****

ПРОГРАММА

**Ежегодного Поволжско-Уральского семинара "Психологическая помощь: содержание, формы, опыт".**

**Организаторы и партнёры:**

* Общественная организация «Ассоциация психологов Оренбуржья»
* Нейропсихологический Центр «Аудитория»
* АНО ДПО «Институт консультирования и тренинга «Статус»
* ПсиАртСтудия «Эврика»
* Флоатинг-Клуб «Баланс»
* Журнал «Дара.Оренбург»
* Благотворительный фонд «Каритас»
* Детский центр «Каспер»

**Организационный комитет**:

**Якиманская И.С.** (канд.пс.наук, директор ИКТ "Статус"),

**Широбоков Д.П.** (заместитель директора ИКТ "Статус"),

**Борникова Т.С.** (менеджер по организации семинара)

**Место открытия и регистрации семинара**

21 ноября 2021 г. 17.00 – 18.00

ул. Володарского 39, 6 этаж, офис 603, ауд.601- НОУ ДО ИКТ «Статус»

**Место проведения секций:**

21-24 ноября 2021 года - ул. Володарского 39, 6 этаж, офис 603, ауд.601,605,606

Регистрация:

**21 ноября 2021 г.**

16.30 – 17.00

21 ноября 2021 года - ул. Володарского 39, 6 этаж, офис 603

**17.00-18.00**

**Открытие семинара. Презентация тренеров.**

**Построение группового пространства**

**21 ноября, 2021 г.**

**18.00 – 21.00**

***работа по секциям***

**Секция 1. «Возвращение ресурсного состояния психики/Постковидная психореабилитация»**

Ресурс – это состояние, возможность, которой можно воспользоваться в случае необходимости, запас источник чего-либо (силы, энергии, любви и тд.), средство, к которому обращаются в случае необходимости;

Это все то, что позволяет нам чувствовать себя здоровыми, наполненными жизненными силами, энергичными, активными, уверенными. Опираясь на свой ресурс, мы можем решиться на действие, начать делать, двигаться в направлении желаемого.

Участники группы узнают:

1. Способы активации собственного ресурса организма

2. Снижение физического напряжения тела

3. Механизмы управления ощущениями собственного тела

Ведущий: **Низов Рэм Юрьевич-**врач спортивной медицины, инструктор ЛФК., **Хомякова Елена Валерьевна-** практикующий психолог;

Соведущий: **Суслина Анастасия Викторовна-**практикующий психолог, **Левина Любовь Алексеевна**- практикующий психолог.

**22 ноября, 2021 г.**

**10.00 – 13.00**

***работа по секциям***

**Секция 1. «5 шагов, как отстроиться от конкурентов психологу и меньше тратить на рекламу».**

Вы узнаете:

-особенности рекламы и пиара психологических услуг и личного бренда эксперта психолога в современных условиях

-влияние личного бренда на формирование цены услуги

-о бесплатных источниках рекламы

А также получите практические способы быстрого продвижения и формирования клиентской базы.

Ведущий: **Шибалова Ирина Николаевна-** Гл. редактор журнала «Дара.Оренбург» психолог –консультант.

**Секция 2. «Развитие эмоционального интеллекта через игровой эмоциональный тренажер «SCHOOL KIDS».**

Каждый родитель и специалист хочет, чтобы ребенок был успешен в жизни. Но без развитого эмоционального интеллекта сложно построить удовлетворяющие взаимоотношения с окружающими людьми.

Игровой эмоциональный тренажер «SCHOOL KIDS» позволяет развивать эмоциональный интеллект через ролевую игру, во время которой происходит осознание стереотипных реакций родителя, знакомство с эмоциями, обучение эмпатии и эффективному реагированию взрослого на трудное поведение ребенка.

-Участники осознают, прочувствуют на себе через ролевые игры то, что проживает взрослый и ребенок, сталкиваясь с препятствиями

-Увидят, как привычные ответы и поведение взрослых усиливают фрустрацию у детей, создают конфликты и трудное поведение ребенка

-Попробуют новую модель реагирования, научатся новым способам разрешения трудных эмоциональных состояний, конфликтов интересов

-Осознают, как можно поддержать ребенка, и помочь ему найти решение

-Улучшат взаимодействие и отношения с ребенком через применение полученных знаний

Ведущий: **Шашкова Елена Валерьевна**- социальный психолог, Соведущий: Балакина Оксана, Сукиасян Альбина.

**13.00-14.00 перерыв**

**14.00 – 17.00**

***работа по секциям***

**Секция 1. Творчество+арт-терапия. «Возвращение внутреннего дара творчества. Фигура и фон – проЯвление.»**

«У тебя же нет слуха», - однажды мне сказала мама, когда я изъявила желание учиться в музыкальной школе. Я настояла на своем, но поступила не на тот инструмент, на каком хотелось играть (семья не могла потянуть покупку большого и дорогого инструмента), поэтому училась неохотно и все время стеснялась проЯвляться среди более талантливых, как мне казалось, детей».,

«У нас нет знакомых в большом городе, кто бы мог прислать новую коробку карандашей, скажи спасибо моим коллегам, у кого что было, то и принесли, чтобы ты могла рисовать на уроках», - и вручила мне шесть разнокалиберных цветных карандашей, перетянутых черной резинкой для волос. На первом уроке рисования я долго не решалась достать эту вязанку, видя на партах у ребят новенькие коробочки с цветными карандашами. Я, конечно, рисовала, но так себе. Учительница ставила мне пятерки, однако я понимала - поддержать».

Это истории про проЯвление того самого творческого дара. О том, как важно его реализовывать и что для этого нужно, вы узнаете, посетив мастерскую семинара.

Что вас ждёт?

Вы выполните творческие техники, направленные на выявление аутентичных особенностей и своего подхода к творчеству, прояснение творческой индивидуальности.

Через этот творческий опыт вы встретитесь со своим внутренним художником, и будете восстанавливать/прояснять/возвращать/проЯвлять свой творческий дар.

Ведущий: **Дмитриевская Елена Михайловна –** психолог, педагог.

**Секция 2. «Привычка как семейная традиция»**

Личная реальность, которую вы имеете в постоянно меняющемся мире:

счастливая она или несчастная? полна приятных сюрпризов, подарков, возможностей или насыщена чередой утрат, потерь и горечью разочарований? подбрасывающая волнами семейного счастья или погружающая в пучину расставаний, боли и страданий?

Ваша реальность выстраивается день за днем и год за годом тем набором привычек, которые есть абсолютно у каждого. И у каждого он свой.

Такое богатство очень часто мы получаем от семьи и тех традиций, которые обеспечивают целостность и выживание семейно-родовой системы.

Вы часто слышите призывы о том, что нужно уничтожать вредные привычки и приобретать полезные.

Только кто же сможет сказать, какая из привычек является вредной или полезной в каждом отдельном случае?

То, что полезно одному, для другого будет губительно и смертельно.

С помощью метафорических карт и элементов песочной терапии вы:

-исследуете одну из своих привычек - увидишь историю её происхождения,

-поймёте, какую функцию в семейно-родовой системе она выполняет,

-увидите, на что в ваше жизни привычка оказывает влияние,

-каковы последствия.

Ведущий: **Нагорная Елена Дмитриевна-**психолог, преподаватель Школы Консультирования и Тренинга Института «Статус».

**17.00-19.00 супервизия**

**Ведущий: Якиманская И.С.**

**23 ноября, 2021 г.**

**10.00 – 13.00**

***работа по секциям***

**Секция 1. Работа с анализом эмоциональных состояний и чувств клиента с использованием метафорических ассоциативных карт.**

Наиболее часто, при первичном запросе на психологическую консультацию, у клиента возникает потребность разобраться в своих эмоциях и чувствах, субъективно или объективно препятствующих гармоничному развитию и существованию.

Если на первоначальном этапе психологической работы мы можем успешно и качественно сделать анализ чувств и эмоций клиента, нарушающих качество жизни, то в дальнейшем это даст возможность самому клиенту за пределами кабинета, в реальной жизни проводить самоанализ и корректировать их негативные последствия.

В процессе работы, даже в рамках одной консультации мы ориентируем клиента на умение концентрироваться на чувствах и эмоциях, становиться более восприимчивыми в их отношении, понимать и дифференцировать их, осознать, какие психологические выгоды могут стоять за проявлением негативных и деструктивных чувств, и учиться их предотвращать.

Что вы получите?

 Попробуете на себе экспресс- психотерапевтическую методику с использованием МАК, которая позволит за одну сессию выйти на осознание и проанализировать психологическое содержание эмоций и чувств, препятствующих гармоническому развитию и существованию личности. В дальнейшем вы сможете использовать этот метод при анализе первичного запроса в рамках краткосрочного психологического консультирования, для работы с собой при запросах с проблемами чувств и настроения.

Ведущий: **Владимирцева Ольга Викторовна** - психолог,супервизор, преподаватель Школы Консультирования и Тренинга Института «Статус».

**13.00-14.00 перерыв**

**14.00 – 17.00**

***работа по секциям***

**Секция 1.** «**Психологическая помощь с использованием дыхательных техник».**

Дыхательные техники становятся все более и более распространенным в психологической практике.

Холотропное дыхание – мощный инструмент в психотерапевтической работе, способный вывести на поверхность тяжёлые эмоции и неприятные физические ощущения самых разнообразных типов. Полное проявление этих эмоций и ощущений даёт возможность освободить человека от их беспокоящего влияния.

Вы познакомитесь с теоретическими основами психологической помощи с использованием дыхательных техник и сможете на практике ощутить переживания, вызываемые при холотропном дыхании, имеющие мощный целительный и трансформационный эффект.

Ведущий: **Сафонова Юлия Александровна-**психолог.

**17.00-19.00 супервизия**

**Ведущий: Якиманская И.С.**

**24 ноября, 2021 г.**

**10.00 – 13.00**

***работа по секциям***

**Секция 1.** **Жизнь, любовь, и сила.**

Даосские мудрецы подарили миру ключ сложения полярных противоположностей:

«Существует Свирепый Тигр и Неукротимый Дракон. Они находятся в постоянной вражде. Тигр страшен свирепостью, а Дракон неисчерпаем в своей неукротимости. Но если их объединить, то Дракон исчезает, а Тигр становится спокойным».

Любовь и сила – эти две противоположности, как их объединить? Найти гармонию, понять, как они уравновешены сейчас и управлять этим равновесием?

Все деньги, как и прочие богатства,

Ничто пред Силой Жизни и Любви

И Силой Жизни чтобы наслаждаться,

Ты в душу и Любовь к себе зови.

Ведущий: **Якиманская Ирина Сергеевна-**канд.псих.наук,психолог,супервизор, преподаватель Школы Консультирования и Тренинга Института «Статус».

**13.00 – 14.00**

***Круглый стол***