

Висновку від значайних управлінських рішень, де зроблено вибір одного з можливих варіантів, і посилюється воля власна активність. в тому числі і воля, в цьому кроці вимагається власна стана власної пасивності, але не депресивної, де є зневіра у собі і оточенні, а довірливо стана, де є тріск довіри до води і до себе, коли людина плаває в морі. Створювати такі стани і станами тільки в морі.

Крок 4. "Тільки і безстрашно оцінили себе і своє життя з моральної точки зору".

Цей крок екологічно являє собою необхідність подолати страх перед собою, що я страшний, страшний і робив щось страшне. Страх оглянутися назад. Страх конфронтації з проблемою, де є тріск довіри до "правди в вічі".

У цьому контексті, для людей з психологічними проблемами, це є однією з найскладніших станами, тому що у цих проблемних особистостей власна Я-концепція містить багато негативного. Власна стана, власне страх, що виявиться щось страшне, і частіше за все цей страх емоційно-психологічний, а людина просто уникає розмов на проблемну тему.

Крок 5. "Вийшли перед Богом, собою і будь-якою іншою людиною істинну природу своїх станами".

Цей крок передбачає психологічне вміння брати на себе відповідальність за події свого життя і станами станами без руйнівного пригнічуючого почуття вини. Це стає можливим, коли людина вийшла свої психологічні межі, коли почала приймати себе, і коли її Я-концепція стала більш станами.

Крок 6. "Тільки підготували себе до того, щоб Бог позбавив нас усіх наших недоліків." – станами станами готовність до подальших змін підкріплену першим досвідом перемоги над станами станами будь-яким змінам.

Крок 7. "Смирено просили Його виправити наші недоліки" можна розуміти як зміцнення Я-станами станами нарцисичного комплексу, коли зменшення уявних, ідеалізовано роздутих станами станами (зменшення гордині) вже не переживається як загроза Я, як руйнування Я.

Крок 8. "Склали список тих людей, кому ми зробили зло, і наповнили бажанням заглибити станами станами свою провину". Цей крок означає ознаку звільнення від залежних стосунків з іншими, від станами станами де залежність виявляється у прагненні звинувачувати інших, особливо близьких людей. Цей крок означає сформованість у певній мірі власних психологічних меж особистості.

Крок 9. "Особисто відшкодовували нанесені людям збитки де тільки можливо, крім тих випадків, де це могло їм нашкодити або комусь іншому" Цей крок означає настільки достатнє зміцнення меж станами станами, що у стосунках з іншими можливе збереження цих меж Особистість зміцнюється станами станами, що може брати і нести відповідальність за наслідки минулого.

Крок 10. "Продовжили самоаналіз і, коли припускалися помилок, зразу визнавали це" У цьому кроці підкріплюється здатність розпізнавати свої власні прояви залежної поведінки за різних станами станами і виявляється напрацьована здатність призупиняти свою залежну поведінку.

Крок 11. "Прагнення шляхом молитви і роздумів поглибити стосунок з Богом, як ми його станами станами, молитись лиш кожен день про знання Його волі, яку нам належить виконати, і про станами станами сили для цього".

Закріплення шляхом повторення входження у медитативні стани стійкості, впевненості, спокою і станами станами Вдпрацювання вмінь, закріплення досягнутого.

Крок 12. "Досягнувши духовного пробудження, до якого привели ці кроки ми старались донести станами станами станами до інших алкоголіків і застосовувати цих принципів в усіх наших справах.

Цей крок власне означає розгортання нового ставлення до життя, до себе, до інших людей. Він означає розповсюдження здорового стосунку з оточенням, що і являє собою екологічність свідомості.

ЛІТЕРАТУРА

Психология М "Просвещение" 1990.

О.ІРЯБУХА

ДО ЗМІСТУ ТА ДЕФІНІЦІЇ ПОНЯТТЯ „МАНІПУЛЯЦІЙНА ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ”

У статті розглядаються особливості застосування маніпуляційних впливів у фізичній реабілітації. Запропоновано нове поняття – "маніпуляційна фізична реабілітація".

В статье рассматриваются особенности применения манипуляционных влияний в физической реабилитации. Предложено новое понятие – "манипуляционная физическая реабилитация".

In the article the use peculiarities of manipulative influences in physical rehabilitation have been considered. The new concept of "manipulative physical rehabilitation".

Фізична реабілітація – це доволі новий для України напрямок відновлення різноманітних порушень фізичного стану людини. Беручи до уваги обставини прогресуючого погіршення стану суспільного здоров'я у нашій країні протягом останнього часу, цілком зрозумілою є наявність значної кількості людей з різноманітними відхиленнями у стані здоров'я. Багато хто з них потребує нині і буде потребувати у майбутньому втручання та допомоги спеціалістів-реабілітологів. Вище зазначено перекладає фізичну реабілітацію з площини ужиткового застосування в категорію однієї із складових суспільного життя, яка покликана полегшувати вирішення низки соціальних проблем [1]. Це робить фізичну реабілітацію галуззю, що за об'єктивними законами буде стрімко розвиватись, а, отже, потребувати постійного удосконалення не тільки методичних прийомів, але й засадничих понятійних положень.

Загалом фізичну реабілітацію розуміють як відновлення стану здоров'я людини за допомогою різноманітних фізичних заходів. До останніх належать лікувальна фізична культура, кінезотерапія, масаж, мануальна терапія, постізометрична релаксація та інш. Тактика застосування реабілітаційних заходів може бути різною. Узагальнюючи, її можна поділити на два види – комплексний та етапний.

Комплексність впливу передбачає одночасне застосування кількох реабілітаційних засобів, які доповнюють або підсилюють дію один одного.

Етапний спосіб – це послідовне застосування тих засобів реабілітаційного впливу, які є найбільш доцільними саме на даний момент з обов'язковим урахуванням усіх вже проведених та майбутніх втручань. Цей підхід до фізичної реабілітації розрахований на тривалий час. Він ґрунтується на неухильному дотриманні розробленої фахівцем програми реабілітації пацієнта.

Таким чином, протягом одного реабілітаційного сеансу можуть бути задіяні різноманітні природні та преформовані чинники, вплив рук реабілітолога під час масажу, виконання фізичних вправ під керівництвом або за допомогою інструктора з ЛФК та інш. Саме це дозволяє поставити питання щодо обґрунтування, розробки та впровадження у практику нового напрямку фізичної реабілітації, а саме маніпуляційної фізичної реабілітації.

Згідно із визначенням, маніпуляція – це більш або менш складний технічний прийом у роботі руками, який вимагає великої точності виконання. Про маніпуляційний підхід до реалізації поставлених завдань останнім часом заговорили в тих галузях відновлення здоров'я людини, які пов'язані із складним ручним впливом, зокрема, у фізіотерапії чи рефлексотерапії. В цих галузях під маніпуляційним підходом розуміють сполучене послідовне застосування на певну хвору ділянку чи проекцію адекватних впливів. Ці методи використовують по чергово, що дозволяє цілеспрямовано послідовно впливати на патогенетичні механізми тих відхилень та порушень, які лікують. Підбір прийомів маніпуляційного впливу залежить від певних чинників: особливостей та вираженості патологічних проявів, тривалості захворювання, загального стану пацієнта та інш.

Фізична реабілітація вже засадничо передбачає застосування строго дозованого адекватного реабілітаційного впливу. В той же час існують певні патологічні стани, які концептуально потребують поєднання максимальної індивідуалізації реабілітаційних підходів з певною послідовністю окремих заходів. У цих випадках етапний підхід до процесу фізичної реабілітації може бути реалізований через практичне застосування маніпуляційних прийомів. Саме тому, на нашу думку, доцільно впровадити таке поняття як маніпуляційна фізична реабілітація. Подібний реабілітаційний підхід передбачає по чергове застосування на хворій чи проблемній ділянці людського організму тих ручних реабілітаційних впливів (масаж, пасивні вправи тощо), які найбільш доцільними у даний час. Впровадження і практичне застосування маніпуляційної фізичної реабілітації збагатить арсенал професійних заходів спеціалістів-реабілітологів та сприятиме розвитку теоретичних засад фізичної реабілітації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Герцик М. Особливості підготовки фахівців з фізичної реабілітації у Львівському державному інституті фізичної культури // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. праць Волинського держ. ун-ту ім. Л.Українки.- Луцьк: Підприємство "Медіа", 1999.- С.609-612.
2. Немедикаментозное лечение в клинике внутренних болезней / Под ред. заслуж. деятелей науки техники Украины проф. Л.А.Серебриной и проф. Н.Н.Сердюка, канд.мед.наук Л.Е.Михно.- Киев "Здоров'я", 1995.- 528 с.
3. Фомберштейн К.Б. Рефлексотерапия в курортологии.- К.: "Здоров'я", 1991.- С.62-82.