Презентация

на тему

«Психологическая помощь личности»

Челябинск, 2017г.

План

- Понятие о психологической помощи
- Психодиагностика
- Психологическая коррекция
- Психологическое консультирование
- Психотерапия
- Психопрофилактика
- Права и обязанности психолога и клиента
- Анализ личности в художественной литературе

Психологическая помощь личности

- Под психологической помощью понимается специфический вид услуг людьми себе или друг другу с целью разрешения их индивидуальных, семейных или профессиональных психологических трудностей.

- Психологическая помощь может быть бытовой и профессиональной.

- ***Под бытовой психологической помощью*** понимается оказание помощи себе или другому без обращения к услугам специалиста. Иногда человеку, не имеющему специальных знаний, кажется, что он может оказать такую помощь. В некоторой степени это верно, так как возможность оказания психологической помощи в существенной мере определяется его умением действительно любить, уважать и принимать себя и окружающих. Данный вид деятельности обычно удается лицам, которым по роду их профессиональных занятий приходится работать с другими людьми и которые обладают навыками общения, например педагогам, медицинским работникам, юристам и т.д.

- ***Профессиональная психологическая помощь*** оказывается психологами или психотерапевтами, психиатрами, имеющие ми специальную психологическую подготовку, а также волонтерами (добровольцами, получившими начальное психологические знания) и представителями других профессий. Эта помощь может быть просвещенческого характера и адресоваться широкой аудитории или приобретать характер индивидуальной, групповой работы в ответ на конкретный запрос определенного человека или группы лиц. Психологическая помощь по реальному запросу граждан оказывается очно («глаза в глаза») и заочно (по телефону, по переписке, по системе компьютерной связи и пр.).

Психодиагностика

(от греч. psyche — душа и diagnostikos — способный распознавать)

- это область психологической науки, которая разрабатывает теорию, принципы, инструменты оценки и измерения индивидуально – психологических особенностей личности.

Структура психодиагностики включает:

- Общую теорию психологического измерения
- частные теории и методики измерения свойств и поведения личности
- тестовые методики оценивания
- Предмет психодиагностики составляет принципы диагностирования и психологического заключения, диагностические методы и методики, нормативные требования к разработке, адаптации и использованию методик.
- Цель психодиагностики – разработка эффективной системы диагностических методик по изучению индивидуальных свойств человека с последующим улучшением качеств его жизни.

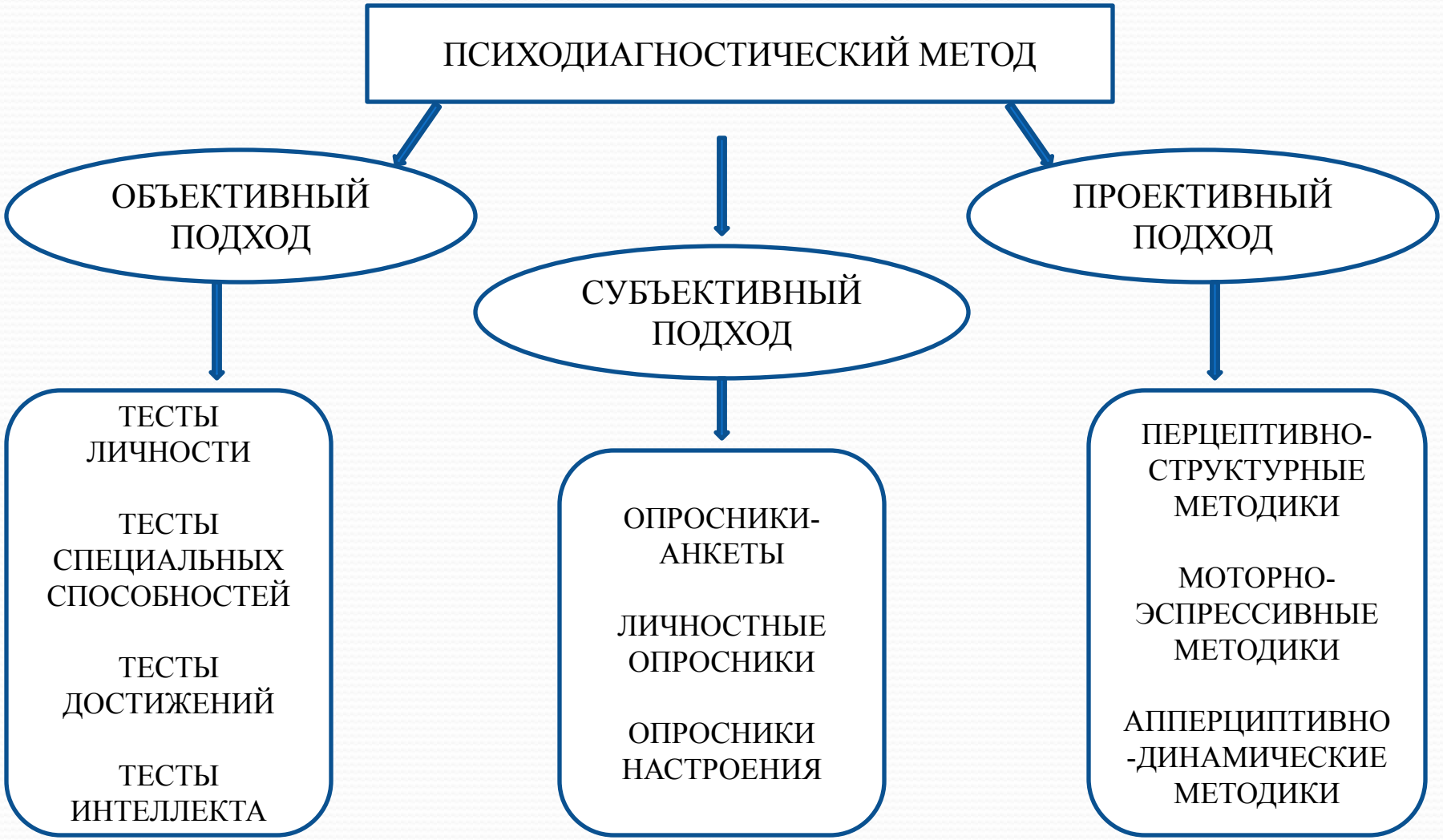
Психодиагностика применяется в таких областях практики как:

- 1) психотерапевтическая помощь и оказание консультации;
- 2) проектирование возможного социального поведения человека;
- 3) анализ степени влияния изменения условий среды на психологическое состояние человека;
- 4) профориентация, консультация при подборе персонала;
- 5) судебная психиатрическая экспертиза;
- 6) организация воспитания и обучения;
- 7) анализ межличностных отношений и психологии личности.

Главная цель психодиагностики – помочь людям во время переживаемого психологического напряжения принять правильное решение с наименьшими потерями для своей нервной системы. Именно этой цели посвящают свои жизни тысячи людей, вступивших на путь служения психодиагностике.

Методики психодиагностики.

Все методики психодиагностики делятся в зависимости от подхода к исследованию человека.



Психокоррекция

- совокупность психологических приемов, используемых *психологом* для исправления недостатков психологии или поведения психически здорового человека.

специфические черты психокоррекционного процесса, отличающие его от психотерапии:

- · Психокоррекция ориентирована на клинически здоровую личность людей, имеющих в повседневной жизни психологические трудности, проблемы, жалобы невротического характера, а также на людей, чувствующих себя хорошо, однако желающих изменить свою жизнь либо ставящих перед собой цель развития личности.
- · Коррекция ориентируется на здоровые стороны личности независимо от степени нарушения.
- · В психокоррекции чаще ориентируются на настоящее и будущее клиентов.
- · Психокоррекция обычно ориентируется на среднесрочную помощь (в отличие от краткосрочной - до 15 встреч - помощи при консультировании и долгосрочной - до нескольких лет - помощи при психотерапии).
- · В психокоррекции акцентируется ценностный вклад психолога, хотя отклоняется навязывание определенных ценностей клиенту.
- · Психокоррекционные воздействия направлены на изменение поведения и развитие личности клиента.

Психологическим консультированием

называется особая область практической психологии, связанная с оказанием со стороны специалиста-психолога непосредственной психологической помощи людям, которые нуждаются в ней, в виде советов и рекомендаций. Они даются психологом клиенту на основе личной беседы и предварительного изучения той проблемы, с которой в жизни столкнулся клиент.

Чаще всего психологическое консультирование проводится в заранее оговоренные часы, в специально оборудованном для этого помещении, как правило, изолированном от посторонних людей, и в конфиденциальной обстановке.

Психологическое консультирование решает следующие основные задачи:

- Уточнение (прояснение) проблемы, с которой столкнулся клиент.
- Информирование клиента о сути возникшей у него проблемы, о реальной степени ее серьезности. (Проблемное информирование клиента.)
- Изучение психологом-консультантом личности клиента с целью выяснения того, сможет ли клиент самостоятельно справиться с возникшей у него проблемой.
- Четкое формулирование советов и рекомендаций клиенту по поводу того, как наилучшим образом решить его проблему.
- Оказание текущей помощи клиенту в виде дополнительных практических советов, предлагаемых в то время, когда он уже приступил к решению своей проблемы.
- Обучение клиента тому, как лучше всего предупредить возникновение в будущем аналогичных проблем (задача психопрофилактики).
- Передача психологом-консультантом клиенту элементарных, жизненно необходимых психологических знаний и умений, освоение и правильное употребление которых возможно самим клиентом без специальной психологической подготовки.

Психотерапия

(от греч. psyche – душа, therapeia – лечение)

– особый вид межличностного взаимодействия, при котором клиенту оказывается профессиональная помощь психологическими средствами при возникновении у него проблем или затруднений психического характера. Это способ лечебного воздействия на психику, а через психику – на весь организм человека.

Психотерапия – это средство, использующее вербальные методики и межличностные взаимоотношения с целью помочь человеку в модификации отношений и поведения, которые интеллектуально, социально или эмоционально являются негативными; это специфическая эффективная форма воздействия на психику человека в целях обеспечения и сохранения его здоровья.

Классификация методов психотерапии

Метод в психотерапии – общий принцип лечения и коррекции.

- **Направление** – совокупность методов, объединенным общим принципом или подходом.
- **Форма** – способ применения того или иного метода (индивидуальная или групповая).

Наибольшее развитие и признание получили три психотерапевтических направления и возникшие на их основе методы:

1) Психоаналитическое (психодинамическое, динамическое).
2) Бихевиористическое (поведенческая психотерапия).
3) Экзистенциально-гуманистическое (недирективная психотерапия К. Роджерса, гештальт-терапия Ф. Перлза, логотерапия В. Франкла).

Цели психотерапии

Цели психотерапии в каждом конкретном случае определяются сообразно особенностям терапевтической ситуации, но можно отметить общие тенденции:

- помочь клиенту понять свои проблемы;
- устранить эмоциональный дискомфорт;
- поощрить свободное выражение чувств;
- обеспечить информацией;
- помочь осознать причины проблемной ситуации и возможности ее разрешения;
- помочь клиенту в проверке новых способов мышления и поведения.

Психопрофилактика

Психопрофилактика — это система мероприятий, цель которых — изучение причин, способствующих возникновению психических заболеваний и нарушений, их своевременное выявление и устранение.

Для осуществления этих мероприятий психопрофилактика использует ряд методов:

- медицинского обследования психического состояния различных групп населения — учащихся, военнослужащих и т. д.;
- анализ данных статистического изучения заболеваемости психическими болезнями и условий их возникновения;
- ранняя диагностика психических заболеваний;
- санитарно-просветительная работа:
- организация специальных видов медпомощи — в первую очередь психоневрологических диспансеров, дневных и ночных стационаров, санаториев.

Психиатры всего мира озабочены ростом нервно-психических расстройств. В связи с эти разрабатываются различные меры по профилактике этих заболеваний. Согласно классификации ВОЗ 1983 года психопрофилактика делится на первичную, вторичную и третичную. В рамках каждого вида разрабатываются свои мероприятия по снижению нервно-психических заболеваний.

Первичная психопрофилактика

Это профилактика нервно-психических расстройств, которая включает в себя самые широкие мероприятия, такие как борьба с эпидемиями, травмами, психогенными воздействиями на здоровых людей психически больных. Сюда же включается воспитание детей и подростков, их своевременная и правильная профориентация, снижение у них нервно-психических нагрузок, предупреждение семейных конфликтов, психотерапевтические консультации и помощь в ситуации острых конфликтов в семье, на работе, с соседями и так далее.

Вторичная психопрофилактика

Вторичная психопрофилактика – это своевременное выявление и лечение психических нарушений и заболеваний. Большую роль играет применение эффективных методов лечения, лекарственных препаратов, длительная поддерживающая терапия, исключающая возможность рецидивов.

Третичная психопрофилактика

Третичная психопрофилактика направлена на предупреждение тяжелых для больного и окружающих социальных последствий заболеваний. Так, тяжелыми последствиями для самого больного являются его инвалидизация, невозможность работать, адаптироваться в социальной среде, тяжелое течение психического заболевания.

Права и обязанности психолога и клиента.

Психолог обязан:

1. Иметь высшее психологическое образование.

Не ниже специалиста, дающее право практики (психологическое консультирование, психотерапевтическое консультирование, а также документы об образовании в определенных подходах и видах терапии).

2. Соблюдать правила делового этикета отношений

Приходить вовремя, начинать и заканчивать вовремя, не отвлекаться во время сессий, при возникновении форс-мажоров своевременно предупреждать, извещать об отъездах и отпуске (если это связано с перерывом в Вашей терапии), заранее извещать об изменении оплаты.

3. Соблюдать этический кодекс (Конфиденциальность)

Безоценочность (не допустимы сравнения с другими клиентами, оценочное отношение к действия и мыслям, та или иная дискриминация).

Осведомленность клиента (психолог должен сообщать о методиках, упражнениях, которые предлагает в практике, давать разъяснения, если что-то осталось не понятым).

Самоопределение клиента (не подталкивать, не навязывать свое решение, мнение, выбор всегда делает клиент).

Клиент обязан:

1. Соблюдать правила делового этикета отношений

Приходить вовремя на сессии, не отвлекаться во время сессий, при возникновении форс-мажоров своевременно предупреждать, извещать об отъездах и отпуске (если это связано с перерывом в вашей терапии), своевременно вносить оплату.

2. Проявлять активность

Насколько возможно говорить о своих чувствах, о происходящем, передавать свои ощущения. Говорить, что с Вами происходит, что меняется в процессе.

3. Нести свою ответственность

Жизненные выборы делаете Вы, психолог потом не сможет жить за вас в сложной ситуации. Если Вы не готовы к выбору, обсудите это в отношениях с психологом, добиваясь ясности и определенности именно для себя.

Важно также и то, что во время терапии клиент может быть особенно уязвимым, многие психологи не рекомендуют проводить кардинальные изменения, пока идет психотерапевтический процесс или пока состояние не стабильно.

- **Анализ личности в художественной литературе.**

Многие писатели, как известно, являются превосходными психологами. Будучи весьма наблюдательными, они обладают способностью проникновения во внутренний мир человека. К тому же их литературный дар помогает облечь увиденное и воспринятое в прекрасную языковую форму. Перед нами предстают не отвлеченные рассуждения, а конкретные образы людей с их мыслями, чувствами, поступками. Писатели не всегда, конечно, предлагают решения поставленных проблем, предоставляя свободу для различных толкований. Порой причины поведения того или иного персонажа так и остаются нераскрытыми. И все же мотивы какого-либо поступка или поведения, хотя бы приблизительно, должны возникнуть в сознании читателя, в противном случае действия героев могут показаться странными, надуманными и потерять всякий психологический интерес.

- **Проанализируем психологические проявления личности на Гамлете.**

Поведение Гамлета можно попытаться объяснить исходя из структуры его личности. В лице Гамлета перед нами личность безусловно интровертированная. Он даже друзьям весьма скупо приоткрывает свой внутренний мир. Этой чертой определяется линия его поведения, его постоянные колебания: с одной стороны, намерение отомстить за отца, с другой - его нежелание предпринять конкретные шаги в этом направлении. Об этических соображениях Гамлета едва ли приходится говорить, если уж он не задумываясь отдает в руки палача Розенкранца и Гильденстерна. Бросается в глаза склонность принца датского постоянно предаваться раздумьям.

- Ярче всего это представлено в знаменитом монологе, который начинается словами: "Быть или не быть - таков вопрос".

Далее следует:

Так трусами нас делает раздумье,
И так решимости природный цвет
Хиреет под налетом мысли бледным
И начинанья, вознесшиеся мощно,
Сворачивая в сторону свой ход,
Теряют имя действия.

Великая склонность мыслить, взвешивать служит Гамлету помехой к принятию решений, которые диктуются конкретными фактами, иными словами, "налет мысли бледной" препятствует его активности.

Интровертированность не только Гамлета, но и многих людей лишает радости принятия решения.

- **Интровертированность -** индивидуальная характерологическая особенность, встречающаяся у некоторых людей и проявляющаяся в необщительности, замкнутости, отсутствии достаточного интереса к другим людям и склонность к углубленному самоанализу.
- В данном случае Гамлету нужна психокоррекция.

Литература

Абрамова Г.С. Практическая психология. М., 1997. С. 286.

Алексеева Е.А., Выбойщик И.В., Паршукова Л.П. Акцентуации характера Челябинск. Изд. ЮУрГУ, 2002.

Асмолов А.Г. Личность как предмет психологического исследования. - М.,1994.

Бурлачук Л. Ф. . Психодиагностика: Учебник для вузов /— СПб.: Питер, 2003.

Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике.СПб.: Питер Ком, 1999.

Коржова Е. Ю. Психология личности в художественной литературе. Журнал «Известия» РГПУ им. А.И. Герцена, выпуск №100, 2009.

Маринчева Л. П. ,Злоказова М. В. Психотерапия. – Киров: Изд-во ВятГГУ, 2008.

Немов Р.С. Основы психологического консультирования. Москва, 1999.

Харвест. С. Ю. Головин. Словарь практического психолога. — М.: АСТ, 1998.

Интернет ресурсы:

http://psyera.ru/4473/psihoprofilaktika

http://www.womenhealthnet.ru/psychiatry/5312.html

http://eshipilova.ru/contract/