3 метода нетрадиционного оздоровления

Подготовила ученица 8-3 класса
Рябова Василина

2017 год

Сказкотерапия

Сказкотерапия как метод коррекции является очень эффективной и способной решать серьезные психологические проблемы. Причина — положительная реакция людей на сказку не зависимо от возраста. У большинства пациентов не возникает внутреннего отторжения и протеста.
Диагностическое. Помогает определить сценарии, которыми пользуется человек при решении жизненных ситуаций. С помощью диагностики он определяет черты характера, сильные и слабые стороны личности, таланты, жизненные позиции и т.д. Проводя диагностику, специалист определяет корень проблем у клиента. Коррекционное. Помогает человеку создать гармоничный образ себя, настроиться на здоровую модель поведения, скорректировать негативные модели восприятия мира. Прогностическое. Помогает человеку определить, к каким результатом приведет его поведение и жизненная позиция, имеющаяся на данный момент. Развивающее. Помогает снять эмоциональное и мышечное напряжение, снижает тревожность, развивает воображение, облегчает адаптацию к новым условиям.

Чакротерапия

- Во всех высоко развитых культурах, благородные камни ценились не только из-за красоты, но также прежде всего за их целительные и гармонизирующие свойства.
Камни возникли миллионы лет назад в лоне Земли. В кромешной тьме они прошли процесс совершенствования и очищения, пока наконец в своей совершенной форме не были открыты и представлены перед нашим взором.
Благородные камни особенно пригодны для терапии чакр. Созданные из первичных элементов нашей Планеты Матери, они объединяют нас с защитными, укрепляющими и оживляющими силами Земли. В своей сияющей красоте они являются носителями света, в его чистейших естественных цветах, и посредниками космических энергий и качеств.
Они притягивают силы Неба и Земли, направляя их и излучая в мир. Их кристальные структуры содержат, кроме того, принцип порядка, связывающий нас с космическим порядком, гармонично воздействующим на тело и душу

Игротерапия

Игровой терапией называют все психотерапевтические направления, использующие игру и игрушки. Она чаще практикуется при работе с детьми. Так как все остальные методы терапии могут просто не подходить для работы с малышами. Ведь даже обнаружить проблему у малышей, а тем более ее причину, бывает довольно непросто, поскольку чаще всего она не лежит на поверхности. Многие специалисты рекомендуют для работы с детьми именно игротерапию, вследствие того, что игра отображает образ мышления малышей, то, как они взаимодействуют с окружением и справляются с эмоциями. Психотерапевт, контролируя игровой процесс ребенка, обучает его, как справляться со сложными чувствами или ситуациями.