**15-дәріс. Психологиялық консультацияның қорытынды сатысы**

**1.Психологиялық кеңес берулық көмекті ұйымдастыру**

**2.Медициналық көмек жүйесіндегі психотерапевт дәрігердің рөлі**

**3.Психологиялық кеңес беру саласындағы оқыту**

**Дене терапиясына** биоэнергетикаға негізделген жаттығулар жатады. Олардың ішінде М.Фельденкрайс әдісі, Ф.М.Александер әдісі, "құрылым одақтастығы", "алғашқы терапия" және басқа физикалық факторлар ықпалына ерекше көңіл аударатын топтық коррекция кеңінен пайдаланылады. Дене терапиясының негізгі түрлерінің барлығы В.Райх зерттеулеріне негізделген. Ол адамның қорғаныс функциялары бұлшық еттердің ширығуы

және тыныс алудың қиындалуы арқылы көрініс беретінін дәлелдеген.

Дене терапиясының негізгі ұғымдары: бұлшық еттер сауыты, тиянақтың мықты екенін сезіну. Денедегі энергияның өз бетімен жүретін ағымына күнделікті тосқауыл қою адамның дене қалпына, жүріс- тұрысына, физикалық құрылымына әсер етеді. Осы физикалық құбылыстар мен жеке тұлғаның мінез- құлық құрылымы, тұлғалық типі тығыз байланыстылығы дәлелденген.

Дене терапиясы топтарында ағзадағы энергия ағымын үйлесімді жүргізуге ықпалы өте күшті тыныс алу жаттығулары кеңінен пайдаланылады. Лоуэн аркасы сияқты ерекше зорлануды талап ететін дене қалыптары мен өзінше сипаттағы қимыл- әрекеттер пайдаланылады. Бұлшық еттер сауытынан босауға және қарапайым сезімдерді реттеуге тыныс алу жаттығулары, физикалық түйісу элементтері қолданылады.

Дене терапиясы көптеген топпен орындайтын дене жаттығуларынан тұрады да ол өте жиі пайдаланылатын когнитивтік топтық әдістемелерді толықтырады.

**Би терапиясының** бастамасы шығармашылық биге негізделген. Дегенмен шығармашылық биде оның құрылымы нақты анықталған болса, би терапиясының айырмашылығы би қимылдарының реті сезімге байланысты өзінен өзі құралады. Би терапиясының мақсаты - адамның өз денесін сезініп оған оң көзқарасын қалыптастыру, әлеуметтік қатынаста болу тәжірбиесін қалыптастыру және топтық сезімге бөлендіру. Би қимылдары адамның өэ денесімен ақыл - ойының, спонтандық қимыл мен парасаттың байланыстылығын көрсете отырып, сонымен қатар ол жеке тұлғаның кейбір ерекшеліктерін сипаттайтын мінездемесі болып табылады.

Топ жетекшісі бидегі серік, оқиғалар режиссері, қимыл - әрекеттер арқылы дамуды қамтамасыз ететін катализатор рөлін орындайды. Би жаттығулары құрылымдық жағынан тыныс алуға, босаңсуға, орнықтыруға, кеңістіктегі қимылды дұрыс басқаруға арналғандарын үйлесімді пайдаланады.

Бастапқы кезде би терапиясы тек қимыл - әрекеттерді бұзылғандарға пайдаланған болса, қазіргі кезде оны дені сау адамдарды психологиялық жағынан жеңілдетуге, әлеуметтік ортаға тез икемделуін, топтық әрекеттен ләззаттануын қалыптастыруға кеңінен пайдаланады.

**Өнер терапиясы**

Фрейд тұжырымдамасы бойынша өнер туындылары адамның ішкі Менің білдірудің бір жолы болып табылады. Терапияның бұл түрі Фрейдтің санасыз әрекет теориясы мен Юнгтың әмбебап шартты белгілер туралы ойынан туындаған. Өнер терапиясы адамның ішкі қайшылықтары мен мазасыздануынан айырылу әдісі, психотерапевтикалық процестер, катализаторы, зерттеу нәтижелерін психодиагностикалық мәліметтер алудың қосалқы тәсілі ретінде кеңінен пайдаланылады. Өнер терапиясын пайдалану мақсаты - сурет салу мен мүсін жасау арқылы зерттелінушінің өнерге деген ынтасы мен дарындылығын дамыту емес, оның қиялының көріністерін зерттеу.

Өнер терапиясы тобының жетекшісі қатысушылардың дербестігін, өз ассоцияларын еркін бейнелеуін, еңбектерінің мәнділігін бағалауын мадақтап отырады. Бірқатар жаттығулар топтық суреттер, фрескалар жасауға бағытталған. Бұл жұмыстардың мәні нәтижесінің өнер талаптарына сай келетіндігі емес, қатысушының шығармашылыққа ұмтылуында. Сондықтан топтағы әр адамның өздігінен шығармашылыққа ұмтылуы, өз өнерінің туындысының өзбетімен немесе өзгелердің көмегімен талдауы бірінші орынға қойылады.

Өнер терапиясының негізін құрушылар бұл әдісті тек клиникаларда пайдалануға ұсынғандықтан ауруларды емдеуде үлкен орынға ие болған, ал қазіргі кезде коррекциялық жұмыстарда кеңінен пайдаланылуымен байланысты өзінің психоаналитикалық негізінен алшақтап кетті.

**Шеберлік тренингі**

Мінез-құлыққа үйрету моделін жасаушылар оны зертханалық жағдайда И.П.Павловтың шартты рефлекстер әдісі мен Б.Ф.Скинердің опенерттық талаптарға байланыстыру қағидасына сүйенген. Алғашқы кезде мінез - құлық топтарында коррекциялық жұмыста жеке тұлғаның мінезін өңдеу әдістері ғана пайдаланылған, ал соңғы кездерде топтағы жеке адамның мінезін өңдеуге топтың потенциалды мүмкіндіктері кеңінен қолданылады.

Шеберлік тренингі тобы ұғымдары: бақылауға қадала көңіл аудару, тіршілікке қажетті ептілікті меңгертуге негізделген проблеманы шешу жолдарын табуға үйрету моделі. Бұл топтарда қарым - қатынастың жақсаруы мен оқытуды құрылымдықтар негізінде жүргізу мәселелеріне ерекше көңіл аударылып, қатысушылардың осы саладаға барлық жетістіктері міндетті түрде марапатталады. Сондықтан бұл топтағылар өздерінің жетістіктерін өлшеп, оны бағалап отырады. Сенімділік тренингі топтарындағылар өзінің сенімділігін күшті және осал жақтарын бағалап, құқықтар тізімін пайдалана отырып өзіне сенімділіктің алты көрсеткіштерімен салыстыра талдайды. Сонымен қатар, өте шиеленіс жағдайлардан шығу жолын рольдік ойындар көмегімен табуға модель жасау, нұсқау беру, көмектесу әдістері пайдаланылады. Қатысушылардың мазасыздануын төмендету үшін босаңсу тренингтері, десенсибилизация, когнитивтік қайта құру тәсілдері орын алады.

Тренинг соңында үй тапсырмасы анықталады. Ол күнделік толтыру, мінез - құлықтың жаңа үлгілерін пайдалану т.с.с. болуы мүмкін.

Шеберлік тренингі топтары қазіргі кезде ата - аналар, олардың ұл - қыздары, келіндері, жаңадан тағайындалған басшылар өздерінің парыздарын, өмірлік функцияларын орындауға шеберлігін қалыптастыруға қолданады. Осы тренингте пайдаланылатын әдістер көмегімен адам өзінің салмағын, эмоциясын, жыныстық қатынасын қадағалауына болады. Мінез - құлыққа бағытталған топтардың басқалардан ұтымдылығы оның ағымдық бағалауды және зерттеу элементтерін пайдалануында. Бұл топтарға қатынастардың өзіне деген сенімінің артқаны, өзін бағалауының жоғарлағаны, еркіндік сенімінің нығаюы сөзсіз еркін арнайы жүргізілген зерттеулер дәлелдеді.