

Психологиялық алдын алу



Практикалық психологияда міндеттерді шешуді үш деңгейін бөледі:

1) **ғылыми зерттеушілік** - практик психолог іс-әрекетінің әдіснамалық негіздерін құру мақсатында тұлға дамуы мен қалыптасуының заңдылықтарын меңгеру;

түрлі әлеуметтік жүйеде психологиялық білімдерді кәсіби пайдалану тәсілдерін, әдістерін және амалдарын құру;



2) қолданбалы міндеттер- мамандар даярлау және қайта даярлау үшін практикалық психологияның оқу бағдарламаларын, құралдарын және әдістемелік материалдар дайындау; практик психолог қызметін негіздеу;



3) практик психологтің кәсіби іс-әрекетінің орнына тәуелсіз нақты проблемаларды анықтайтын **практикалық міндеттер**; арнайы психологиялық орталықтарда және кабинеттерде - нақты адамдарға психологиялық көмек көрсету формасы.

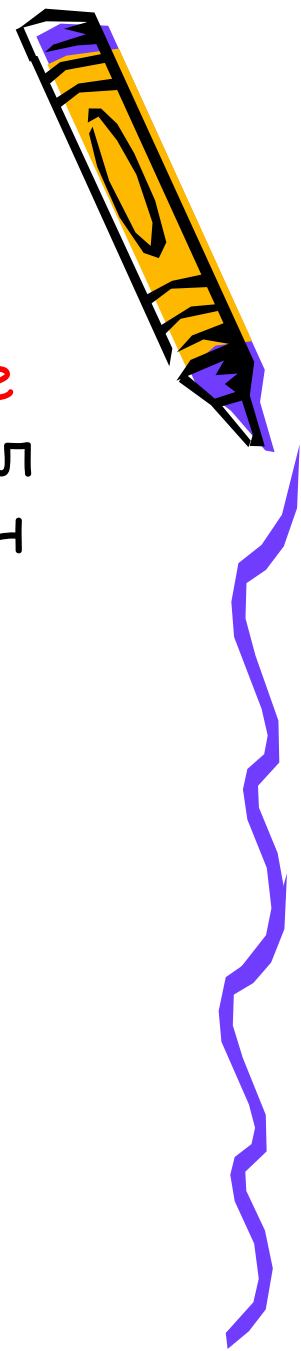


Психологиялық ықпал етуге сипатты негізгі терминдер:

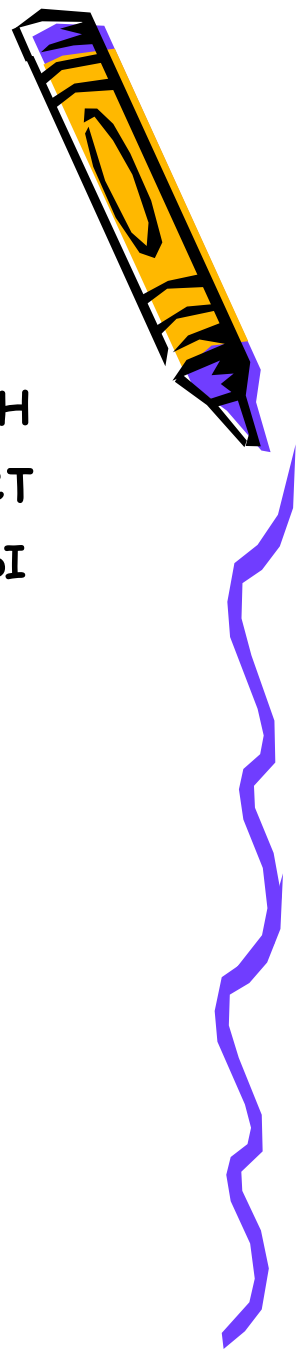
психологиялық көмек - көмекке келген клиентке қатынасты жүзеге асырады. Негізгі функциясы: профилактика, коррекциялық-дамытушы, терапевтік. Клиент туындаған өмірлік қиын ситуацияларды түсінеді, бірақ, шеше алмайды.



Психологиялық әрекеттесу немесе жәрдемдесу - мұнда клиентке тікелей ықпал етпейді, ол өзін (клиент) жайлы сезінетін жағдайда құру.



Психологиялық қолдау - психологтан жоғары белсенділік пен бастамашылдық қажет етпейді. Бұл жағдайда бар қарым-қатынасты қолдау, керек болған жағдайда көмек көрсету;



Психологиялық сүйемелдеу - психолог пен клиенттің гуманистік қарым-қатынас нұсқасын ұсынады, клиенттің өзіндік қайта құрылуларына және оның жекелік өсу әлеуетінің мүмкіндігіне сенім. Психологиялық сүйемелдеу барысында ең алдымен, психологта төмендегідей қасиеттер болуы қажет: нақтылық, шыдамдылық, сене білу және қолдау.

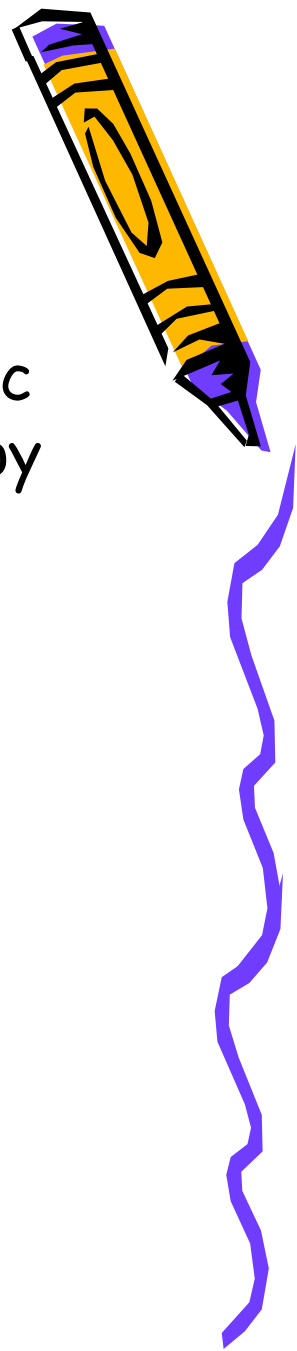


Психологтың профилактикалық іс-
әрекетінің негізгі мазмұны **үш міндетте**
түйістіруге болады:

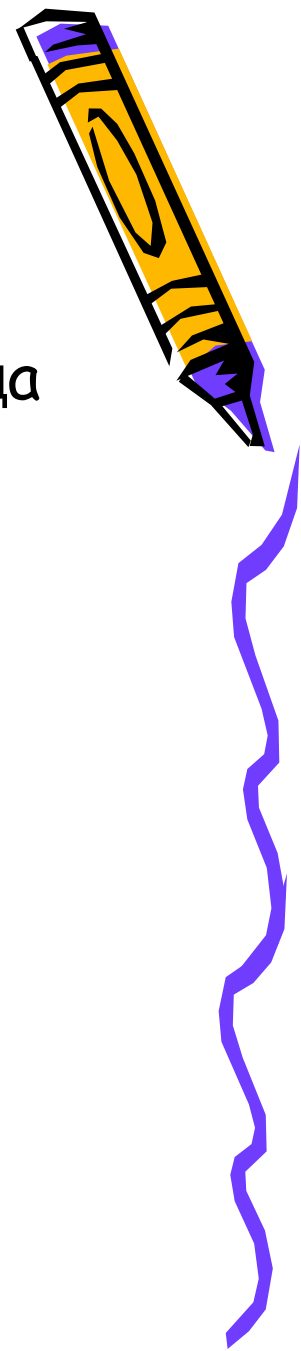
1. Жаңа әлеуметтік жүйеге қосылатын адамдарға
адаптациялануға көмектесу.



2. Мекемелердегі оқушылар немесе жұмыс жасаушылар қалыпты функциясын жүзеге асыру үшін жағдай жасау.

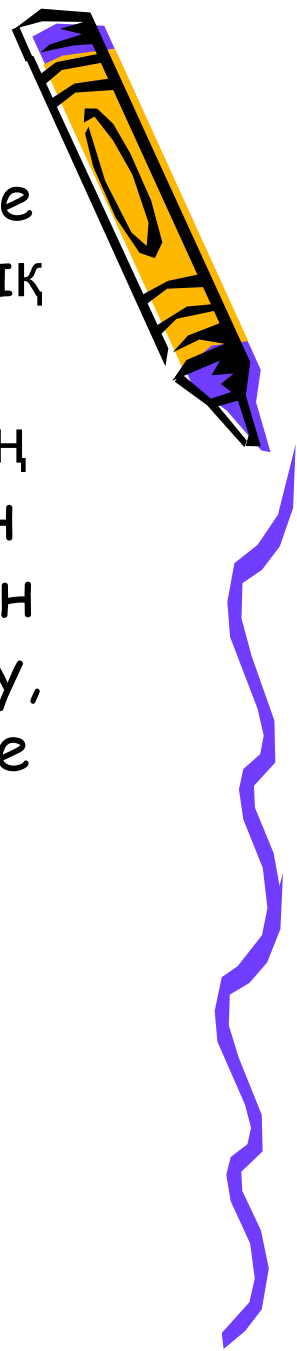


3. Оқыту немесе кәсіби іс-әрекеттің жаңа деңгейіне өтуге мүшелерді дайындау.

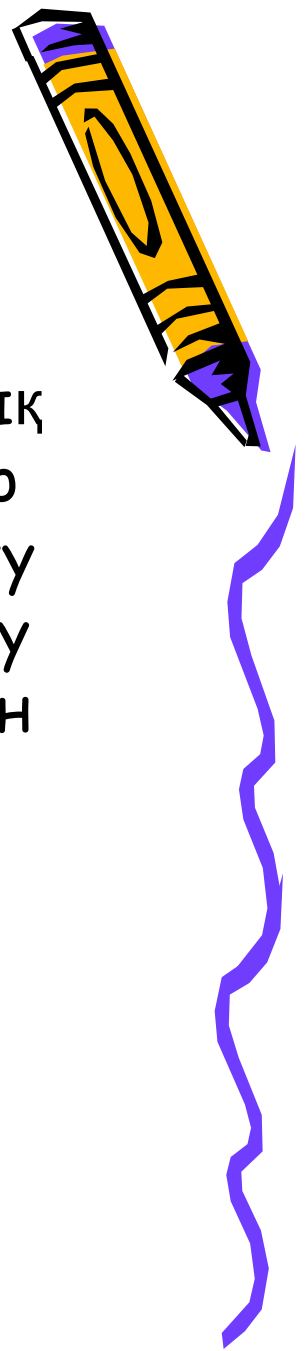


Психогигиена ғылыми білімдер және әлеуметтік практика жүйесінде пәнаралық аймақ болып табылады.

1-ден, **психогигиена** - адамдардың психологиялық денсаулығына қоршаған жағдайдың, ортаның ықпалын зерттейтін психологиялық ауытқулардың алдын алу, сақтау және нығайту үшін шараларды жүзеге асыратын гигиена саласы;

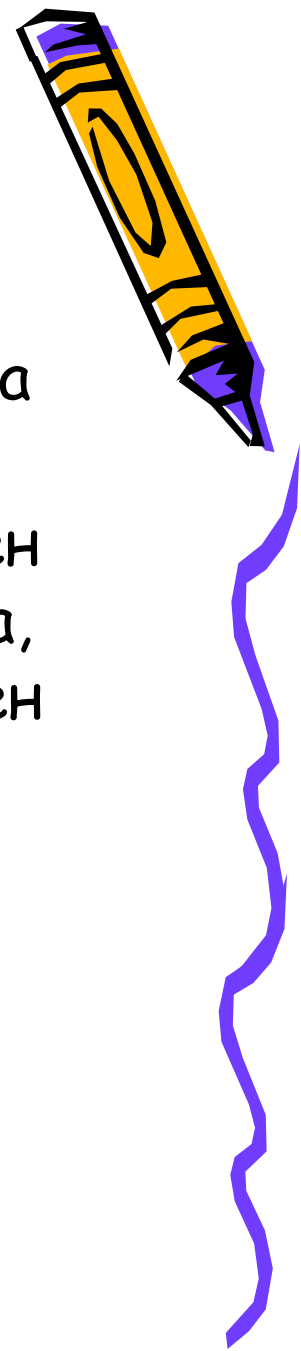


2-ден, **психогигиена** - жүйкелік психикалық және психосоматикалық аурулардың, өткір психологиялық жарақат реакциясын жеңілдету және дағдарыс жағдайларында көмек көрсету үшін арнайы көмек формалары мен әдістерін ұсынатын медициналық психология саласы.

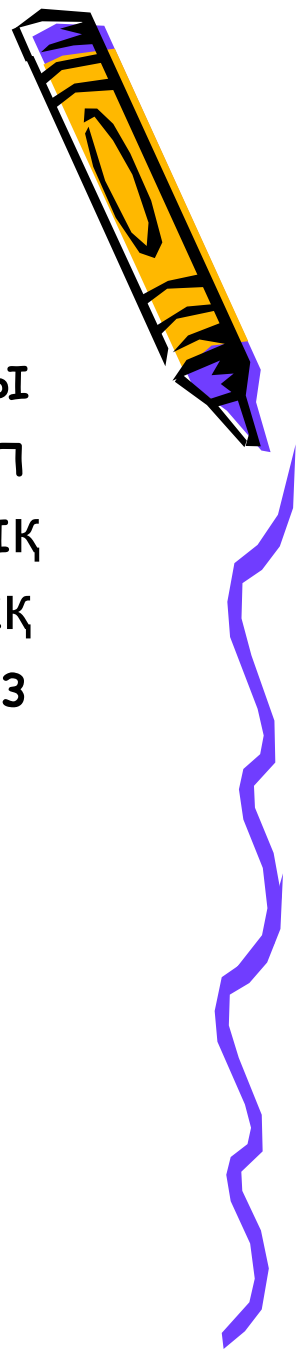


Психогигиена ұғымы ХІХ ғасырда туындады. Психогигиеналық қозғалыс

К. Бирстің жан ауруына ұшыраған адамдармен жұмыс жасау барысында 1908 жылы «Душа, котороя нашлась вновь» атты еңбегімен байланысты болды.

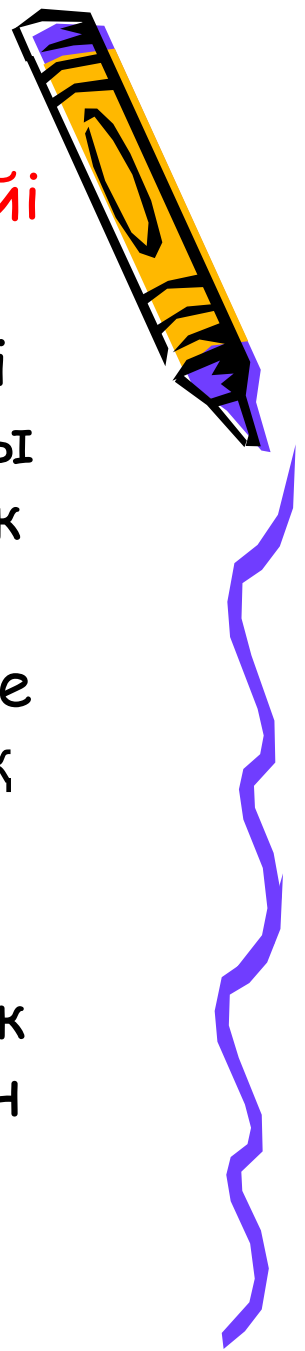


Психологиялық денсаулық ұғымы психогигиенаның негізгі категориясы болып табылады. Жан тыныштығын, ауру, психикалық көріністердің болмауымен және әрекет-қылмық пен іс-әрекетті реттеу жағдайын қамтамасыз етумен сипатталады.



Психологиялық денсаулықтың негізгі критерийі төмендегілер болып табылады:

- шындықтағы объектілердің субъективті бейнелерге сәйкес келуі және сыртқы тітіркендіргіштерге реакция сипаты, өмірлік жағдайлардың мазмұны;
- тұлғаның есею, эмоциялық-еріктік және танымдық сфера деңгейінің жастық адекваттығы;
- микроәлеуметтік қатынаста адаптациялану;
- өз әрекет-қылығын басқару қабілеті, өмірлік мақсаттарды ақылды жоспарлау және оған жетудегі белсенділікті қолдау.



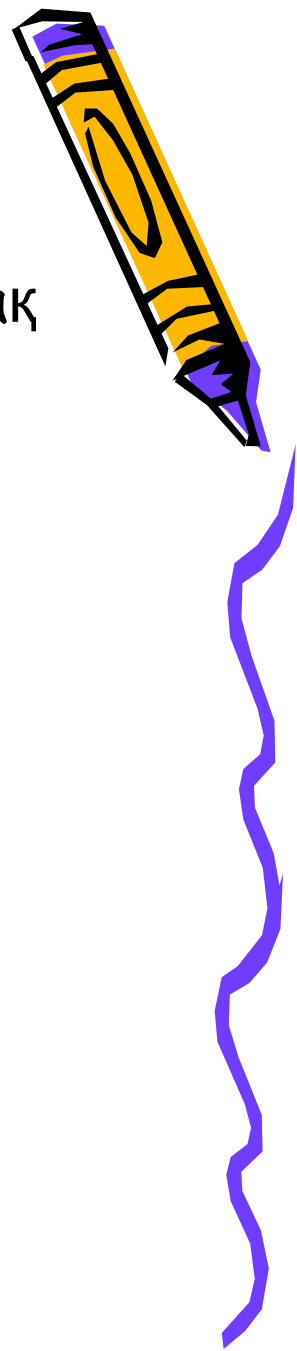
Психопрофилактика және психогигиена әдістеріне төмендегілер жатады:

- кеңес беру орталықтарындағы «сенім телефондары» және дені сау адамдарға психологиялық көмек көрсетуге бағытталған психокоррекциялық жұмыстар;
- психологиялық келеңсіздікке бейім топтарды анықтау мақсатында жаппай тексеруден өткізу және олармен профилактикалық жұмыстар;
- жергілікті ақпараттандыру жұмыстары.



Осы кезеңде оқуда белгілі бағыттар қалыптасты. Осы бағыттардың шеңберінде ортақ мәселелер де айқындалды:

- 1) оқыту түрлерін белсендіру;
- 2) педагогикалық еңбектестік;
- 3) қарым-қатынас;
- 4) білімді меңгеруді басқару;
- 5) мақсат ретінде оқытылатын субъектіні дамыту.



Осы кезеңде оқуда белгілі бағыттар қалыптасты. Осы бағыттардың шеңберінде ортақ мәселелер де айқындалды:

- 1) оқыту түрлерін белсендіру;
- 2) педагогикалық еңбектестік;
- 3) қарым-қатынас;
- 4) білімді меңгеруді басқару;
- 5) мақсат ретінде оқытылатын субъектіні дамыту.

