**«Позитивті психология» пәні бойынша семинар сабақтары**

 **1 Семинар. Н.Пезешкианнің позитивтік терапия әдістері**

**Мақсаты:** Позитивті терапия әдістері мен принциптерін қолданып, клиенттермен жұмыс істеу дағдысын меңгеру

1. Позитивті тепарияның негізгі қағидаларын талдаңыз

2. Шығыс мысалдар түрінде метафоралардың еңбегі мен жетіспеушілігін бағалау

3. Позитивтік терапияның мысалдарын келтіріп, кезеңдерін айқындау

Әдебиет:

1. Пезешкиан. Н. Торговец и попугай. М., 2002

2. Пезешкиан Н. Психосоматика и позитивная психотерапия. М., 2005

3. Пезешкиан Н. Психотерапия повседневной жизни:тренинг разрешения конфлктов. Спб, 2001

Ақпараттық ресурстар

<http://psiholog-dnepr.com.ua/view-and-read/knigi-po-pozitivnoj-psikhoterapii>

**2 Семинар. Позитивті психологияның негізгі идеялары мен технологиялары: «үйретілген дәрменсіздік» және «саналы оптимизм» ұғымдары, оң жағдайлардың психологиялық диагностикасы**

**Мақсаты:** клиенттермен жұмыс жасауда клиенттердің өтініштерін қалыптастыру және оңтайлы seligman терапия әдістерін қолдану

 1. «Үйреншікті дәрменсіздік» және «саналы оптимизм» ұғымдарының арасындағы қарым-қатынасты, сондай-ақ осы тәсілдің негізгі айырмашылықтарын ойлап, сипаттаңыз

2. Осы көзқарас тұрғысынан психодиагностикалық процедураларды талдау

3. Осы тәсілнен нақты әдістерді көрсету (жұппен мүмкін)

Әдебиет:

 1. Селигман М. В поисках счастья. - М., 2011

2. Селигман М. – Новая позитивная психология.- М., 2006

3. Аргайл С. Психология счастья - Спб, 2003

4. Гилберт Д. Спотыкаясь о счастье. – М., 2015

Ақпараттық ресурстар

http://iknigi.net/avtor-martin-seligman/

**3 Семинар. Денеге бағытталған терапия: заманауи бағыттар мен әдістер**

**Мақсаты:** дене тәрбиесінің әдістемесін қолдану

1. Денеге бағдарланған тәсілдің маңыздылығын және шектеулерін сыни талдау жүргізу

2. Жаңартылған организмге бағытталған терапияның негізгі тәсілдерін шолу

3. Тыныс алу, статикалық / динамикалық жаттығуларды жүргізу және рефлексия жүргізу (жұп болуы мүмкін)

Әдебиет:

1.Руководство по телесно-ориентированной терапии. Спб, Речь, 2000

2. Кунц Р. Телесно-ориентированная терапия. М., 2004

Ақпараттық ресурстар

[http://booksee.org/g/%](http://booksee.org/g/%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5%D1%81%D0%BD%D0%BE-%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D0%B0%D1%8F%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F)

<http://telo.by/bodytherapy/moshe_feldenkrayz_i_ego_metod/>

 <https://samopoznanie.ru/schools/pervichnaya_terapiya_yanova/>

**4 Семинар. Би терапиясының принциптері мен әдістері**

**Мақсаты:** клиенттердің жеке ресурстарын дамыту үшін би терапиясы әдістерін қолдану

1. Адамзат тарихындағы бидің рөлін қадағалау және бағалау

2. Би терапиясының негізгі бағыттары туралы айтып беріңіз

3. Топтық жұмыста би терапиясы әдістерін қолдануды көрсету

Әдебиет

1. Шкурко Т.А. Танцевально-экспрессивный тренинг. Спб, 2003

Ақпараттық ресурстар

[**http://studbooks.net/690809/psihologiya/vidy\_tehniki\_etapy\_tantsevalnoy\_terapii**](http://studbooks.net/690809/psihologiya/vidy_tehniki_etapy_tantsevalnoy_terapii)

**5 Семинар. Жеке және топтық жұмыста Нейролингвистикалық программалау әдістері**

**Мақсаты**: НЛП әдістерін психологтың жұмысында қолдану

1. НЛП-тың негізгі тұжырымдарын сипаттаңыз

2. Консультация кезінде практикалық проблемаларды шешу үшін НЛП әдістерін қолдануды көрсетіңіз (өкілдік жүйені, метамоделді, рефракингті және т.б.)

3. НЛП-ның көзқарастарын және шектеулерін талдау

**Семинар 6. Нарративті терапиядағы әңгімелерді қолдану**

**Мақсаты:** клиенттермен жеке жұмыс жасауда нарративті терапия әдістерін жоспарлау және пайдалану

1. Нарративті терапияның негізгі ұғымдары мен принциптерін сипаттау

2. Тарих түрлерін талдау: басым, баламалы

3. Нарративті терапияданың әдістерін көрсету

Әдебиет

1. О Коннер Дж. Практическое руководство для достижения результатов.- М., 2004

2. Р. Коннер <http://www.koob.ru/conner/>

Ақпараттық ресурстар

1. <http://www.koob.ru/nlp/>

2. http://studbooks.net/1326566/psihologiya/printsipy\_presuppozitsii\_metamodeli

**Семинар 7. Жеке және топтық жұмыста сценарий мен транзакциялық талдау**

**Мақсаты:** Сценарийлерді талдау, клиенттің немесе топтың негізгі өмірлік ұстанымдары мен ойындарын жүргізу

1. Транзакциялық талдаудың негізгі ережелерін анықтаңыз

2. Тұтынушының мінез-құлқын транзакциялық талдау жағдайынан талдау

3. Тұтынушы / топтың нақты сұранымын шешуге ұнайтын бұл тәсілдің әдістерін көрсетіңіз

Әдебиет:

1. Шустов Д.И. Руководство по клиническому трансактному анализу. - М.: «Когито-Центр», 2009.-367с. (Современная психотерапия).

2. Берн Э. Трансактный анализ в психотерапии: Системная индивидуальная и социальная психиатрия: Пер. с англ. - 2е издание.- М. Академический Проект; Гаудеамус,2013. - 320с.

3. Стюарт Я. Джойнс В. Современный транзактный анализ. Социально-психологический центр. Санкт-Петербург. 1996. - 330с.

4. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Психология человеческих взаимоотношений. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. - М.: Лист-Нью, 1997. - 336 с.

5. Берн Э. Введение в психиатрию и психоанализ для непосвященных. - М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. - 448 с.

6. Липпиус А. Игры для взрослых. Психология партнерских отношений через трансактный анализ Э. Берна. - М.: Изд-во «КСП+», 2001. - 608с.

Ақпараттық ресурстар

[**http://www.transactional-analysis.ru/**](http://www.transactional-analysis.ru/)

**Семинар 8. Жеке және топтық жұмыста каталитикалық-шығармашылық психотерапия әдістері**

**Мақсаты:** символдрамалық әдістерді психологтың практикалық жұмысына біріктіру

1. Бұл ұғымның негізгі идеялары мен принциптерін, артықшылықтары мен шектеулерін хабардар етіңіз.

 2. Консультацияның әртүрлі кезеңдерінде суреттермен жұмыс істеудің ерекшеліктерін ашыңыз.

 3. Топтық формадағы олардың тәсілдерін үйреніңіз.

Әдебиет:

 1. Боев И.В., Обухов Я.Л. Символдрама: коррекция личностных и поведенческих расстройств. – Ставрлполь, 2009

2. **Ханскарл K/** Кататимное переживание образов:Основная ступень**;** Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву; Семинар: Пер. с нем. - М.: Эйдос, 1996.

**Ақпараттық ресурстар**

ww.symboldrama.ru

**Семинар 9. Қорқынышпен күресуде позитивті психология әдістері.**

**Мақсаты:** фобияларды еңсеру және бірлескен ауруларды дамыту үшін позитивті терапияны қолдану

1. «Эмоциялық интеллект» ұғымын және оның эмоционалдық қиындықтарды және проблемаларды еңсерудегі рөлін талдаңыз

2. Күрделі мінез-құлық пен эмоционалдық интеллект арасындағы қарым-қатынасты анықтау

3. Позитивті терапия әдістерін қолдану арқылы қорқынышты жеңу әдістерін ойлап табу және көрсету

**Литература**

Робертс Р.Д., Мэттьюс Дж., Зайднер М., Люсин Д.В. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2004. – Т. 1. – №4.

Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения в разные годы жизни. Монография. Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова – 2010.

Робертс Р.Д. Эмоциональный интеллект: проблемы теории, измерения и применения на практике / Р.Д. Робертс, Дж. Мэттьюз, М. Зайднер, Д.В. Люсин // Психология: Журнал Высшей Школы Экономики. 2004. Т. 1. № 4. С. 3-24.

**Интернет-ресурсы:** <http://eqspb.ru/o-kompanii/articles/>

**Семинар 10. Хеллингер отбасының құрылымы әдісі бойынша әдістемелер мен рәсімдер**

**Мақсаты**: келісімдерінің әдісін білу және осы тәсілдің элементтері мен әдістерін консалтингтік тәжірибеде қолдану

1. Клиенттердің қиындықтары мен проблемаларын түсінудегі тәсілдің авторының негізгі ұстанымдарын анықтау

2. Таңбалау әдісінің тәртібі мен сатыларын сипаттаңыз

3. Отбасы шоқжұлдызының әдісін көрсету әдістерін көрсету

**Литература:**

1. Либермайстер С.Р.Корни любви – Семейные расстановки - от зависимости к свободе. М., 2008

**Ақпараттық ресурстар:**

1. <http://rasstanovki.kz/>

2. <https://constellations.ru/>

**Семинар 11. Отбасылық жүйелі терапияның әдістері және кезеңдері**

**Мақсаты:** клиенттің жағдайын және проблемаларын сипаттау, психотерапия саласының перспективасынан терапияның мүмкіндігін көру.

1. Жүйелік терапия тұрғысынан отбасының тұжырымдамасын және оның параметрлерін талдауды жүргізу

2. «Жабық пациенттің» жүйелік көзқарас ұстанымынан туындаған проблемалардың себебін түсіну және зерттеу 3. Осы тәсілмен отбасымен жұмыс істеудің негізгі кезеңдерін көрсетіңіз.

**Литература**

1. Варга А Я Курс лекций по системной семейной терапии. М., 2005

**Ақпараттық ресурстар**

2. Коннер Р. Системная семейная терапия (методички, техники и т.д.).

<http://www.therapy-nsk.ru>

**Семинар 12. Психосинтездің әдістері мен процедуралары.**

**Мақсаты:** адамның құрылымын психосинтездеу тұрғысынан түсіну және клиенттің өтініштерін шешу үшін психосинтетикалық тәсілдерді қолдану.

1. Басқа авторлармен салыстырғанда Ассаджиолидің жеке басын түсінудегі жаңалықтарды сипаттаңыз

2. Сана мен бейсаналық құрылымын ашыңыз

3. Осы тұрғыдан адамдармен қарым-қатынас жасау тәсілдерін көрсету

**Литература**

1. Ассаджиолли Р. Психоситез: теория и практика. М., 1994

2. Ассаджиоли Р. Типология психосинтеза. Семь основных типов личности. Духовное здоровье и нервные импульсы М., 2008

**Ақпараттық ресурстар**

 <https://psychojournal.ru/psychologists/177-psihosintez-roberto-assadzhioli.html#t20c>

**Семинар13. Лазарус мультимодальды терапиясының принциптері мен әдістері**

**Мақсаты:** Лазарус мультимодальды терапия әдістерін қолдана отырып, клиентпен өнімді кәсіби қарым-қатынас жасау және қолдау

1. Лазарус мультимодальды терапиясының сипаттамасын келтіріңіз және бағалаңыз

2. Клиентпен жұмыс істеу алгоритмін көрсету

3. Мультимодальдық терапия әдістерін топтық форматта ұсыну және жүргізу

**Литература:**

1. Лазарус. Краткосрочная мультимодальная терапия Спб, 2001

**Ақпараттық ресурстар**

<https://www.jv.ru/news/psikhologhiia/10891-kratkosrochnaya-multimodalnaya-psihoterapiya-.html>

<http://www.koob.ru/lazarus_a/>

**Семинар14. Эриксониан гипнозының принциптері мен әдістері**

**Мақсаты:** бұл су гипнозы туралы және оны клиникалық емес форматта пайдалану мүмкіндіктері туралы түсінік алу

Семинар14. Эриксониан гипнозының принциптері мен әдістері

Мақсаты: бұл су гипнозы туралы және оны клиникалық емес форматта пайдалану мүмкіндіктері туралы түсінік алу

  **Литература:**

1. Эриксон М. Стратегия психотерапии.- М.,2001

2. Эриксон М. Мой голос останется с вами.-М., 2003

3. Семинар с доктором медицины М. Эриксоном (уроки гипноза). М., 2003

**Ақпараттық ресурстар**

https://psiho.guru/terminy/eriksonovskiy-gipnoz-metody-tehniki-chto-eto-takoe.html#tehniki

**15 Семинар. Интегративтік терапия әдістері мен әдістері**

**Мақсаты:** психологтың жеке және топтық жұмысының мәселелерін шешуде интегративті тәсілдерді қолдану

1. Заманауи психотерапия мен кеңес беруде әдістер мен тәсілдерді біріктіру үрдісінің мазмұнын бағалаңыз және ашыңыз

2. Клиентпен ерте тәсілмен жұмыс істеу туралы есеп жасаңыз (техника, алгоритмдер)

3. Жеке және топтық форматта интегралды терапияны қолданудың практикалық әдістері

Ақпараттық ресурстар

Сайт Инститиута Инлегративной терапии (доступен на англ и рус языках)

http://www.integrativetherapy.com/en/articles.php?l=ru

www.inpsi.com.ua

 www.integrativetherapy.com/tr/articles.php?id=95

**БАҒДАРЛАМАЛЫҚ ҚАМТАМАСЫЗ ЕТІЛГЕН, АҚПАРАТТЫҚ БАЙЛАНЫСТЫ РҰҚСАТ ЕТІЛЕТІН**