

Смысл – мощнейший источник энергии для человека. Глубокий смысл может оживить любое дело. Он дает силу и уверенность в работе. Для психолога одним из источников смысла в деятельности является свободное и профессиональное владение психологическим инструментарием.

I. БОС

БОС (биологическая обратная связь) – это передача информации психологу в ходе диагностики о том, как функционируют органы и системы обследуемого (в виде графиков и игровых сюжетов).

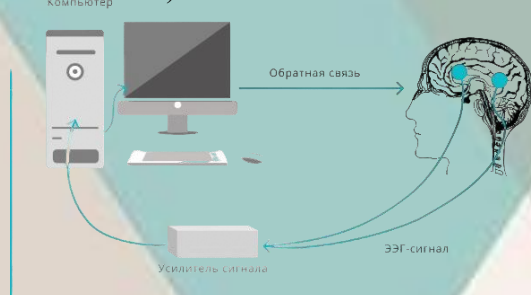


Схема обратной связи БОС

При помощи современных компьютерных тренажеров возможно обучить обследуемого навыкам сохранения и укрепления здоровья.

БОС-терапия – метод, который учит диафрагмальному дыханию, снижает напряжение, помогает успокоиться.

Обследование и упражнение на приборах БОС можно использовать с детьми с 5 лет (с нарушением внимания, ярко выраженной агрессией, синдромом дефицита внимания и гиперактивностью).

Занятия с использованием метода БОС способствуют:

- ✓ лечению и коррекции психических состояний – при психосоматических заболеваниях и психоэмоциональных нарушениях;
- ✓ восстановлению ресурсов организма в процессе реабилитации после значительных нагрузок, болезней, постстрессовых нарушений;

- ✓ повышению стрессоустойчивости при профессиональных, возрастных и кризисных нагрузках и расширению спектра эффективных поведенческих стратегий;
- ✓ повышению работоспособности, поддержанию высокой концентрации внимания, расширению возможностей произвольного контроля поведения и саморегуляции эмоционального состояния.

✎ Записаться на занятия с использованием БОС в ЧОЦСЗ «Семья» можно по телефону 8(351) 700-14-42.

II. САНАТА – КОМПЛЕКТ АУДИОВИЗУАЛЬНЫХ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ ПРОГРАММ

В комплект входят 4 психокоррекционных программы с различной направленностью:

- ✓ «Релаксон» - на устранение тревоги, напряженности, фобических и панических расстройств, нормализацию сна.
- ✓ «Тонус» - на устранение депрессии и повышение активности, продуктивности и работоспособности.
- ✓ «Статус» - на повышение самооценки, уверенности в себе и социальной адаптивности.
- ✓ «Саната» - на физическое оздоровление, профилактику соматических заболеваний, повышение психофизиологической устойчивости.



ПЛЮСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОМПЛЕКТА «САНАТА»

Облегчает коррекционную работу психолога и повышает ее результативность;

При проведении сеансов не требует специальной подготовки психолога;

Имеет возможность применения для семейной и групповой коррекции;

Может использоваться в работе с детьми (возраст 5+);

Используется как самостоятельный метод и может дополнять любой метод психотерапии и реабилитации.

ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ ПРОГРАММЫ «САНАТА»

- ✓ Реабилитация в стационарных отделениях ЧОЦСЗ «Семья»;
- ✓ В психологическом консультировании и коррекции обратившихся за помощью в отделение Экстренной психологической помощи и экстренного реагирования СМФЦ;
- ✓ В подготовке кандидатов в замещающие родители в отделении Школы приемного родителя «Росток»;
- ✓ При проведении тренинговых занятий по различной проблематике отделения Оказания социальных услуг и социального сопровождения СМФЦ;
- ✓ На выездах мобильной бригады в ходе группового консультирования;
- ✓ В проведении обучающих занятий со специалистами Челябинской области на курсах повышения квалификации.

Квалифицированные специалисты, прошедшие подготовку по работе на аппарате БОС помогут научить клиента регулировать свое эмоциональное состояние, контролировать себя и обучат эффективным методам релаксации.

✎ Записаться на консультации с использованием программы «САНАТА» в ЧОЦСЗ «Семья» можно по телефону 8(351) 700-14-42.

III. МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ

Метафорические ассоциативные карты представляют собой набор картинок, символов или метафор, которые могут помочь выразить свои мысли, чувства и переживания через визуальные образы. Психолог может предложить выбрать карту, которая наиболее точно отражает его состояние или проблему, с которой он столкнулся. Затем совместно проанализировать ее значение и связать с текущей жизненной проблемой.



Самые популярные МАК-карты, которые психологи ЧОЦСЗ «Семья» используют в своей деятельности направлены на работу:

- ✓ **Тинейджеры** – с отношениями, переживаниями, ожиданиями, намерениями, формами поведения, свойственными современным подросткам;
- ✓ **Персона** - с чувствами и состояниями;
- ✓ **Экко** - с творческим потенциалом;
- ✓ **Про тебя** - с метафорой женской идентичности;
- ✓ **Окна и двери** - с состояниями, искать ресурсы, новые пути решения;
- ✓ **Пути-дороги** - с жизненными сценариями и проблемами выбора пути;
- ✓ **Лестницы** – с отношением к ситуациям успеха и неудачи;
- ✓ **Из сундука прошлого** – с детскими переживаниями;
- ✓ **Огонь, мерцающий в сосуде** – с образом «Я»;
- ✓ **Проститься, чтобы жить** – с переживаниями горя и утраты;

- ✓ **Кнуты и пряники** – с вопросами жестокости в отношениях;
- ✓ **Роботы** – с детьми, подростками и взрослыми;
- ✓ **Дом** - решение задач личностного развития и психотерапии внутри межличностных конфликтов.

ПЛЮСЫ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ МАК



- ✓ интернациональны и могут применяться для всех возрастов;
- ✓ помогают выстроить диалог между внутренним и внешним, вывести глубинные смыслы на поверхность;
- ✓ помогают убрать защитные барьеры психики;
- ✓ создают людям условия для саморазвития и самопознания;
- ✓ создают безопасную и комфортную обстановку для доверительных отношений в паре или в группе;
- ✓ используются в качестве заместителей на расстановках по Хеллингеру — при работе терапевт-клиент в индивидуальном формате;
- ✓ помогают найти ресурс для решения проблемы;
- ✓ являются инструментом для проективной психотерапевтической работы.

НАШИ КОНТАКТЫ:

454047, г. Челябинск, ул. Румянцева,
19а

Наши координаты: ☎ тел. 700-14-42

сайт: www.семья-центр.рф

Дополнительная информация

☎ Телефон доверия: 8(351)721-19-21

☎ Детский телефон доверия

8 800 2000 122



«ЧЕЛЯБИНСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ «СЕМЬЯ»

Ресурсная служба образовательных,
методических услуг и организации
межведомственного взаимодействия

ОЖИВЛЕННЫЕ СМЫСЛЫ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА



Для руководителей и специалистов
системы социальной защиты,
работающих с семьей и детьми