

**НАЦИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ
«ОРЛЕУ»
ИНСТИТУТ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
РАБОТНИКОВ ПО ВОСТОЧНО КАЗАХСТАНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**«Заманауи психологиялық технологиялар элеуметтік-психологиялық
көмектің тиімділігін арттыру ретінде»
тақырыбындағы халықаралық ғылыми-тәжірибелік on-line конференциясының
МАТЕРИАЛДАР ЖИНАҒЫ**

**СБОРНИК МАТЕРИАЛОВ
международной научно-практической On-Line конференции «Современные
психологические технологии как средство повышения эффективности
социально-психологической помощи»**

**Collection of the on-line International Scientific Practical Conference
materials
«MODERN PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES AS MEANS OF
INCREASING EFFICIENCY OF SOCIAL PSYCHOLOGICAL
ASSISTANCE»**

г.Усть-Каменогорск, 2016

ӘОЖ 37.013.77

3 – 21

ЖЖ

3 -

Редакционная коллегия:

С.З. Байхонова – гл. редактор,

С.Э. Ковалёв – гл. редактор,

В.В. Козлов – гл. редактор,

А.К. Сейлхан – редактор,

Ю.Е. Кукина – технический редактор.

Современные психологические технологии как средство повышения эффективности социально-психологической помощи: материалы Международной научно-практической конференции / гл. ред. С.З. Байхонова, С.Э.Ковалёв, В.В. Козлов – Усть-Каменогорск, 2016.

ISBN 978 – 601 – 7867 – 31 -7

Сборник материалов Международной научно-практической конференции «Современные психологические технологии как средство повышения эффективности социально-психологической помощи» содержит статьи зарубежных и отечественных специалистов в области современных психотехнологий, учёных, практикующих психологов, докторантов и магистрантов высших учебных заведений. Представленные материалы посвящены актуальным проблемам развития современных психологических технологий, психотерапии, практики психологического консультирования и другим видам оказания социально-психологической помощи

ӘОЖ 37.013.77

ISBN 978 – 601 – 7867 – 31 -7

@ «Өрлеу» БАҰО АҚ филиалы ШҚО ПҚ БАИ, 2016.

МАЗМҰНЫ / ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	Абдрахманова З. Интуиция психолога в психологическом консультировании	7
2.	Абишева Д.О., Аубакирова Ж.К Балабақшада дарынды балалармен жұмыс	11
3.	Абишева Д.О., Ильясова А.Ш. Дарынды балалармен жұмыстағы оқу – тәрбие жүйесінің психологиялық – педагогикалық қамтамасыз ету	14
4.	Абишева Д.О., Кожахимова Л. Х., Нурғалиева Б. Б. Развитие исследовательских навыков в условиях обновления образования	20
5.	Айтышева А. М. Психологияның теориясы мен тәжірибесін байланыстырудың кейбір мәселелері	29
6.	Акиншева И. П. Гражданское воспитание: психолого-педагогический аспект	36
7.	Аликанова Э.А. Қатерлі ісік ауруына шалдыққан адамдырдын мазасыдырғы	40
8.	Бажутина С.Б. Технология заботы о душе	47
9.	Байтемирова К.Б. Арт терапия психотерапияның ерекше формасы ретінде	55
10.	Басболатова А. Р., Дигенова Б. К. Психолог как субъект личностно – ориентированного развития в повышении квалификации	61
11.	Брагина Н.В. Психологические границы личности и субъектность	70
12.	Букатова Н.А. Причины и профилактика девиантного поведения	77
13.	Воробьев Б.Б. Формирование психологической готовности к воинской службе в процессе начальной военной подготовки	84
14.	Гончарова Т.В. Применение интерактивных методов в профилактики насилия детей в семье	88
15.	Джумабаева А.К. Кіші мектеп жасындағы оқушылардың	97

	үлгермеушілік себептерін анықтау	
16.	Ералина Р. Бастауыш сынып оқушыларының психологиялық-физиологиялық ерекшеліктері	108
17.	Ертаева И.К., Модель социально – психологического сопровождения процесса адаптации ребенка к условиям ДОО	113
18.	Жалдыбаева А. К. Организация психологического сопровождения социально неблагополучной семьи	119
19.	Жұлдызбай Қ. Жаңартылған мазмұн жағдайында педагог-психологтың кәсіби құзырлығын дамыту	126
20.	Зайцев К.Л. Навязчивое повторение влечения к жизни как возможное место JOUISSANCE	130
21.	Зайцева Т.В. Случай ординарного психоза и опыт работы с ним в условиях медицинского учреждения	135
22.	Золотова А. Д. Предупреждение социально-психологических причин аддиктивного поведения детей как средство повышения эффективности социально-психологической профилактики	141
23.	Капашева Р. Особенности игровой деятельности детей дошкольного возраста в условиях детского сада	148
24.	Карабекова А.Ж., Ауғанбаева А. География сабағында сто технологиясын пайдаланудың әдіс-тәсілдері	153
25.	Карабекова А.Ж., Г.Б.Сыйкымбек Возможности технологии развития критического мышления в активизации речевой деятельности на уроках русского языка и литературы	162
26.	Кенжегулов Н.К., Кенжегулова А.Б. Ұжымдағы әлеуметтік-психологиялық климаттың рөлі	168
27.	Кереева Х.К. Мектепалды даярлық топ тәрбиеленушілерінің танымдық қызығушылығын арттырудағы психологиялық қызметтің маңызы	172
28.	Ковалёв С. Э. Возможности сказкотерапии в супервизионном	178

	процессе	
29.	Ковалёва А.В., Марусенко Е.А. Преодоление негативных эмоциональных состояний в старшем школьном возрасте способами социально-психологического тренинга	190
30.	Ковальчук О. М. Развитие профессиональных компетенций у практикующих психологов (гештальт-метод)	198
31.	Корнейчук Т.А. Возможности коррекционно-терапевтического воздействия музыки на развитие умственно-отсталых детей: основные направления и методики	204
32.	Коротков В. Использование элементов сказкотерапии на занятиях по хореографии. «Разноцветные башмачки»	214
33.	Кузин А.Н. Биокomпьютер как вариант решения психофизиологической проблемы взаимосвязи мозга и психики	219
34.	Кукина Ю.Е. Манипуляция сознанием через технологии INTERNET	227
35.	Левина Л.В. Актуальные проблемы современной практической психологии в Казахстане	232
36.	Маженова М.Ж. Формирование лингвистической одаренности в младшем школьном возрасте	237
37.	Мартынюк М.В. Психологическое сопровождение учителей по эффективному принятию решений в педагогической деятельности	242
38.	Мусафировва Б.М. Устранение аграмматической дислексии и дисграфии	249
39.	Марянян К.А. Путь волшебства или технологии системных расстановок по Б.Хелингеру	254
40.	Овсянникова Е.Е. Психолого-педагогическое обеспечение процесса сопровождения предмета «Самопознание» в школе	260
41.	Осипова О.А. Супервизия как основа профессиональной культуры психотерапевтического сообщества	267

42.	Оспанбаева М. П. Психологияны оқытуда білім берудің заманауи стратегияларын қолдану тәжірибесінен	274
43.	Рябинина М.А., Стельмах С.А. Кинезеологические методы и приемы в логопедической коррекции	284
44.	Сагаева А.Ж., Даму мүмкіндігі шектеулі балаларға арналған авторлық бағдарлама	296
45.	Сеткереева Г.А. Психотерапияны өткізудің негізгі кезеңдері	304
46.	Стаценко Т.М. Психологическое On-Line сопровождение взрослых с целью повышения жизнестойкости	311
47.	Суйрбашева Н.К. Мнемотехниканың студенттердің есте сақтау қабілеті мен психологиялық денсаулығын жақсартуға арналған технология ретіндегі маңызы	319
48.	Тыщук Д. С. Сказкотерапия: рецепция метафоричности народной волшебной сказки	323
49.	Умирзакова З. Т. Рефлексивно-психологические аспекты формирования ключевых компетенций	331
50.	Чалдыбаева Г.Ж., Алексеенко О.В. Танцевальная терапия как средство коррекции тревожности выпускников в период подготовки к итоговой аттестации	336
51.	Шутько О.И. Проективная методика «Восковых ассоциаций» как один из методов исследования личности	345
52.	Шутько О.И. Использование рефлексотерапии в телесно-ориентированной психотерапии для психокоррекции и реабилитации последствий психических травм, неврозов, психосоматических и посттравматических стрессовых расстройств	354

Менделевич В. Д., Менделевич Д.М. Позитивная психотерапия в комплексном лечении онкологических больных. Современные методы диагностики и лечения. – Казань, 1993. – 181-184 с.

С. Б. Бажутина, к. п. н., доцент кафедры психологии ЛНУ им. Тараса Шевченко, г. Луганск

Технология заботы о душе

Аннотация. Содержание статьи представляет собой описание технологии группового тренинга, направленного на активизацию самости и Я участников. Происходит это за счет развития само- и взаиморефлексии обучающихся, создания ситуации безопасности в группе, эмпатийной поддержки и использования особой логики и интересных форм работы в ходе занятий.

Начнем статью словами великого Апулея, автора «Метаморфоз». «Ничему я так не удивляюсь, как тому, что все хотят жить хорошо и знают, что... нельзя жить хорошо, не заботясь о своей душе, но о душе своей не заботятся» [1, с.10]. С тех далеких пор, когда впервые прозвучали эти слова, прошло уже почти 2000 лет, но, к сожалению, и сегодня звучат они по-прежнему злободневно. Как ни грустно, но одной из самых бесхозных составляющих нашего земного бытия является душа. Человечество до сих пор не озаботилось о создании специальных институтов воспитания и образования души. Есть, правда, разного рода психотерапевтические технологии, направленные на гармонизацию отношений души с телом, но далеко не всегда обеспечивающие ее нравственную цельность, гуманность и чистоту. Хотя, оппоненты могут возразить: а – религия? Думается, что религия должна оставаться все же выбором зрелой совести. Истинная вера – это то, о чем все не говорят. Вместе с тем, в наш век многоголосицы религиозных направлений, которая очевидна и слышна каждому, для образованного человека это, в первую очередь, как нам представляется, исторический памятник и богатейшее культурное наследие народа, а уж потом – нечто свое, сокровенное, идущее от

памяти предков твоего собственного рода. Причем это последнее, сокровенное, тоже требует определенной душевной готовности для понимания его глубинной сути. Человек же наивный религиозную многоголосицу скорее воспринимает как «выставку модных товаров» (простите за столь меркантильное сравнение), на которой он для себя выбирает самое модное, броское или более подходящее для него, не обремененного рефлексирующим знанием и диалогом чувств, сознания.

Наконец, еще одно соображение. Анализ литературы, посвященной возрождению индивидуального начала в человеке, сюда относятся и многочисленные технологии достижения успеха в жизни, позитивного мышления, технологии саморазвития, позволяет констатировать, что, в большинстве своем авторы делают «ненавязчивый» крен – в сторону формирования у читателей (и участников этих тренингов) эгоцентрической убежденности в своей исключительности, конкурентной самодостаточности и непогрешимости в манипуляциях с окружающим миром, людьми, да и самим собой.

Однако, в современном мире, на наш взгляд, развитие души больше нуждается в гармонизации отношений с другими, а личность - в осознании жизненной необходимости сотрудничества и умений вести постоянный, сложный диалог с окружающими людьми, без которого собственное Я может вообще потерять свой человеческий смысл.

Для реализации этой цели нами была создана программа и проводился групповой тренинг «Самость и развитие Я». Основной целью тренинга являлась активизация работы самости и потенциальных возможностей участников, а, параллельно с этим, усложнение их взаимных контактов друг с другом, с группой в целом. Решение этой задачи ставило психолога, ведущего тренинг, перед необходимостью с самого начала прилагать максимум усилий для создания в группе особого эмоционально-психологического климата. Атмосфера в группе на протяжении всех занятий должна была характеризоваться выраженностью безусловного принятия в отношении

каждого участника, нести в себе ощущения полной безопасности и защищенности, и, вместе с тем, иметь достаточную степень напряжения и способствовать удержанию внимания обучающихся на обсуждаемых проблемах и включение Я каждого во все происходящее.

Чтобы этого достичь, после обсуждения правил, в ходе знакомства членов группы друг с другом, проводилась активная взаиморефлексия. Участникам группы предлагалось подумать, *как* они презентуют себя окружающим, *что*, по их мнению, другие должны видеть в них и *что* на самом деле окружающие «считывают» с их внешнего вида, позы, мимики, речи и т.п. По очереди каждый участник говорил о своей презентации. Затем также, по кругу, все остальные члены группы рассказывали о своем восприятии этого человека. Обычно работа занимала много времени, но она была интересна и полезна обучающимся. Каждый участник пробовал говорить о себе, отделяя свое Я от своей персоны. Его уважение к себе возрастало, так как он видел внимательные взгляды окружающих, слышал много положительных отзывов о себе, а нередко сталкивался и с совершенно неожиданным восприятием себя.

Задача тренера – держать весь процесс в рамках «доброжелательного принятия», обострять и усиливать отмечаемые расхождения во мнениях, подчеркивая, что другие могут видеть нас подчас гораздо полнее и объемнее, подмечать важные, значимые для целостности процесса общения детали. Результатом всей этой работы является резкое повышение сплоченности группы, рост доверия участников друг к другу, осознание всеми важности мнения других для более глубокого и точного понимания себя в восприятии окружающими.

Если этот процесс взаиморефлексии оказывается очень долгим и очевидно утомляет участников группы, мы его «разбавляем» работой с телом. Как показывает опыт, большинство пришедших в группу, даже если они занимаются какими-либо видами спорта, или делают утреннюю гимнастику, к физической форме своего организма не внимательны, они не способны управлять телом и грамотно гармонизировать его состояние с движениями

собственной души. Многие участники тело свое просто вообще плохо чувствуют.

Отсюда, основной целью нашей работы в этом направлении было пробуждение телесной чувствительности и мотивирование обучающихся на постоянные занятия с этой стороной организма. В небольшую серию физических упражнений, которую мы предлагаем участникам тренинга, входят: поиск опоры, «заземление», центрирование, работа с дыханием и достаточно простой вариант суставной гимнастики [2; 3].

На дом участники тренинга получают задание – нарисовать три рисунка на темы: «Я в детстве в своей семье», «Я – сейчас», «Я– в будущем». Рисовать предлагается в тихом месте, чтобы никто не отвлекал, цветными карандашами, «отпустив руку», позволив ей делать так, как она хочет. Последующая работа с рисунками поможет участникам проникнуть в бессознательное каждого, познакомиться с прошлым клиентов, с особенностями формирования их души, с видением себя сейчас и в будущем. Кроме того, если в группах есть психологи, они получают еще и колоссальный опыт интерпретации рисунков. На занятиях, как правило, анализируется творчество всех участников. Сначала самому автору рисунков предлагается вспомнить, как ему рисовалось, с какой темы он начал, что хотел изобразить на каждом рисунке. Затем участники говорят о том, что им видится в этих картинках. Тренер нацеливает обучающихся максимально доверять своим ощущениям и чувствам при интерпретации, учит основам анализа графических изображений. В ходе этой работы очень часто удается выйти на проблемы участников группы. Корни этих проблем, как правило, уходят в детство, а сама проблема перемещается в настоящее, а нередко, и проецируется в будущее. Однако, когда клиент начинает зримо воспринимать изображение своего наличного состояния, это быстрее подталкивает его к самораскрытию, а всю группу – к эмпатийной помощи. Начинается интересный глубокий анализ ситуации кого-либо из присутствующих. Заметим, что рефлексивное взаимодействие всех участников

значительно усложняется, если в тренинговой группе оказываются люди разных возрастов и разного пола.

Почти каждое занятие нашего тренинга имеет еще одну форму работы с группой, условно нами названную «Процесс погружения в Я». Данный «Процесс...» представляет собой серию релаксационных упражнений, связанных друг с другом тематикой – «погружение в Я» – и определенной логикой всех этих погружений. Всего релаксационных упражнений пять. Начинаются они, как правило, со второго или третьего занятия. Первое релаксационное занятие «Знакомство с «Храмом – Я. Библиотека».

Перед началом релаксационных упражнений участникам группы сообщается, что «Процесс...» не является гипнотическим сеансом, так как у некоторых людей есть глубокие предубеждения против подобного рода работы; им сообщается, что они могут, если захотят, даже не закрывать глаза, а просто расслабиться (опять же, как у них это получится) и представлять себе то, о чем будет говорить тренер. Акцент делается лишь на том, что участникам надо постараться получить максимальное удовольствие от всего действия.

Итак, начинаем с позы. Участники группы удобно рассаживаются на стульях, плотно ставят ноги, стоящие параллельно друг другу на расстоянии длины ладони, голень и бедро при этом составляют прямой угол. Через ноги сидящие «прорастают» до земли, чтобы таким образом «подпитываться» энергией недр. На стуле следует сидеть глубоко, упираясь спиной в спинку стула, позвоночник должен быть прямым, а мышцы все максимально расслабленными. Тренер акцентирует внимание на дыхании. Дышать следует бесшумно, глубоко, полными легкими.

Участникам «Процесса...» дается примерно такой текст. «Ваше тело расслаблено, оно отдыхает. Вы дышите легко и свободно. Тело отдыхает. Вам хорошо. Представьте себе, что Вы в лесу, на большой зеленой поляне. Она вся залита теплым солнечным светом, над Вами голубое-голубое небо, по нему плывут легкие белые облака. Вы чувствуете запах травы, она такая сочная, зеленая. Слышите пение птиц. Вашей щеки касается теплый ветерок и слегка

треплет волосы на голове. Вам хорошо. Вы осматриваете поляну и видите слегка заметную тропку, которая уходит куда-то в лес. Вы решаетесь идти по ней. Тропа уводит Вас все дальше в лес, лес становится гуще и мрачнее. Упавшие деревья преграждают Вам путь. Дорога усложняется, тропа начинает подниматься в гору. Все чаще встречаются завалы упавших деревьев, все круче становится подъем. Идти становится уже совсем тяжело. Но Вы решаетесь не прекращать пути. Поднимаетесь все выше и выше, преодолевая завалы и крутые подъемы, вы хотите во что бы то ни стало достичь вершины горы. И вот она, наконец-то, долгожданная вершина. О чудо! Вашему взору открывается удивительный Храм, необыкновенной красоты... Вы подходите ближе и видите надпись: «Храм – Я». Да, да, это Храм вашего Я, Храм Вашей души!.. Вы решаетесь сначала разглядеть его внешнее устройство: какой он, где и как расположен. Внимательно оглядываете все вокруг, медленно обходите Храм. (Описывать Храм тренеру не следует, так как каждый из участников должен постараться создать свой Храм.) Какой он красивый!!! Подходите к двери. Она большая, тяжелая... Пытаетесь ее открыть... Она с трудом поддается Вам... и вы входите – в Библиотеку... Повсюду лежат книги. Кое-какие из них открыты. Другие книги стоят на полках. Но везде беспорядок, пыль. Видно, что долгое время сюда никто не приходил... Берете одну из книг. Она о вас, о каком-то из эпизодов Вашей жизни... Смотрите другую – она тоже о Вас... Это Библиотека Вашего Я... Вы решаете убрать в Библиотеке. Находите ведро, тряпку и начинаете уборку... Вам радостно наводить порядок в Библиотеке своего Я... Иногда Вы останавливаетесь и читаете какую-нибудь книгу... О какой-то ситуации Вашего прошлого, о Ваших переживаниях того периода, Ваших мыслях... (Тренер делает паузу, чтобы дать возможность участникам, что-либо «почитать» в книгах о Я). Вы вспоминаете те далекие эпизоды своей жизни... Убирая в Библиотеке, Вы обнаруживаете, что многие книги имеют еще совершенно чистые страницы. В них будет записан каждый Ваш следующий день... Завершаете уборку. Придирчиво осматриваете все вокруг. Вот теперь

хорошо!.. Вы верите, что еще не раз придете сюда – в Библиотеку вашей жизни. Выходите наружу. Вас встречает голубое небо, солнце и знакомая тропинка...»

После того, как участники группы «возвращаются» в рабочую аудиторию, им дается несколько минут для переживания и внутреннего упорядочивания всего случившегося. После чего начинается сложная саморефлексия. Каждый участник рассказывает о своем «походе в Храм». Это позволяет всем остальным погрузиться в проблемы повествующего. Группа начинает активно участвовать в саморефлексии, поддерживая сочувствием и помогая при интерпретации различных моментов увиденного и пережитого субъектом действия.

На последующих занятиях «путешествие» по «Храму – Я» продолжается. На втором занятии обучающиеся входят в главную залу «Храма», разглядывают фрески на стенах и потолке, знакомятся с галереей портретов своих «учителей» и своих «обидчиков». На третьем – входят в «кинотеатр», в котором смотрят самый драматичный фильм о своей жизни. Во время просмотра этого фильма посетителям предлагается высказать все, что было не высказано когда-то, сделать то, что чего они не сделали в той ситуации.

Четвертое занятие посвящено очень важным моментам – возрождению и актуализации самых высоких и светлых сторон человеческой души. Участники вновь посещают «главную залу», и, сидя на «троне», слушают музыку своей души, а затем у них происходит встреча со своей Совестью... Как правило, после этого сеанса у всех резко повышается позитивный настрой на свое Я, участники ярко демонстрируют добрые и возвышенные чувства. Как-то одной из участников тренинга Совесть явилась в образе шаловливой девчонки, и эта женщина, «омывшись» ее озорством и бескомпромиссной честностью, почувствовала себя «словно вынутой из чего-то топкого и вязкого на простор и свежий воздух».

Пятый раз в «Процессе...» обучающиеся посещают еще одну залу – залу своего будущего. Этому сеансу обязательно предшествует работа с целями участников группы. Проводится проверка истинности этих целей и готовности

участников к их достижению. Это настраивает их на поиск решения проблемы. Заметим, что в ходе сеанса участники далеко не всегда осуществляют выбор цели. Тренер и не должен настаивать на непременном его осуществлении. Результат решения этой проблемы, как показывает опыт и последующее отслеживание судьбы участников тренинга, может быть далеко отсроченным. Важно, что каждый в группе начинает осознавать значимость стратегической цели для актуализации сущности своего Я и ее мессийный смысл.

Таковы вкратце основные составляющие технологии заботы о душе. Конечно, мы отдаем себе отчет, что результативность использования данной технологии, впрочем, как и многих других, будет зависеть, в первую очередь, от личности самого тренера, от его жизненного опыта, способностей к рефлексированию и гуманистической направленности, его культурологической образованности и человечности. Но это уже другая проблема, требующая своего серьезного разговора.

Список использованной литературы

1. Апулей «Метаморфозы» и др. сочинения: Пер.с лат. – М.: Худож. лит., 1988. – 399с.
2. Питер Бернхард, Марьяна Бентцен, Джоэль Исаакс. Пробуждение телесного Эго: Часть1. Психология соматического развития // Телесная психотерапия. Бодинамика: [пер. с англ.]/Ред. Сост.В.Березкина-Орлова. – М. : АСТ: Астрель, 2011. 409, [7]с. – С 87-90.
3. Норбеков С.м.Опыт дурака, или ключ к прозрению. Как избавиться от очков. – СПб.: ИД «ВЕСЬ», 2001. 316с. – С. 246-286.