



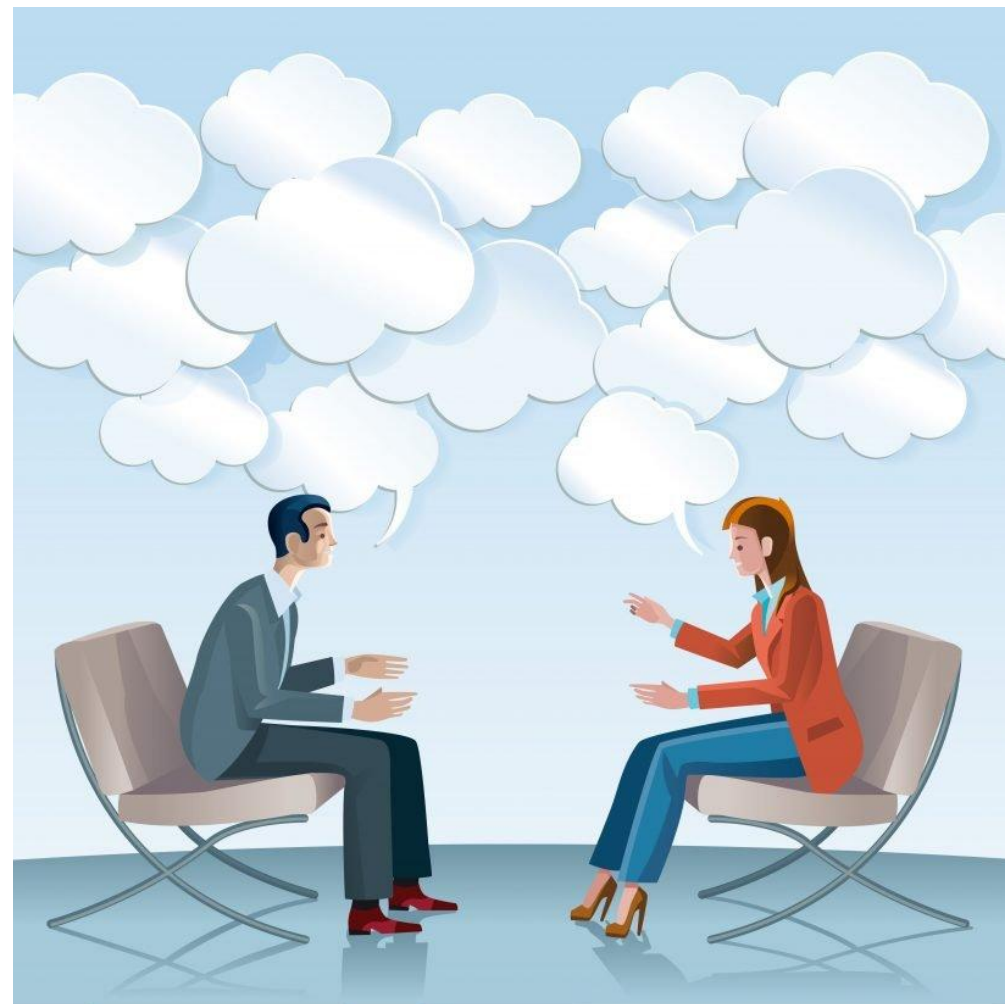
ТИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ: ОПРЕДЕЛЕНИЕ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ. СТРУКТУРА И МЕТОДЫ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА



ОПРЕДЕЛЕНИЕ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- **Индивидуальная психологическая коррекция** – процесс профессионального взаимодействия специалиста-психолога и клиента, направленный на преодоление психологической проблемы, при котором используются специальные (профессиональные) методы, приемы и методики.
- **Клиент** – человек, обращающийся за психологической помощью к специалисту-психологу.
- **Специалист-психолог** – специалист с базовым психологическим образованием, который владеет методами оценки психологических явлений и умением их корректировать.
- **Психологический запрос** – мотивированное определенным образом обращение, просьба предоставить конкретную форму психологической помощи и постановка проблемы, сформулированная клиентом совместно с психологом как цель дальнейшей совместной работы. Запросы могут лежать в различных сферах жизнедеятельности клиента: личностной, межличностной, профессиональной, образовательной.



ОПРЕДЕЛЕНИЕ, ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- **Психологическая проблема** – препятствие (ситуация, обстоятельство), возникшее в профессиональной или личной сфере клиента, самостоятельное преодоление (разрешение) которой посредством имеющегося опыта и знаний представляет для клиента значительные трудности.
- Разрешение или преодоление психологической проблемы клиента является основной **целью** взаимодействия психолога и клиента. Как правило, психологическая проблема на первом этапе консультирования существует в форме **жалобы** клиента, которая часто направлена на кого-то или на что-то и основана на его предположениях о возможных причинах возникновения трудностей. Необходимо учитывать, что жалобы клиента не всегда отражают сущность возникших проблем. Психологическая проблема может звучать в жалобе **неявно**, обозначенная вербально определенными высказываниями или невербально изменениями в мимике, жестах, интонации.

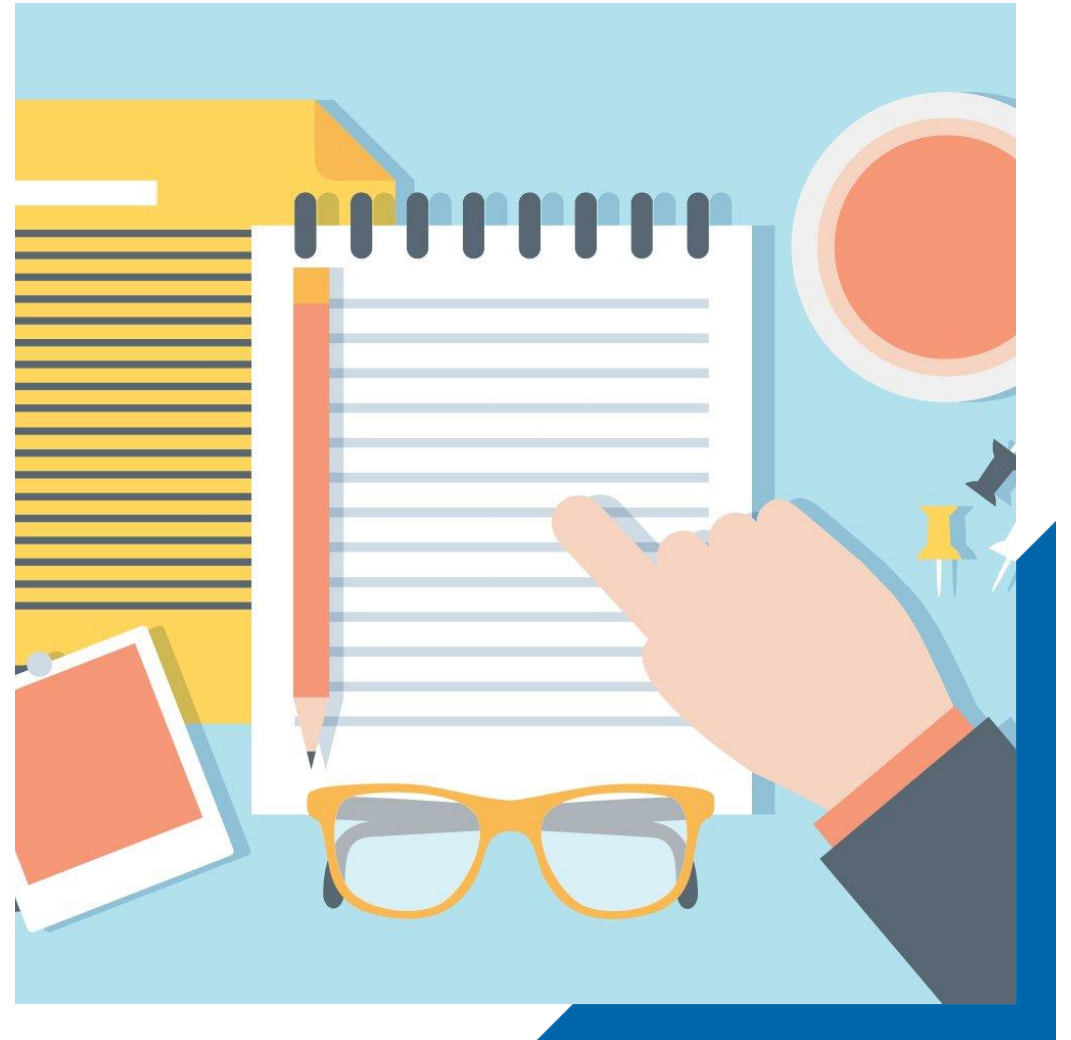


СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА

Индивидуальная психологическая коррекция реализуется специалистом психологической службы МЧС России в соответствии с четко построенной **структурой психокоррекционного процесса**.

Психокоррекционный процесс состоит из трех связанных между собой этапов:

- диагностический,
- коррекционный,
- завершающий этап («экологическая проверка»).



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

Цель диагностического этапа – становление контакта и формирование запроса. Для достижения указанных целей психологу предстоит решить несколько **задач**.

- Знакомство с клиентом и установление контакта

Формирует основу для сотрудничества и взаимопонимания между психологом и клиентом. Спокойное и доброжелательное поведение специалиста- психолога создает доверительную атмосферу и ощущение безопасности у клиента. Для психолога важно начать сбор информации о клиенте на уровне невербальных сигналов: по движениям, жестам, интонации голоса, мимике, позе.



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

При установлении контакта важны первые вопросы психолога к клиенту. Как правило, **первые вопросы** должны быть открытыми, позволяющими клиенту самостоятельно сформулировать жалобу. **Открытые** вопросы дают возможность обсуждать чувства и переживания клиента, трудности в его жизни.

Психолог также использует **закрытые** вопросы, которые помогают выяснить или уточнить конкретные детали. На протяжении всего процесса индивидуальной коррекции психолог создает атмосферу поддержки и принятия, использует приемы активного слушания (поощрение, повторение, обобщение, отражение), метафоры и ассоциации, позволяющие клиенту более свободно выражать чувства и мысли.



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

- Снижение уровня тревоги и напряжения у клиента.

Важно понимать, что **тревога** и **напряжение** могут быть обусловлены не только его психологическими проблемами, но и собственно процессом индивидуальной психологической коррекции, сомнениями по поводу возможности разрешения проблемы. Снижению уровня тревоги и напряжения у клиента может способствовать обсуждение его актуального состояния, а также информирование о том, как происходит процесс психокоррекционной работы.



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

- Создание комфортных условий для работы с клиентом.

Особое внимание необходимо уделить физическому ощущению **комфорта** клиентом, попросить его «удобно расположиться в кресле». Здесь также может помочь подстройка под темпо-ритм речи клиента, использование в разговоре «языка клиента», применение техники отражения невербального поведения клиента.



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

- Обсуждение условий работы и заключение психотерапевтического договора с клиентом.

Между специалистом-психологом и клиентом заключается **договор** на совместную работу.

В договоре проговариваются такие организованные моменты, как, место, время и периодичность встреч, их длительность. Желательно прояснить отношения к таким моментам, как неявка клиента по неуважительной причине или его опоздания, так как соблюдение договора уже само по себе несет терапевтический смысл. Сформулированные на этом этапе условия договора не меняются в течение психокоррекционного процесса



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

- Сбор анамнеза.

Сбор анамнеза необходим для того, чтобы специалист-психолог и клиент могли разобраться в **причинах возникновения** озвученных клиентом жалоб и проблем.

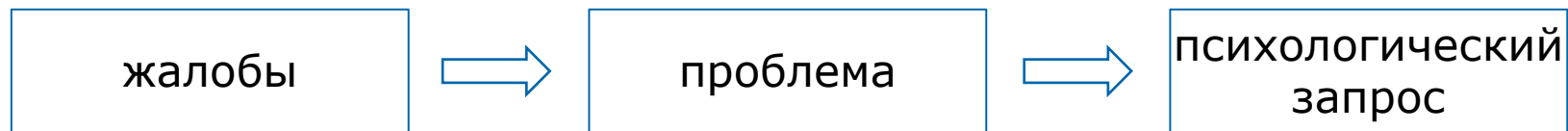
Для построения гипотез психологу необходима демографическая информация, актуальные проблемы и нарушения, психосоциальный анамнез – информация о значимых межличностных отношениях. Отвечая на вопросы психолога, у клиента есть возможность снизить не только уровень тревоги и напряжения, но и осознать свою роль в возникновении его проблемы. При осознании собственной роли принимается ответственность за ее исполнение.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

- Формирование запроса

Осуществляется формирование психологического запроса.

Для этого ведется совместная работа специалиста-психолога и клиента над **трансформацией жалоб клиента в проблему, а из нее в психологический запрос.**



СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ЭТАП

Клиенту на начальном этапе также предстоит решить ряд задач:

- озвучить свои проблемы и связанное с ними состояние,
- отреагировать накопившееся напряжение,
- оценить (осознанно или зачастую подсознательно), следует ли продолжать встречи с данным специалистом или специалистами-психологами вообще
- озвучить ожидания от предстоящей психологической работы

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

Цель коррекционного этапа – помощь клиенту в решении его психологического запроса. В рамках данного этапа решаются следующие задачи:

- Поиск и нахождение ресурса для достижения запроса

В начале индивидуальной психологической коррекции важной задачей является **поиск и нахождение ресурсов**, как внешних, так и внутренних, на которые сможет опереться клиент в процессе психологической коррекции. Актуализация ресурсов клиента происходит в процессе беседы и при применении техник, арт-терапии. Часто клиенту сложно понять и разобраться в том, что для него является ресурсом. Когда клиент понимает, что у него есть ресурсы, к которым можно обращаться и использовать их, повышается его уверенность в себе, расширяются его возможности в преодолении жизненных трудностей.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

- Работа со вторичными выгодами и деструктивными защитами

Несмотря на то, что клиент приходит с целью **изменить** что-то в своей жизни и/или в самом себе, он может активно **сопротивляться этим изменениям**. Это может быть связано как с имеющейся у него проблемой, так и с тем, что у него уже сформировались определенные привычные паттерны поведения и психологические защиты, которые делают его жизнь хоть и несчастной, но предсказуемой и привычной.

Сопротивление переменам в процессе психологической коррекции может проявляться в молчании клиента, в частых опозданиях на встречи, в пропуске встреч, в невыполнении домашних заданий и пр. Важно не игнорировать проявления сопротивления, а обсуждать с клиентом возможные причины их возникновения.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

- Выдвижение и совместное обсуждение возможных альтернатив решения проблемы

Часто клиент обращается к психологу, имея представление о сложившейся ситуации как тупиковой и безвыходной, испытывая чувство беспомощности, невозможности справиться самостоятельно с проблемой. Отмечается потеря устойчивости клиента в жизненном пространстве, отсутствие альтернатив в результате **«туннельного» видения проблемы**. Важно в ходе работы добиться того, чтобы клиент расширил свои представления о ситуации, и смог увидеть различные варианты своего дальнейшего поведения.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

- Составление плана реалистичного решения психологической проблемы клиента

Психологическая работа клиента подразумевает не только ситуацию взаимодействия со специалистом, но и **осуществление принятых решений** и, возможно, **освоение новых поведенческих навыков** в более широких социальных условиях, то есть собственно **в жизни человека**. Однако зачастую это осложняется отсутствием нужной мотивации, а также отсутствием представлений о том, как именно и с чего начать осуществлять то решение, которое было признано желаемым. Поэтому для успешного протекания процесса психологической коррекции необходимо более **подробно прорабатывать избранную альтернативу поведения**, в некоторых случаях необходимо выделять и проговаривать каждый этап осуществления «плана», и таким образом более подробно проговоренная и конкретизированная последовательность действий **облегчит для клиента реализацию принятого решения в жизнь**.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

- Закрепление у клиента соответствующей мотивации

В ходе индивидуальной психологической коррекции крайне важно не только выработать совместно с клиентом варианты решения его проблемы, но и сформировать у клиента **мотивацию на претворение принятых решений в жизнь.**

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

- Обсуждение вопроса о необходимости обращения к другим специалистам

Многие проблемы, поднятые клиентом, могут быть связаны с необходимостью обращения к другим специалистам: психиатру, врачу, юристу, социальному работнику и др.

Психолог может предоставить клиенту **информацию** о том, куда он может обратиться для **решения непсихологических проблем** или совместно с клиентом разобрать стратегию его поведения по поиску и обращению к другим специалистам.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. КОРРЕКЦИОННЫЙ ЭТАП

- Интеграция изменений, происходящих с клиентом, в жизнь.

Весь процесс психологической коррекции направлен на **принятие клиентом ответственности** за качество своей жизни, свои переживания, способы выражения чувств и эмоций, развитие межличностных отношений и удовлетворение потребностей. Для **выработки и закрепления новых способов** общения, форм поведения и стратегий психолог может давать домашние задания.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

Цель завершающего этапа – закрепление результатов проделанной работы и завершение контакта.

В рамках данного этапа необходимо решить следующие задачи:

- Закрепление полученного результата.

К завершающему этапу клиент подходит с приобретенным новым опытом, который дает ему возможность чувствовать себя увереннее и устойчивее. **Новый опыт**, приобретенный в ходе совместной работы со специалистом-психологом, затрагивает все сферы жизнедеятельности клиента. Необходимо учитывать, что несмотря на достигнутые положительные изменения в жизни клиента, при появлении сложных ситуаций может происходить **возврат к прежним неэффективным стратегиям**, способам общения и формам поведения. Поэтому основное внимание уделяется закреплению позитивных изменений, сохранению устойчивости компонентов нового опыта (стратегии преодоления трудной ситуации, способы межличностного взаимодействия, изменение отношения к себе, к другим, осознание нового опыта и др.) и переносу позитивных изменений в жизнь.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

- Закрепление у клиента уверенности в его способности к самостоятельному решению возникающих психологических проблем.

В процессе реализации выработанного совместно со специалистом-психологом плана по разрешению проблемы у клиента могут возникать **сомнения**, что он еще недостаточно готов и компетентен, и возможно, ему в будущем будет необходима поддержка психолога в той или иной ситуации. Обсуждение на сессии опасений и сомнений клиента, дает возможность **снизить у него тревогу** и **закрепить уверенность** в своих силах и возможностях. Это осуществляется через обращение к его новому опыту, произошедшим позитивным изменениям в жизни и личностным ресурсам. Специалист-психолог всегда оставляет право за клиентом обратиться к нему в случае необходимости, однако стоит поддерживать самостоятельное преодоление клиентом трудностей.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

- Определение степени эффективности проведенной психологической работы.

Обсуждение эффективности психологической работы – одна из важных задач, которую решает как специалист-психолог, так и клиент. Оценка эффективности происходит за счет **сопоставления запроса** и ожиданий, с которыми обратился клиент, **с результатами**, достигнутыми в ходе совместной работы. Реализация этой задачи позволяет решить вопрос о завершении индивидуальной психологической коррекции.

СТРУКТУРА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОГО ПРОЦЕССА. ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

- Анализ психологом своих личностных изменений.

После анализа эффективности проведенной работы психологу также важно **оценить свое эмоциональное состояние**. Если специалист-психолог ощущает, что работа с клиентом сильно затронула его на эмоциональном уровне, это может быть основанием для прохождения супервизии.

Комплексные программы коррекции: определение, цели и задачи, выбор программ по результатам психодиагностического обследования



КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ

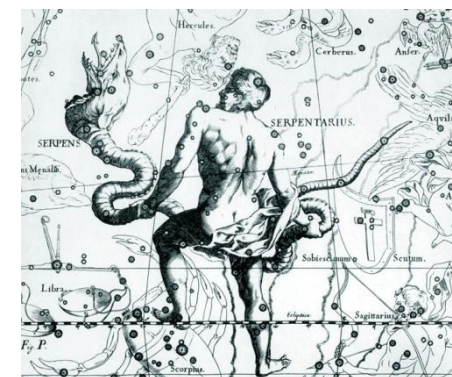
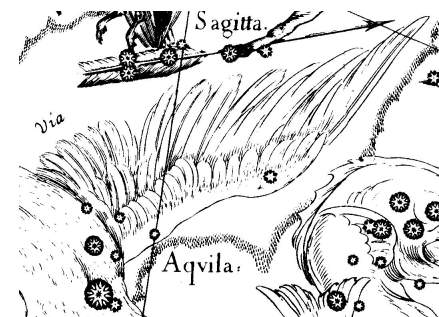
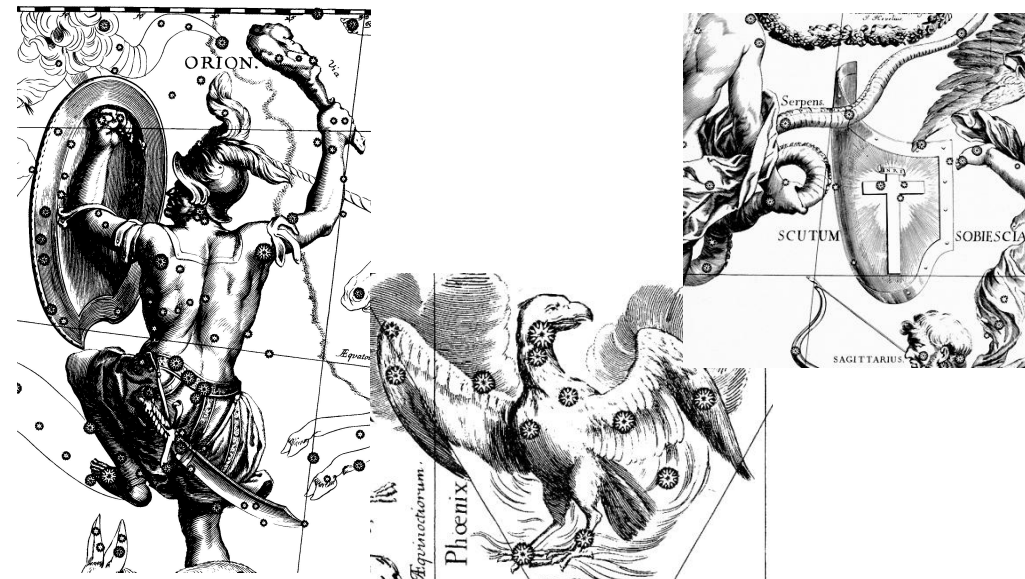
Цель - психофизиологическая коррекция психосоматических, тревожных, депрессивных проявлений, симптомов эмоционального выгорания, восстановление и оптимизация психофизиологического состояния, повышение функциональных и адаптивных резервов

Основание проведения:

1. Результаты мониторингового психодиагностического обследования (МПО)
2. Результаты посэкспедиционного психодиагностического обследования
3. Индивидуальный запрос

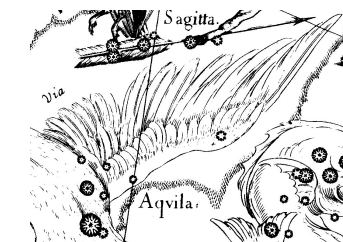
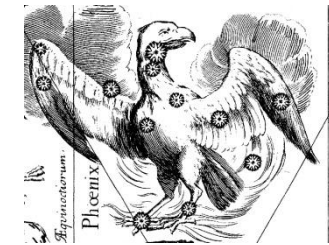
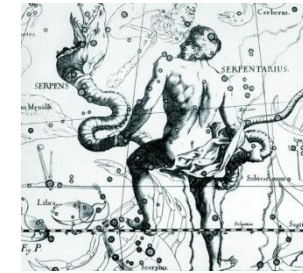
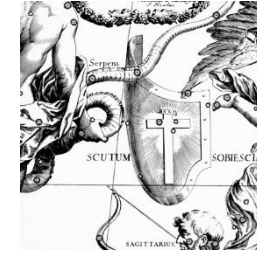
Сроки проведения КПК – не позднее одного месяца после последнего дня проведения МПО/ постэкспедиционного обследования. По индивидуальному запросу – специалист может обратиться в любое время.

Стандартные программы проводятся с использованием специального оборудования на базе комнат психоэмоциональной разгрузки



СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: ВИДЫ ПРОГРАММ

1. Программа по коррекции и оптимизации функционального состояния – **«Щит»**
2. Программа, направленная на повышение уровня развития памяти, внимания и других познавательных процессов – **«Орион»**
3. Программа по коррекции психосоматических проявлений и состояний, связанных с работой вегетативной нервной системы – **«Змееносец»**
4. Программа по коррекции состояний, связанных с проявлением симптомов эмоционального выгорания – **«Феникс»**
5. Программа по коррекции состояний, связанных с наличием тревожных и депрессивных проявлений – **«Стрела»**

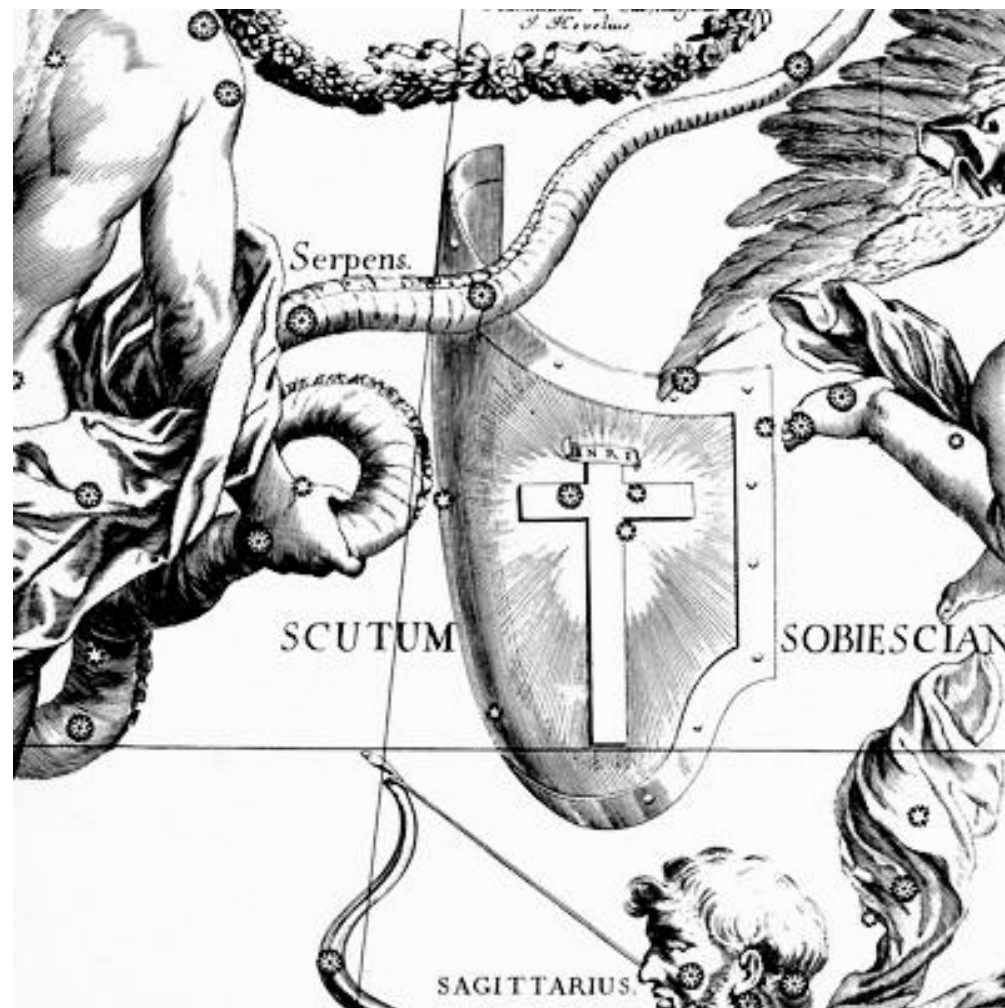


СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: программа «Щит»

Цель - коррекция и оптимизация функционального состояния

Задачи:

- восстановление функциональных резервов;
- повышение функциональных и адаптивных возможностей организма;
- снижение психоэмоционального и мышечного напряжения;
- повышение стрессоустойчивости посредством освоения и закрепления навыков саморегуляции.



Протокол программы «Щит»

Протокол программы включает психофизиологическое оборудование

1. Комплекс реабилитационный психофизиологический «Реакор»/ «Бослаб»/ «BrainBit/Колибри» с биологической обратной связью (БОС)

Рекомендуемые БОС-тренинги:

- Респираторный БОС тренинг («Диафрагмальное дыхание», «Активирующее дыхание»)
 - ЭМГ БОС тренинг («Релаксация по ОЭМГ»)
 - ЧСС БОС тренинг («Снижение ЧСС»)
 - КГР БОС тренинг («Угасание КГР»)
 - ЭЭГ БОС тренинг («Альфа-тренинг»)
2. Аппарат цветоимпульсной стимуляции «Очки Панкова»/ «Асир» (рекомендуемые программы: режимы № 8, 13, 19, 20, 21 и 23 при диапазоне длительности световых импульсов 7-8 с)
 3. Вибромассажное кресло (программы подбираются индивидуально)
 4. Комплект для фитоаэризации «Фитотрон» (мята, лаванда, цитраль, шалфей, эвкалипт)

СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: программа «Орион»

Цель: коррекция и развитие психических функций (память, внимание, мышление) с использованием метода биологической обратной связи

Задача:

- тренировка/улучшение свойств памяти, внимания и мышления, посредством формирования навыков саморегуляции, основанных на управлении биоритмами головного мозга

NB! Коррекция изменений в когнитивной сфере после перенесенной новой коронавирусной инфекции (постковидные проявления в виде снижения памяти, внимания)



Протокол программы «Орион»

Протокол программы включает психофизиологическое оборудование

1. Комплекс реабилитационный психофизиологический «Реакор»/ «Бослаб»/ «BrainBit/Колибри» с биологической обратной связью (БОС)

Рекомендуемые БОС-тренинги:

2. Бета-ЭЭГ БОС тренинг («Бета-тренинг» - Бета/тета-тренинг; «Альфа-тренинг»)
3. Аппарат цветоимпульсной стимуляции «Очки Панкова»/ «Асир» (режим № 22 при диапазоне длительности световых импульсов 1-2 с)
4. Комплект для фитоаэронизации «Фитотрон» (мята, анис, цитраль, шалфей)

СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: программа «Змееносец»

Цель: коррекция психосоматических проявлений и состояний, связанных с работой вегетативной нервной системы

Задачи:

- выработка навыков произвольной саморегуляции, обеспечивающих оптимальное функциональное состояние (восстановление и нормализация вегетативного баланса, дыхательного цикла, мышечной активности, гемодинамики)
- снижение степени выраженности/снятие болевых симптомов



Протокол программы «Змееносец»

Протокол № 1

1. Антистрессовая аудио-визуально-вибротактильная система на базе кресла нулевой гравитации «Сенсориум»
Рекомендуемые программы: P09; P10; P11; P1
2. Комплекс реабилитационный психофизиологический «Реакор»/ «Бослаб»/ «BrainBit/Колибри» с биологической обратной связью (БОС)
Рекомендуемые БОС-тренинги:
 - Температурный БОС-тренинг («Релаксация по температуре»)
 - ЭМГ БОС тренинг («Релаксация по ОЭМГ»)
 - Температурно-миографический БОС тренинг («Релаксация с контролем мышечного тонуса, температуры, ЧСС и тонуса сосудов»)
 - ЭЭГ БОС тренинг («Альфа-тренинг», «Бета-тренинг», «Бета/тета тренинг»)
 - Респираторный БОС-тренинг («Диафрагмальное дыхание», «Активирующее дыхание»)
 - ЧСС БОС тренинг («Снижение ЧСС»)
 - СС БОС-тренинг («Регуляция по АСВ», «Регуляция по ВРПВ»)
3. Комплект для фитоаэроионизации «Фитотрон» (анис, лаванда, фенхель)

Протокол программы «Змееносец»

Протокол № 2

1. Реабилитационный психофизиологический комплекс с биологической обратной связью «Реакор»/ «Бослаб»/«BrainBit/ Колибри»

Рекомендуемые БОС-тренинги:

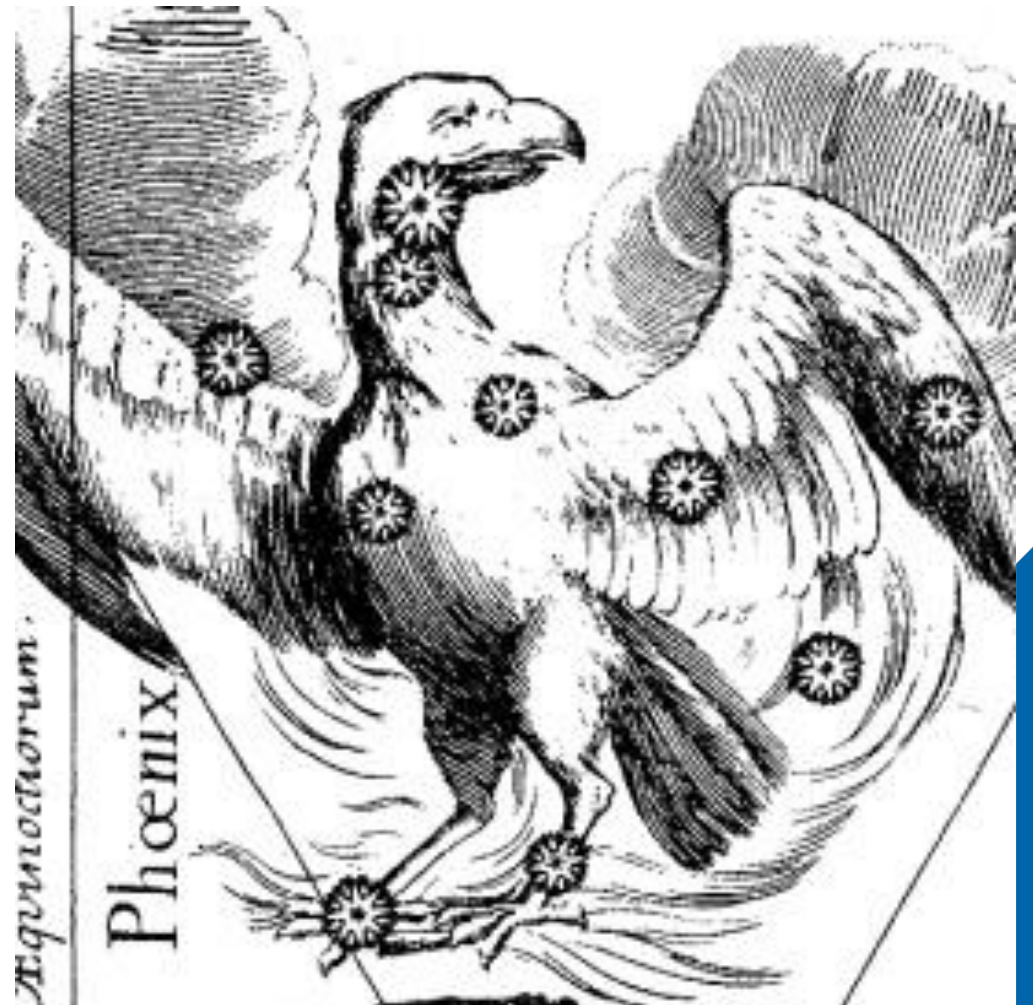
- Температурный БОС-тренинг («Релаксация по температуре»)
 - ЭМГ БОС тренинг («Релаксация по ОЭМГ»)
 - Температурно-миографический БОС тренинг («Релаксация с контролем мышечного тонуса, температуры, ЧСС и тонуса сосудов»)
 - ЭЭГ БОС тренинг («Альфа-тренинг», «Бета-тренинг», «Бета/тета тренинг»)
 - Респираторный БОС-тренинг («Диафрагмальное дыхание», «Активирующее дыхание»)
 - ЧСС БОС тренинг («Снижение ЧСС»)
 - СС БОС-тренинг («Регуляция по АСВ», «Регуляция по ВРПВ»)
2. Аппарат транскраниальной электростимуляции «Альфария» (1 раз в день по 20 минут)
 3. Вибромассажное кресло
 4. Комплект для фитоаэроионизации «Фитотрон» (анис, лаванда, фенхель)

СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: программа «Феникс»

Цель: коррекция симптомов эмоционального выгорания

Задачи:

- оптимизация функциональной активности центральной нервной системы
- снижение негативных эмоциональных переживаний
- снятие состояния усталости
- снижение мышечной ригидности



Протокол программы «Змееносец»

Протокол Программы №1:

1. Реабилитационный психофизиологический комплекс с биологической обратной связью «Реакор» / «Бослаб»/ «BrainBit/ Колибри»
Рекомендуемые БОС-тренинги:
 - ЭЭГ БОС тренинг («Альфа-тренинг»)
 - ЭМГ БОС тренинг («Релаксация по ОЭМГ»)
2. Антистрессовая аудио-визуально-вибротактильная система на базе кресла нулевой гравитации «Сенсориум»
Рекомендуемые программы: P03; P05; P06; P08; P09

Протокол Программы №2

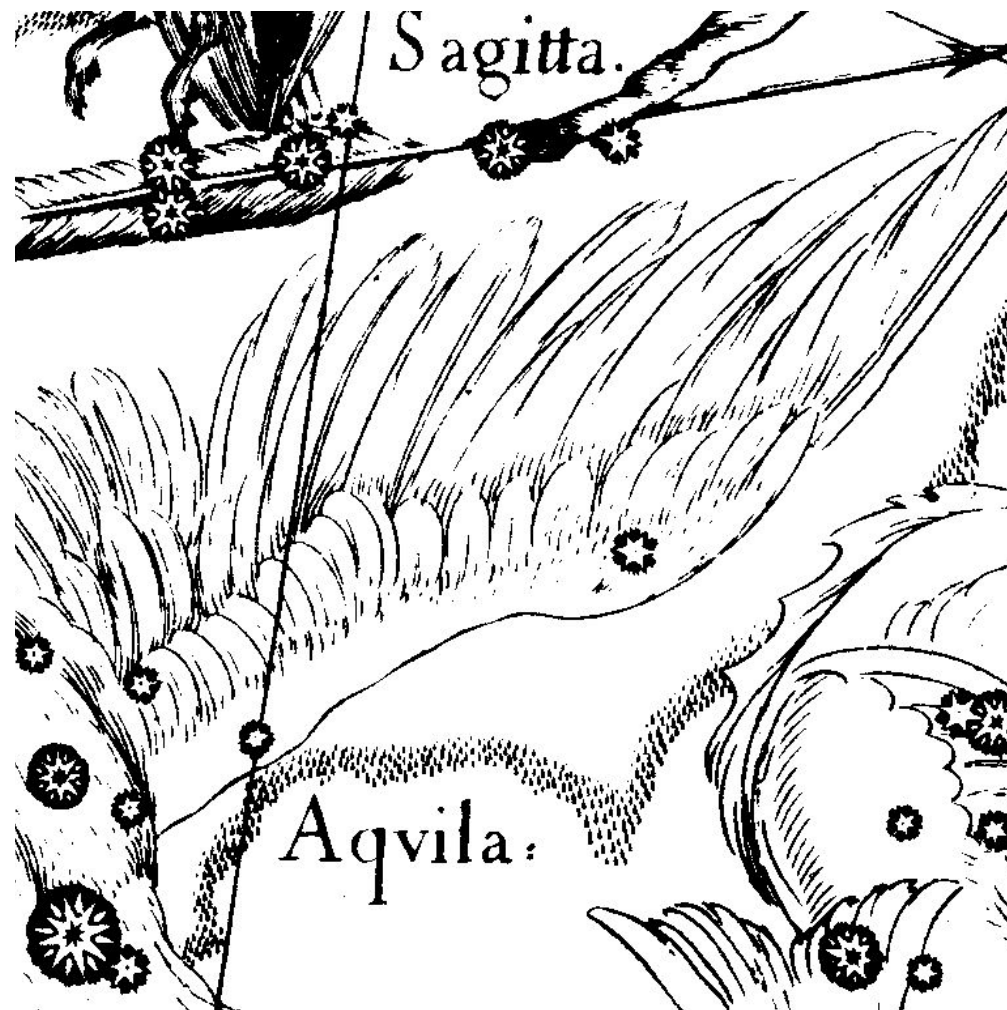
1. Вибромассажное кресло

СТАНДАРТНЫЕ КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: программа «Стрела»

Цель: коррекция тревожных и депрессивных состояний

Задачи:

- снижение уровня тревоги
- стабилизация эмоционального состояния
- снижение мышечной ригидности (чрезмерное мышечное напряжение)
- нормализация цикла сон-бодрствование
- нормализация регуляторных механизмов
- овладение навыками психической регуляции для восстановления оптимального психофизиологического состояния в реальных условиях при выполнении профессиональной деятельности



Протокол программы «Стрела»

Протокол Программы №1:

1. Реабилитационный психофизиологический комплекс с биологической обратной связью «Реакор» / «Бослаб»/ «BrainBit/ Колибри»
Рекомендуемые БОС-тренинги:
 - ЭЭГ БОС тренинг («Альфа-тренинг», «Бета-тренинг»)
 - Респираторный БОС тренинг («Диафрагмальное дыхание»)
 - ЭМГ БОС тренинг («Релаксация по ОЭМГ»)
2. Вибромассажное кресло
3. Комплект для фитоаэроионизации «Фитотрон» (шалфей, мята, анис, лаванда, укроп, фенхель)

Протокол Программы №2

1. Реабилитационный психофизиологический комплекс с биологической обратной связью «Реакор» / «Бослаб»/ «BrainBit/ Колибри»
Рекомендуемые БОС-тренинги:
 - ЭЭГ БОС тренинг («Альфа-тренинг», «Бета-тренинг»);
 - Респираторный БОС тренинг («Диафрагмальное дыхание»)

КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: УДАЛЕННЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ

Цели и задачи остаются, как и у КПК, которые реализуются на базе комнат психоэмоциональной разгрузки

Основание – результаты мониторингового психодиагностического обследования (3 группа).

Отличия КПК и КПК в удаленных подразделениях:

Программы КПК проводятся	КПК в удаленных подразделениях
На базе комнат психоэмоциональной разгрузки Кратность сеансов – 2-3 раза/нед. Продолжительность – 1,5 часа Курс – 14-18 сеансов	Продолжительность программы – 4 - 5 сеанса Кратность проведения сеансов – ежедневно. Продолжительность одного сеанса – 1 час.

КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: УДАЛЕННЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ

Этапы проведения КПК в удаленных подразделениях:

I. Индивидуальная психологическая консультация

1. Представление обратной связи по МПО;
2. Оценка актуального состояния с использованием «Психофизиолога» и занесение результатов в таблицу;
3. Освоение методов саморегуляции.
4. Проведение мероприятий с использованием психофизиологического оборудования (с учетом ведущего симптомокомплекса)

II. Завершающий

1. Оценка актуального состояния с использованием «Психофизиолога» и занесение результатов в таблицу;
2. Разработка программы для самостоятельного выполнения в течение 9 -10 дней из блоков упражнений по саморегуляции;
3. По завершению КПК психолог проводит индивидуальную консультацию для получения обратной связи от специалиста.

КОМПЛЕКСНЫЕ ПРОГРАММЫ КОРРЕКЦИИ: УДАЛЕННЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ

Завершающий этап

Учитывая, что 3-4 сеанса недостаточны для коррекции изменений, поэтому с целью формирования навыков саморегуляции, поддержания результата, полученного в ходе мероприятий по психологической коррекции психолог формирует задание для специалиста для самостоятельного выполнения в течении 10 дней (из блоков упражнений).

По завершению курса (включая самостоятельное выполнение упражнений), психолог проводит индивидуальную консультацию с целью получения «обратной связи» от специалиста по субъективной оценке актуального состояния



ЗАДАНИЕ

НЕ ЗАБУДЬТЕ ВЫПОЛНИТЬ ЗАДАНИЕ НА ПОРТАЛЕ

