

## АННОТАЦИЯ

### ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТРЕНИНГОВ ПОВЫШЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ

#### (I ЭТАП)

#### «РАЗРАБОТКА ТРЕНИНГА ПОВЫШЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ УСТОЙЧИВОСТИ»

Москва 2009

Тренинговые методы можно классифицировать исходя именно из типологии событий, разворачивающихся в тренинговой реальности. В этом случае традиционные классификации тренинговых методов оказываются малопригодными, однако при последующем рассмотрении мы соотнесем предлагаемую нами классификацию с уже имеющимися.

Сначала - анализ методов работы тренера с событиями, произошедшими до тренинга, а затем подниматься по временной шкале вверх. Поэтому в этой лекции речь пойдет о тех тренинговых методах, которые предполагают работу с событиями прошлого. Эта группа методов включает в себя следующие:

1. *метод регрессии* (активизация произошедшего события в психологическом пространстве);
2. *метод обмена опытом* (активизация произошедшего события в пространстве дискурса);
3. *метод имитации* (активизация произошедшего события в пространстве физической реальности).