В.Козлов, И.Донченко
«Направленные визуализации: теория и метод»

Содержание книги ->
Где купить (читать в интернете) ->

Эта книга вышла в печатном варианте в 2015 году и тираж издания давным-давно раскуплен. Но благодаря современным технологиям в интернет-магазине "Литрес" появился электронный вариант данной книги.

Направленные визуализации как интегративные психотехнологии являются эффективным инструментом при работе с психической реальностью человека, гармонизируя его личность и создавая ресурсные состояния сознания, посредством психологической проработки базовых архетипических образов.
Направленная визуализация понимается авторами, с одной стороны, как психологический продукт человека, основанный на визуальных образах, с другой - как объект психологического анализа, психологической интерпретации этих образов, и с третьей стороны - как психологическая техника, основанная на базовых архетипических символах.

Книга состоит из двух частей: теоретической и практической.

В первой части дано теоретическое обоснование и метода направленных визуализаций. Обозначено, что его методологическую базу составляет интегративный подход в психологии.
Основными методологическими принципами, легшими в основу данного метода, являются принципы целостности, обусловленности, позитивности, соотнесенности, потенциальности, многомерности истины и генетический принцип.

Во второй части книги представлена технология проведения базовых направленных визуализаций: "Дерево жизни", "Дорога жизни", "Гора личностного и дховного роста", "Учителя света и учителя тьмы", "Храм внутренней мудрости", "Дела на дороге жизни" и "Путешествие на остров Тайны".
Логика изложения материала в этой части предполагает описание самой методики проведения, указание предыстории создания методики, психологический анализ направленной визуализации в диагностическом и терапевтическом аспектах.

Технически направленная визуализация - это упражнение, которое сочетает расслабление, концентрацию на дыхании и построение образного пространства с включением слуховой и кинестетической модальностей.
В ходе направленной визуализации происходит обретение внутренней самоподдержки, а также активизация подсознательных процессов, направленных на достижение физического и психологического благополучия.

Читать или купить книгу в интернет-магазине "Литрес"

СОДЕРЖАНИЕ

КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 6

ГЛАВА 1. НАПРАВЛЕННЫЕ ВИЗУАЛИЗАЦИИ: ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ МЕТОДА 8

ГЛАВА 2. ТЕХНИКА И АНАЛИЗ НАПРАВЛЕННЫХ ВИЗУАЛИЗАЦИЙ 68

2.1. Направленная визуализация «Дерево Жизни» 68

2.2. Направленная визуализация «Дорога жизни» 103

2.3. Направленная визуализация «Гора личностного и духовного роста» 118

2.4. Направленная визуализация «Учителя света и учителя тьмы» 136

2.5. Направленная визуализация «Храм внутренней мудрости» 146

2.6. Направленная визуализация «Дела на дороге жизни» 166

2.7. Направленная визуализация «Путешествие на остров Тайны» 171

ГЛАВА 3. НАПРАВЛЕННЫЕ ВИЗУАЛИЗАЦИИ В КОНТЕКСТЕ РЕЛАКСАЦИИ 185

3.1.Техники релаксации 187

3.2. Практики направленных визуализаций в контексте релаксации 192

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 208

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 210

ПРИЛОЖЕНИЕ 214

Сводная таблица анализа символов .....

Козлов Владимир Васильевич,
Заслуженный деятель науки и образования, доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой социальной и политической психологии Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова, президент Международной Академии Психологических Наук, действительный член Международной Академии Психологических Наук, действительный член Российской Академии Социального Образования, действительный член Балтийской педагогической Академии, действительный член Международной Академии Социальной Работы, действительный член Международной Академии проблем человеческого фактора, Почетный профессор Международного гуманитарно-экономического института (Белоруссия), Почетный профессор Университета Туран (Казахстан), Почетный доктор Международного института практической психологии (Латвия). Работает в психологии с 1981 года, провел около 800 семинаров и тренингов личностного роста в 20 странах мира.

Основатель научной школы интегративной психологии (1990). Специализируется в области социальной психологии, кризисологии, психологии сознания, психологии личности, психологии творчества, методологии психологии. Является одним из основателей российской традиции трансперсональной психологии, которому принадлежат базовые монографии и учебники в этой

Донченко Ирина Анат
кандидат педагогических наук, д
кафедрой менеджмента образо
Запорожского областного инсти
последипломного педагогическо
член-корреспондент Междунаро
психологических наук.

Научные интересы связаны с по
профессионального сознания, п
мышления, профессиональной
более 60 научных работ.
Практикующий психолог, специа
на проведении тренингов лично
и профессионального развития,
индивидуального психологичес
консультирования. Психологиче
занимается с 1995 года.
Удостоена благодарности Депар
и науки Запорожской облгосадм
за личный вклад в развитие сис
Запорожской области, достижен
и учебно-методическом обеспе
подготовке высококвалифицир
педагогических кадров (2014).
почетными значками Междуна
психологических наук за сущест
в развитие психологической на
2014). Награждена медалью «Ч
за заслуги в развитии психологи
академии психологических нау