОЖЕТ ПРАВИЛЬНО НАСТРОИТЬ И ПРОКОНТРОЛИРОВАТЬ ПРОЦЕСС, А ТАКЖЕ ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ РЕЗУЛЬТАТ.



- ВИДОВ СОВРЕМЕННОЙ АРТ-ТЕРАПИИ ОЧЕНЬ МНОГО, НО САМЫЙ ПОПУЛЯРНЫЙ МЕТОД, С КОТОРЫМ У БОЛЬШИНСТВА ОНА АССОЦИИРУЕТСЯ – ТЕРАПИЯ РИСОВАНИЕМ ИЛИ ИЗОТЕРАПИЯ.
- ЭТОТ МЕТОД ОСНОВАН НА ИСПОЛЬЗОВАНИИ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА. ПРИ ЭТОМ ЧЕРЕЗ РИСОВАНИЕ ВЫРАЖАЕТСЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА. ТАКЖЕ ОН ИСПОЛЬЗУЕТСЯ ДЛЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ НЕВРОТИЧЕСКИХ И ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ НАРУШЕНИЙ СРЕДИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ СО СЛОЖНОСТЯМИ В ОБУЧЕНИИ И СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ.

ДРУГИЕ ВИДЫ АРТ-ТЕРАПИИ:

- МУЗЫКОТЕРАПИЯ – ПРОСЛУШИВАНИЕ, ИСПОЛНЕНИЕ ИЛИ СОЗДАНИЕ МУЗЫКИ;
- БИБЛИОТЕРАПИЯ – ЧТЕНИЕ КНИГ;
- КИНЕЗИТЕРАПИЯ – ТЕХНИКА ЛЕЧЕНИЯ С ПОМОЩЬЮ ТАНЦЕВ И СПОНТАННЫХ ДВИЖЕНИЙ;
- ИГРОТЕРАПИЯ – С ПОМОЩЬЮ ИГРУШЕК И ИГРОВЫХ СИТУАЦИЙ МОДЕЛИРУЕТСЯ ПРОБЛЕМА И НАХОДИТСЯ РЕШЕНИЕ, ОПТИМАЛЬНЫЙ ВАРИАНТ ВЫХОДА ИЗ НЕЕ;
- СКАЗКОТЕРАПИЯ – ПАЦИЕНТЫ СЛУШАЮТ СКАЗКИ ИЛИ ПРИДУМЫВАЮТ САМИ.



- ПСИХОТЕРАПЕВТЫ СОЧЕТАЮТ В СВОЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ РАЗЛИЧНЫЕ МЕТОДЫ И ПРИЁМЫ ОБЩЕНИЯ, РЕЖЕ – МЕДИКАМЕНТОЗНУЮ ТЕРАПИЮ.
- В ПРОЦЕССЕ ПСИХОТЕРАПИИ КЛИЕНТ НАХОДИТСЯ С ДОКТОРОМ В ЗДОРОВЫХ, ПРИНИМАЮЩИХ ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ОТНОШЕНИЯХ, КОТОРЫЕ ДАЮТ ЕМУ НОВЫЙ ОПЫТ И ДРУГИЕ СПОСОБЫ РЕАГИРОВАНИЯ НА ТЕ ИЛИ ИНЫЕ ЖИЗНЕННЫЕ СИТУАЦИИ. ПСИХОТЕРАПЕВТ НЕ ДОЛЖЕН УЧИТЬ ЖИЗНИ И РАЗДАВАТЬ СОВЕТЫ В ПРОЦЕССЕ ТЕРАПИИ, ОН ПОМОГАЕТ САМОМУ ЧЕЛОВЕКУ РАЗОБРАТЬСЯ В СВОИХ ПОВТОРЯЮЩИХСЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ РЕАКЦИЯХ (ПАТТЕРНАХ ПОВЕДЕНИЯ) И НАЙТИ НОВЫЙ (ДРУГОЙ) ЗДОРОВЫЙ НАВЫК РЕАГИРОВАНИЯ.

РЕЗУЛЬТАТ ПСИХОТЕРАПИИ

- ЦЕЛЮ ЛЮБОЙ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ЯВЛЯЕТСЯ НЕ ПРОСТО СНЯТИЕ СИМПТОМА И ВРЕМЕННОЕ ОБЛЕГЧЕНИЕ СОСТОЯНИЯ, НО УЛУЧШЕНИЕ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ. ТЕРАПЕВТ СОВМЕСТНО С КЛИЕНТОМ В ПРОЦЕССЕ РАБОТЫ ВМЕСТЕ НАХОДЯТ ИНСТРУМЕНТЫ И СПОСОБЫ ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ. ТАКИМ ОБРАЗОМ, КЛИЕНТ УЧИТСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО, БЕЗ ПОМОЩИ ПСИХОТЕРАПЕВТА, СПРАВЛЯТЬСЯ СО СЛОЖНЫМИ СИТУАЦИЯМИ И СОСТОЯНИЯМИ В БУДУЩЕМ.

КУРСЫ В КАЗАНИ

- НАУЧНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ, ЭТНОПСИХОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ МЕЖКУЛЬТУРНОЙ КОММУНИКАЦИИ, РАНЕЕ ТРЕНИНГ-ЦЕНТР, БЫЛ СОЗДАН ДЛЯ ТЕХ, КТО ХОЧЕТ БЫТЬ ПРОФЕССИОНАЛОМ В ОБЛАСТИ ПСИХОЛОГИИ, А ТАКЖЕ ДЛЯ ТЕХ, КТО ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ХОЧЕТ ИЗМЕНИТЬ СВОЮ ЖИЗНЬ К ЛУЧШЕМУ. ВСЕ ПРОГРАММЫ - ЭТО ОТРАБОТАННЫЕ И ПРОВЕРЕННЫЕ ВРЕМЕНЕМ РАЗРАБОТКИ. РАБОТАЮТ СПЕЦИАЛИСТЫ СО СТАЖЕМ НЕ МЕНЕЕ 15 ЛЕТ В ОБЛАСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ, КОУЧИНГА, ТРЕНЕРСКОЙ РАБОТЫ, А ТАКЖЕ ПСИХОТЕРАПИИ, КАНДИДАТЫ И ДОКТОРА НАУК.
- [HTTPS://KPFU.RU/TRENING-CENTR/O-NOС](https://kpfu.ru/trening-centr/o-noc)
- [HTTPS://KPFU.RU/TRENING-CENTR/PROGRAMMY-TRENING-CENTRA](https://kpfu.ru/trening-centr/programmy-trening-centra)



<u>Телесно-ориентированная психотерапия</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	6 мес 180 ак.ч	30.10.20	35 000
<u>Супервизия</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Сертификат КФУ	9 мес	По мере набора группы	40 000
Основы консультативной психологии (психологического консультирования)	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	36 ак.ч	02.10.20	4 800
<u>Психоанализ и психодинамический подход в консультировании</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	36 ак.ч	23.10.20	4 800

<u>Когнитивно-поведенческий подход в консультировании</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	36 ак.ч	06.11.20	4800
---	------------------------	---	-------------------	---------	----------	------

<u>Экзистенциально-гуманистический подход в консультировании</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	36 ак.ч	27.11.20	4800
--	------------------------	---	-------------------	---------	----------	------

Январь 2021

<u>Групповое консультирование и психотерапия</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	36 ак.ч	22.01.21	4800
<u>Диагностика нормы и патологии в клинической психологии</u>	Повышение квалификации	Очно с применением дистанционных технологий	Удостоверение КФУ	36 ак.ч	22.01.21	4800

КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ И РАЗВИТИЯ НАВЫКОВ ПО ПСИХОЛОГИИ



ПСИХОТЕРАПИЯ ПАР

ОЧНО

11 ОКТЯБРЯ 2020 В 18:00



ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ТЕРАПИЯ (БОДИНАМИКА)

ОЧНО

26 СЕНТЯБРЯ 2020 В 18:00



**ИНСАЙТ
ИНСТИТУТ**
усовершенствования



КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ



АРТ-ТЕРАПИЯ

ОЧНО

ДИСТАНЦИОННО



СЕМЕЙНОЕ И ДЕТСКОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

ОЧНО



ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ

ОЧНО

168



ПРИМЕРЫ ПРОГРАММ ПО КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ И ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННОЙ (НА 2020 ГОД)

Курс рассчитан на психологов-практиков, врачей-психотерапевтов, которые хотят с нуля освоить когнитивно-поведенческий подход, как метод психотерапии.

Документы:

- Удостоверение о повышении квалификации установленного образца (72 часа). Выдается после прохождения полного курса.

Структура обучения:

- Полный курс обучения состоит из 7 модулей
- 72 академических часов
- Практико-ориентированный курс
- Интервизия
- Семинары проходят 1 раз в месяц, по воскресеньям с 10:00-18:00

Ведущий:

Граница Александр, практикующий врач-психиатр, психолог.

Преподаватель, института "Инсайт". Сертифицированный специалист в когнитивно-поведенческом подходе.

Полная стоимость курса 35 000 р.

Действуют скидки при ранней оплате:

- 31 500р – при оплате 50% до 25 сентября
- 28 000р – при оплате 50% до 25 августа

Действует рассрочка на весь период обучения от полной стоимости курса.

Данная программа – это длительный курс обучения, включающий в себя 7 ступеней.

Каждая ступень будет посвящена определенной структуре характера.

Встречи будут проходить 2 раз в месяц – это очень важно: изученные техники закрепятся, их обязательно нужно будет практиковать, а на следующем занятии обсудить ваши результаты.

Стоимость полного курса: 63 000 р.

- 56 700 р - при ранней оплате 50% до 26 августа скидка 10%

Предоплата в размере 50 %, вторая часть за 2 недели до начала обучения.

Курс рассчитан на психологов-практиков, врачей-психотерапевтов и всем, кто интересуется методом телесно-ориентированной терапии.

Действует рассрочка на весь период обучения от полной стоимости курса.

В случае, если вы приняли решение расторгнуть договор позднее 25 августа Институт оставляет за собой право удержать 10% от стоимости забронированного курса.

Документы:

- Удостоверение о повышении квалификации установленного образца (140 часов). Выдается после прохождения полного курса.

Структура обучения:

- Начало обучения 26 сентября
- Полный курс обучения состоит из 7 модулей
- Семинары проходят 1 раз в месяц, суббота и воскресенье

- ИНСТИТУТ ПРАКТИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ «ИМАТОН» ПРОВОДИТ ВЕБИНАРЫ, СЕМИНАРЫ И РАЗЛИЧНЫЕ ОБУЧАЮЩИЕ ПРОГРАММЫ (НО НАХОДИТСЯ В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ)

- [HTTPS://WWW.IMATON.RU/](https://www.imaton.ru/)

The screenshot shows the website interface for the 'Masterclass of Psychological Consultation' program. The top navigation bar includes categories: 'Все программы', 'Семинары и тренинги', 'Вебинары', 'Дистанционное обучение', 'Дополнительное профессиональное образование', and 'Вечернее обучение'. The left sidebar lists various programs, with 'Мастерская' selected. The main content area features the title 'Мастерская психотерапевтического консультирования' and lists two speakers: Александр Иосифович Палей and Ирина Алексеевна Алексеева. A box on the right provides the dates (23.10.2020 - 30.05.2021) and a 'Leave a request' button. Below the speakers, there is a 'Внимание!' section and a detailed description of the program's format and duration.

Все программы

Семинары и тренинги

Вебинары

Дистанционное обучение

Дополнительное профессиональное образование

Вечернее обучение

Психологическое консультирование

Семейная психотерапия

Арт-терапия

Танцевальная и телесная терапия

Детская психология

Тренинги личностного роста (психология жизни)

Трансформационные игры

Методики проведения личностных тренингов

Методики проведения бизнес-тренингов

Бизнес-семинары


Бесплатные встречи


Мастерская

Авторская программа

Мастерская психотерапевтического консультирования


Ведущие:

 **Александр Иосифович Палей**, кандидат психологических наук, научный руководитель института практической психологии «Иматон», заведующий кафедрой психологического консультирования, руководитель программы дополнительного профессионального образования «Психологическое консультирование: интегративный подход» института «Иматон»;

 **Ирина Алексеевна Алексеева**, заведующая кафедрой психологической помощи в кризисных и посттравматических состояниях Института практической психологии «Иматон», клинический психолог, психолог-консультант, эксперт Национального фонда защиты детей от жестокого обращения.

Даты проведения
23.10.2020 - 30.05.2021
(250 академических часов)

[Оставить заявку](#)

 [Видео-материалы и публикации ведущего](#)

Внимание! Двадцать седьмой набор!

Авторская мастерская является пролонгированной формой повышения квалификации для специалистов психологического, медицинского и социально-педагогического профиля.

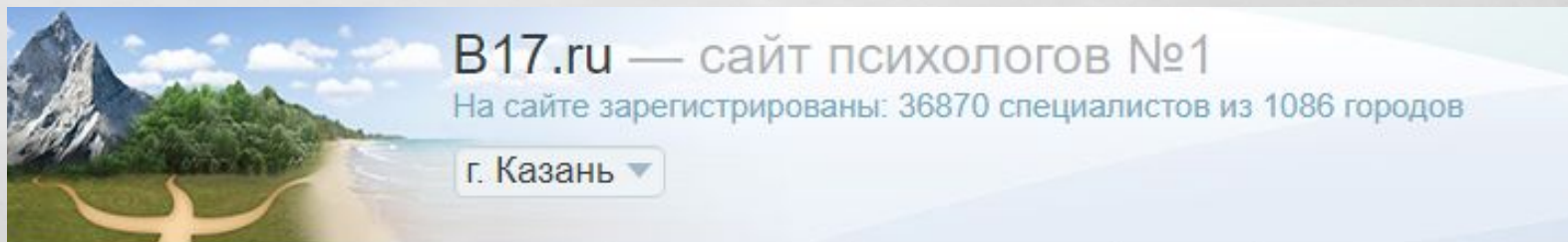
В мастерскую принимаются специалисты, работа которых связана с различными видами психологического консультирования и психотерапией, а также студенты последних курсов соответствующих вузов.

Обучение в мастерской рассчитано на 8 месяцев и осуществляется в формате ежемесячных трехдневных встреч (пятница-воскресенье) в течение учебного года (октябрь-май), общий объем — 250 академических часов.

ПОЛЕЗНЫЕ РЕСУРСЫ

- **НА САЙТЕ В17 МОЖНО НАЙТИ МНОГО СТАТЕЙ, СЕМИНАРОВ (В ВАШЕМ ГОРОДЕ) И КУРСОВ, А ГЛАВНОЕ ПСИХОЛОГОВ И ПСИХОТЕРАПЕВТОВ!**

- **[HTTPS://WWW.B17.RU/](https://www.b17.ru/)**



ЛУЧШИЕ ПСИХОТЕРАПЕВТЫ (ПО МНЕНИЮ ПСИХОЛОГОВ)

Ирвин Ялом

*«Легче, намного легче подчиняться другому,
чем командовать собой»*





Нэнси МакВильямс

“Во внутреннем мире людей, которые выглядят образцами добродетели, всегда найдется парадоксальный островок разврата”



Отто Кернберг

“Мазохизм – это способность растворять ненависть в любви”.

Злата Заньковская



“Наши взгляды на детей часто суетливые, острые и критичные — и дети от таких взглядов отводят свои глаза. И часто ведь, глядя в глаза детей, мы думаем не о них — думаем о работе, усталости, о своих сложностях — и ребёнок в наших глазах «отражается» часто именно так...усталостью и тяжестью...”

Светлана



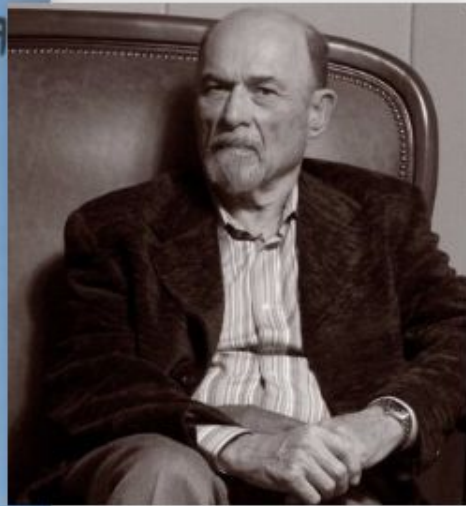
Разида Ткач



Евгения Стрелецкая



ПОДБОРКА КНИГ



ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ

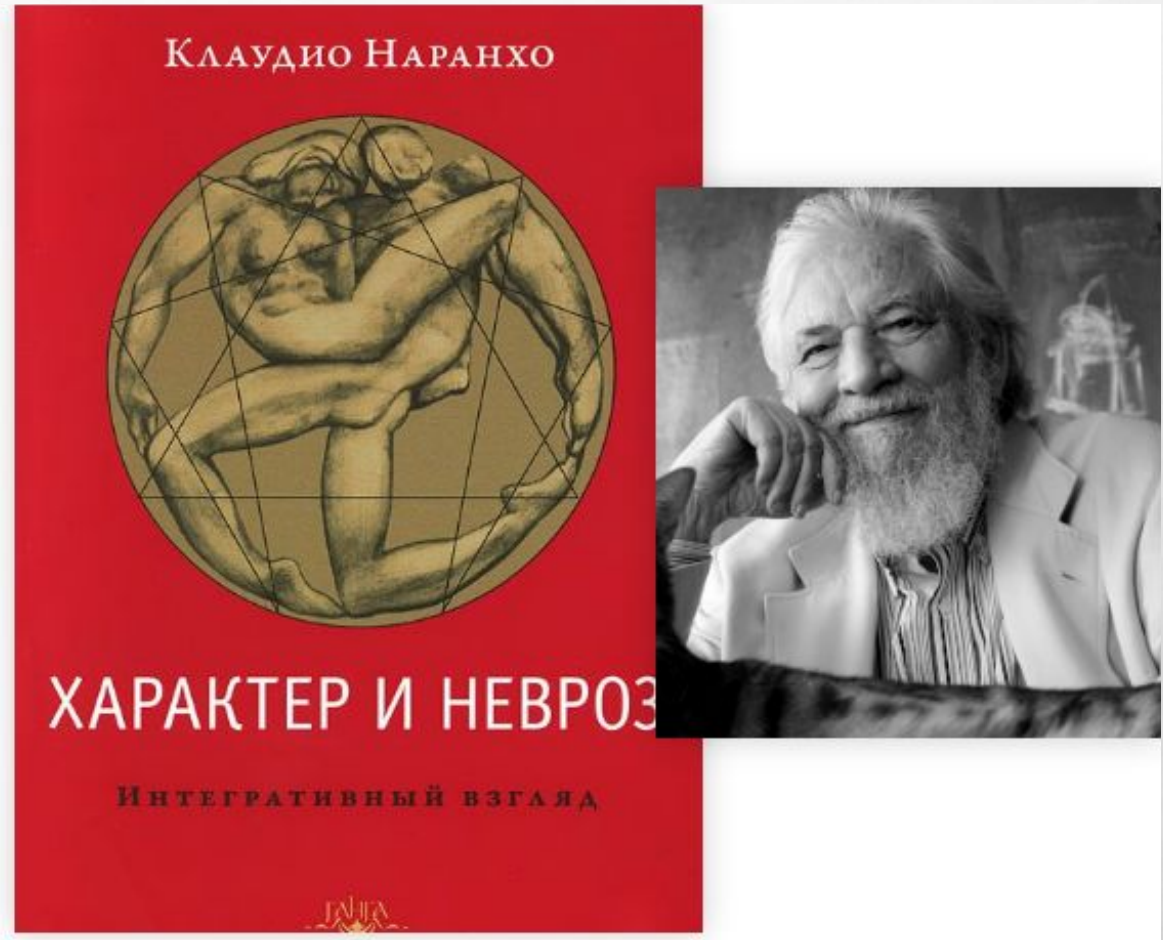
ИРВИН ЯЛОМ

#экзистенциальная_терапия

ХАРАКТЕР И НЕВРОЗ

КЛАУДИО НАРАНХО

#эннеаграмма



ПСИХОАНАЛИТИЧЕСКАЯ ДИАГНОСТИКА

НЭНСИ МАК-ВИЛЬЯМС

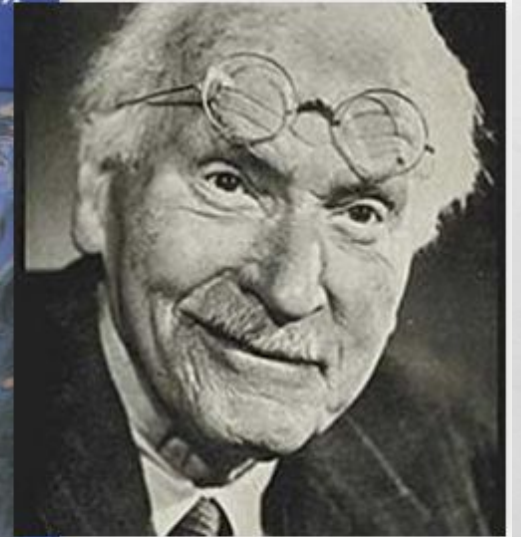
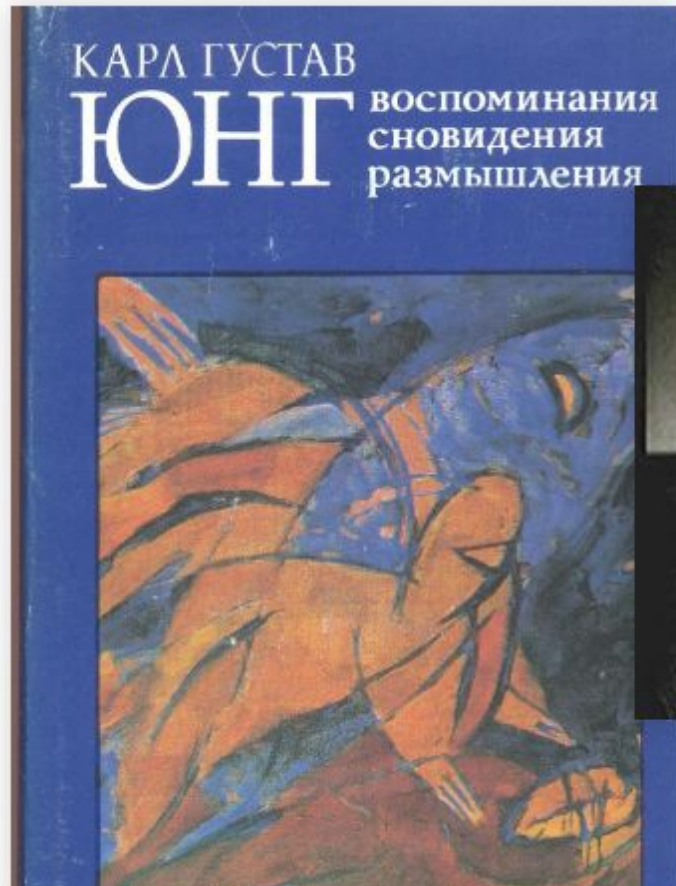
#психоанализ



ВОСПОМИНАНИЯ, СНОВИДЕНИЯ, РАЗМЫШЛЕНИЯ

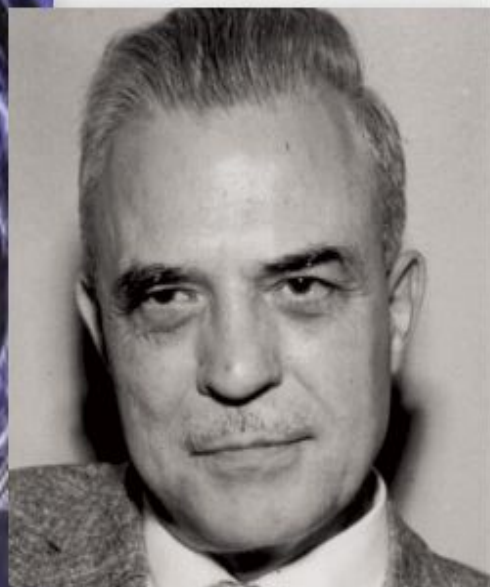
КАРЛ Г. ЮНГ

#аналитическая_психология



Милтон Эриксон

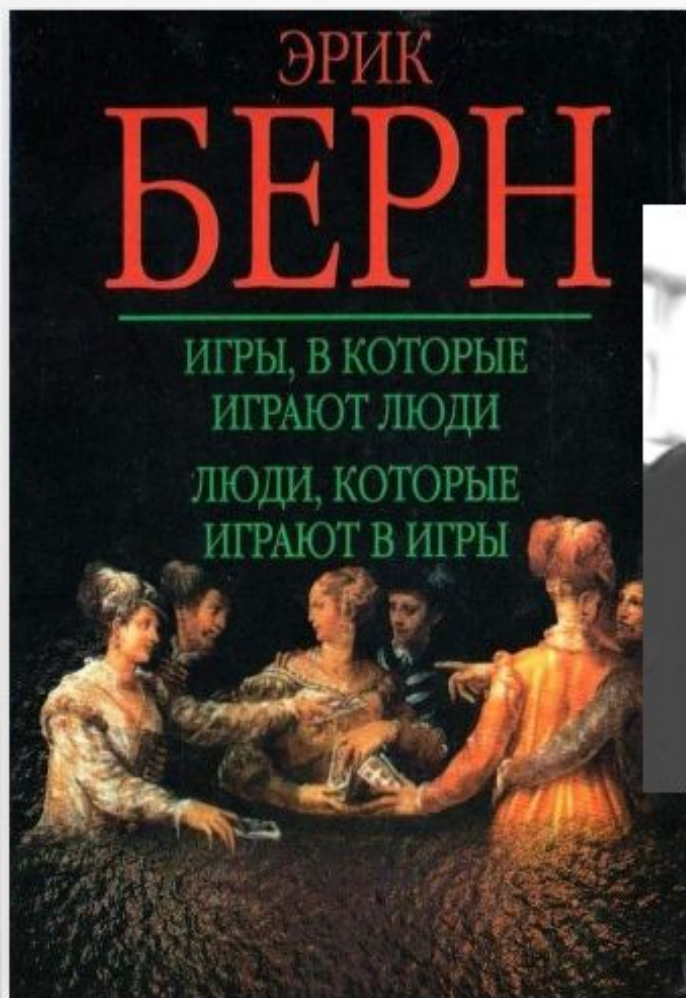
МОЙ ГОЛОС
ОСТАНЕТСЯ С ВАМИ...



МОЙ ГОЛОС ОСТАНЕТСЯ С ВАМИ

МИЛТОН ЭРИКСОН

#гипноз



ИГРЫ, В КОТОРЫЕ ИГРАЮТ ЛЮДИ. ЛЮДИ, КОТОРЫЕ ИГРАЮТ В ИГРЫ

ЭРИК БЕРН

#транзактний_анализ

ОТНОШЕНИЯ ЛЮБВИ: НОРМА И ПАТОЛОГИЯ

ОТТО КЕРНБЕРГ

#психоанализ



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

