

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 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.

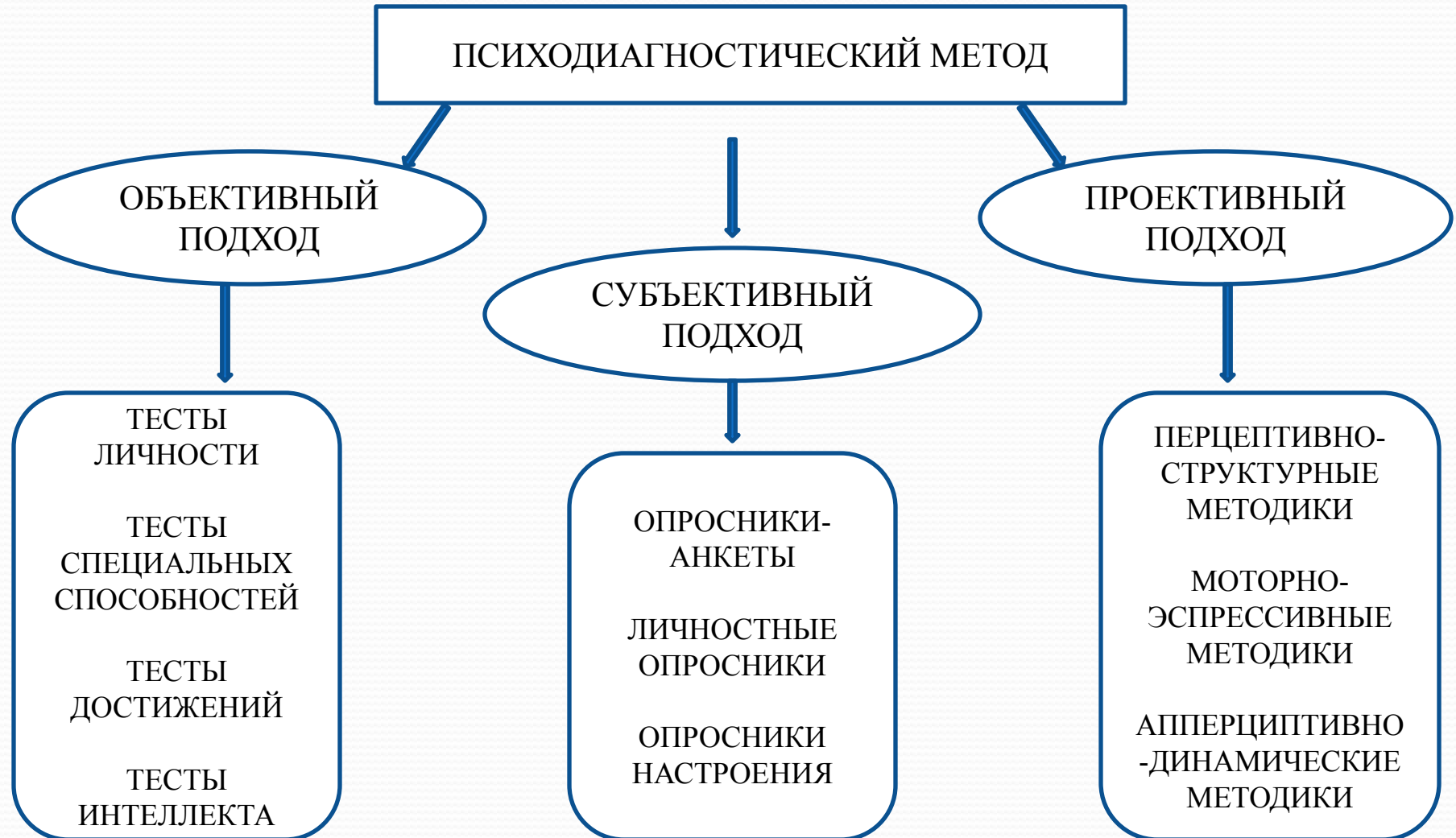
Психодиагностика применяется в таких областях практики как:

- 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 этим 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 действиям и мыслям, та или иная дискриминация).

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

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 скупко 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 придется 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, вознесиися 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/>