

Психотерапияның негізгі әдістері.

Орындаған: Тасболатова П А

ПСИХОТЕРАПИЯ



психиотерапия

- Психотерапия(псих жан,терапия емдеу) – науқасқа емдік мақсатта психикалық әсер ету әдісі. Ең алғаш 19 ғ бұл терминді ағылшын ғалымы Дениел Хак енгізді.***
- Психотерапия науқасқа емдік мақсатта психикалық әсер ету әдісі. Психотерапия әсіресе шекаралық психопатологиялық жағдайда қолданылады. Ол жеке де және басқа да әдістермен (медикаментозды,физиотерапия) қатар қолданылады.***

Психотерапия:



**Директивті
психотерапия -
дәрігер
беделене
сүйене
орындалады
(Гипноз).**

**Директивті
емес
психотерапия-
науқастың
өзіндік
белсенділігін
қажет етеді.**

- Психотерапиялық әдістер емделуіне қарай аурудың себебін анықталған және анықталмаған деп 2 топқа бөлінеді.**
- Бірінші топқа терең терапия, аурудың пайда болуын терендетіп іздейді және бір уақытта ауруды жояды. Екінші топқа қимылдық терапия ,аурудың себебін емес тек симптомдарын емдеу.**

- Психотерапияның әдістері науқастың жасына байланысты болады: балалар, жасөспірім және ересек психотерапиясы және психологиялық көмек, топтық терапия.

Психотерапияның әдістері науқастың жасына байланысты болады: балалар, жасөспірім және ересек психотерапиясы және психологиялық көмек, топтық терапия.

психотерапия

```
graph TD; A[психотерапия] --> B(жанама); A --> C(тура);
```

жанама

тура

Жанама психотерапия

- Науқасқа емдік мекеменің жағдайы, медициналық қызметкерлердің жағдайы, медициналық қызметкерлердің жүріс-тұрысы, олардың сыртқы бейнесі, бір-бірімен сойлесу әдеті және науқастарға қарым-қатынасы, көңіл бөлуі науқасты мазалайтын сұрақтарға қатысты эрудициясы жанама психотерапиялық әсер көрсетеді.***

Тура психотерапия

- ▣ Сөзбен әсер ету жолымен іске асады және науқасқа тікелей бағытталған. Тура психотерапияны жүргізу кезінде науқас ояу жағдайда немесе гипноздық ұйқыда болуы мүмкін. тура психотерапия әдістерінің ішінде рациональды психотерапия, функциональды жаттығу әдісін, сергектік, гипноздық ұйқы жағдайында сендіру, аутогенді жаттығу және аналитикалық психотерапияны атауға болады.**

- **Рационалды психотерапия - науқасты өз ауруына деген көз қарасын өзгерту.**
- **Әдістің негізін салушы П.Дюбуа.**
- **Бұл әдіс ипохондриялық жағдайда, күдіктенулер, фобиялар-канцерофобия, кардиофобия, сифилофобия, жүйкелік соматовегетативті бұзылыстар кезінде, жүйкелік –психикалық бұзылыстармен жүретін соматикалық аурулар кезінде өте тиімді.**
- **(рациональді психотерапия, аутотренинг, топтық әдістер).**

□ Функционалды

терапия – дертті жүріс тұрыс стеріотипін сау стреріотипке ауыстыру. Дәрігер бақылауымен және оның белсенді араласуымен фобия немесе истериялық бұзылыстармен науқастар біртіндеп өзіндегі бұзылыстардан алшақтайды, өз әрекеттері саласын кеңейте түседі.



- Позитивті терапия-** күш жігерді жоғарлату. Әдіс науқастың эмоциональді сферасына бағытталған, науқас сенгіштігі жоғары болған сайын тиімдірек. Бұл әдіс әсіресе балаларда тиімдірек, ал ересектерде истериялық, фобиялық, невротения белгілері болғанда қолданылады.
- Сендіру формуласы гипнозда қолданылатын сендіру әдісіне ұқсас.**

□ Гипноздық терапия

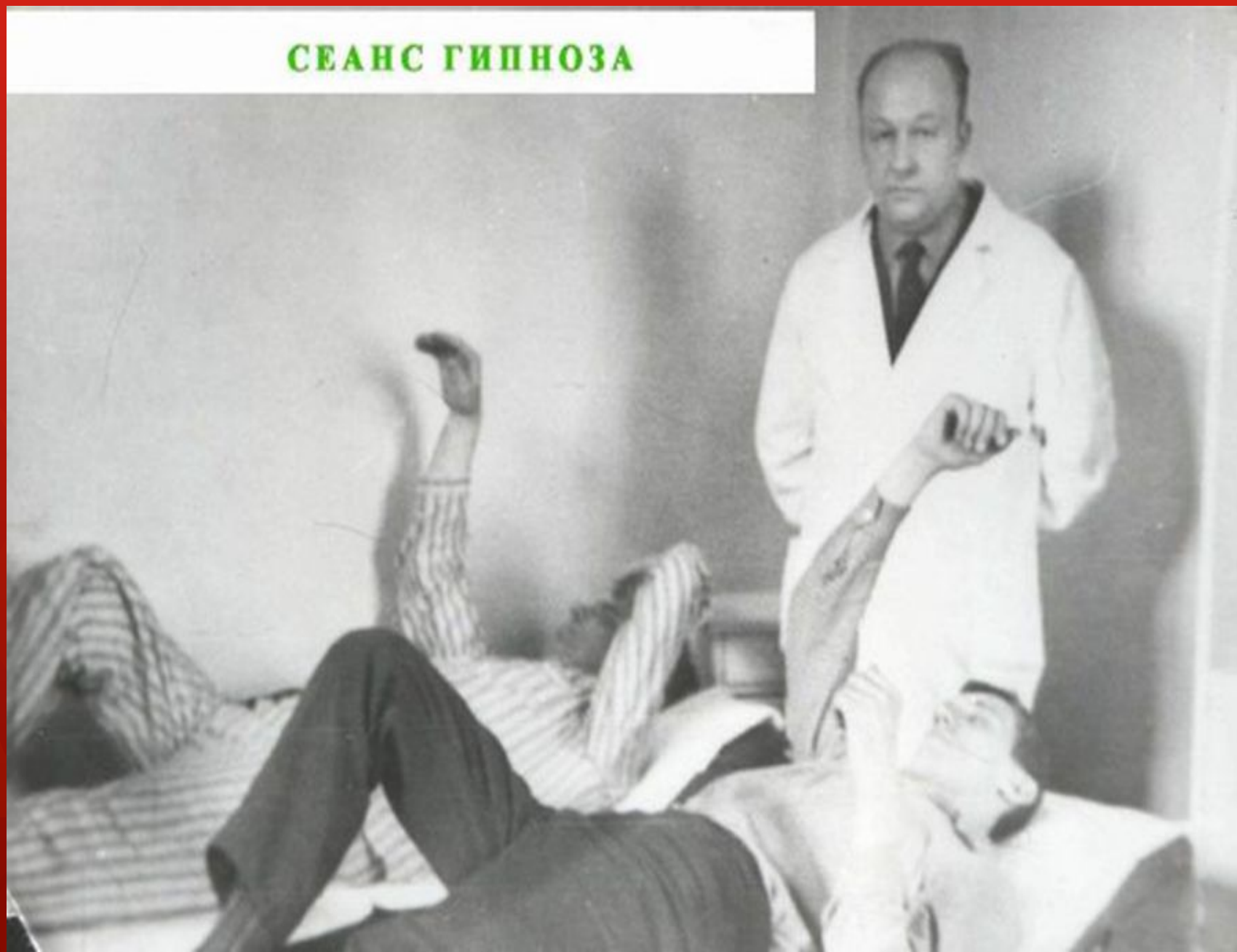
- Кеңес психологы Платоновтың анықтамасы бойынша психотерапияның негізгі діңгегі.**
- Гипнотерапия шекаралық психикалық бұзылыстар, психосоматикалық аурулардың көлеміне алгиялық, агриппниялық синдромдар, алкогализм, наркоманияны емдеуде қолданылады.**

- **Сендіру сеансы 3 сатыдан тұрады:**
- **Науқасты гипноздық ұйқыға енгізу.**
- **Гипноздық ұйқы және осы жағдайда сендіру.**
- **Гипноздық ұйқы жағдайынан шығару.**





СЕАНС ГИПНОЗА



□ Гештальт-терапия
немісше Gestalt – фигура, бейне,
бүтін, жекедеген мағнаны береді.
Әрбір адам тұтас, яғни оның
денелік, эмоционалдық және
рухани қажеттіліктері бірдей
маңызды және бір-бірімен тығыз
байланысты. Өмірді жақсы өмір
сүру үшін өзіңді жақсы түсінуің
қажет. Яғни – өзіңді барлық
деңгейде жақсы контакт ұстану.
Өзіңді жақсы білу бақытты өмірді
құрудың маңызды шарты болып
табылады

- **Гештальт-терапия адам мәселелерін барынша кең шеңберіне қолдануға балатын тұлғаның еркімен босдандығына бағытталған әмбебап психологиялық тәсіл болып табылады. Бұл әдісте психологиялық ауруларда науқас сурет салады, сызат, жабыстырат. Одан кейін психотерапевт шешім шығарады. Олардың кейбір мыналар:**
- **- клиникалық психотерапия;**
- **- отбасылық психотерапия;**
- **- тұлғалық өсуге және коммуникацияны жақсартуға ұмтылатын адамдарға арналған тренингтер;**
- **- әр түрлі кәсіби топтардың өкілдеріне (мысалы, педагогтар, менеджерлер) арналған тренингтер;**
- **- гештальт-педагогика;**
- **- ұйымдарға консультация жасау.**

□ Аналитикалық

психотерапия- аурудың негізінде жатқан, санадан тыс комплекстерді анықтау.

□ Науқаспен ұзақ уақыт әңгімелескенде оның қателесіп, аңдамай айтқан сөздері мен жазған жазуларының, көрген түстерінің символикалық мағынасы ашылады.

▣ Әлеуметтік терапия. Бұл кезде тек науқаспен ғана емес оның туысқандарымен де жұмыс істеу керек. Науқасқа қоршаған ортамен араласуды және өзін елден кемістемеуін, сонымен қатар халыққа зиян тигізбеуі жайында әңгіме болады. Ал туыстарына науқаспен қалай араласу керектігін, оны күту керектігін ескертіп айту керек, науқас неден қорқытындығын неден қашатындығын белгілеу керек. Науқасты еңбекке балу керек.

- ▣ **Мақсатқа байланысты:
Тыныштандырытын(аутотренинг) және
Белсендіретін(психодрамма,
гештальт-терапия) әдістер
қолданады.**
- ▣ **Топтық және Жеке
психотерапияны ажыратады.**

Топтық психотерапия



Жеке психотерапия



□ Аутогенді жаттығу-Аутогенді машықтандыру (көне грекше: αὐτός — «өзі», γένος — «тегі, шығуы») - психотерапевтикалық әдіс. Стресс немесе т.б. факторлардың нәтижесінде адам ағзасының динамикалық күйінің тепе-теңдігін (гомеостаз) қалпына келтіруге бағытталған және адамдарды өзін-өзі сендіруге, бұлшық еттерін босаңсытуға, зейінінің шоғырлану қасиетін дамытуға, субъект үшін маңызды іс-әрекетті көтеріп, машықтандыруға арналған психотерапиялық әдіс.

□ Аутогенді машықтандыру екі сатысын көрсетуге болады:

- 1.релаксацияға үйрету, ауырлықты, жылылықты, салқындықты түйсіндіру, вегетативтік функцияларды басқаруды куәландыру.**
- 2.гипноздық күйдің әртүрлі деңгейлерін жасау.**



Музыкотерапия

- **Музыкотерапия-бұл әдіс тепе-теңдікті сақтау үшін және жан дүниесін босаңсыту үшін қолданылады. Музыка адамды тыныштандыруы не керісінше әсер етуі мүмкін. Балаларды емдегенде музыкамен билетіп қозғалыстар жасаған дұрыс. Музыкотерапия тіпті дәрігемен коннтактқа түскілері келмейтін шизофрениямен не аутизммен ауыратын балаларды емдеуге көмектеседі**

The image features a white background with a red border. Numerous red, stylized floral motifs are scattered across the top and left sides. The text is rendered in a red, sans-serif font. The first line of text is slightly arched and partially overlaps the floral decorations. The second line is straight and positioned below the first.

НАЗАРЛАРЫҢЫЗГА

РАХМЕТ!!!