

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 духовного 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 ВИЗУА- ЛИЗАЦИЙ	68
2.1. Направленная визуализация «Дерево Жизни»	68
2.2. Направленная визуализация «Дорога жизни»	103
2.3. Направленная визуализация «Гора личностного и ду- ховного роста»	118
2.4. Направленная визуализация «Учителя света и учителя тьмы»	136
2.5. Направленная визуализация «Храм внутренней муд- рости»	146
2.6. Направленная визуализация «Дела на дороге жизни»	166
2.7. Направленная визуализация «Путешествие на остров Тайны»	171
ГЛАВА 3. НАПРАВЛЕННЫЕ ВИЗУАЛИЗАЦИИ В КОНТЕК- СТЕ РЕЛАКСАЦИИ	185
3.1. Техники релаксации	187
3.2. Практики направленных визуализаций в контексте ре- лаксации	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 Анатольевна,

кандидат педагогических наук, доцент кафедры менеджмента образования Запорожского областного института последипломного педагогического образования, член-корреспондент Международной Академии Психологических наук.

Научные интересы связаны с проблемами профессионального сознания, мышления, профессиональной деятельности. Автор более 60 научных работ.

Практикующий психолог, специализируется на проведении тренингов личностного и профессионального развития, индивидуального психологического консультирования. Психологическую практику занимается с 1995 года.

Удостоена благодарности Департамента образования и науки Запорожской области за личный вклад в развитие системы образования Запорожской области, достижения в учебно-методическом обеспечении подготовки высококвалифицированных педагогических кадров (2014). Почетными значками Международной Академии психологических наук за существенный вклад в развитие психологической науки (2014). Награждена медалью «За заслуги в развитии психологии» Академии психологических наук.

