



Профілактична робота практичного психолога

Роботу виконали:
студентки
Ставінська Марина і
Похозей Світлана

З просвітницькою функцією соціально-психологічної служби найтісніше пов'язана **профілактична діяльність**. З. Кісарчук зазначає що можна вважати профілактику одним з основних завдань просвітницького напрямку діяльності психологічної служби. При цьому профілактика здійснюється побічно, виступає аспектом у досягненні специфічних цілей психологічної просвіти. Водночас у багатьох ситуаціях діяльності практичного психолога виникають потреби у спеціальній профілактичній роботі зі своїми характерними цілями. У цих випадках є всі підстави розглядати профілактичну роботу самостійним видом діяльності практичного психолога.

Соціально-психологічна профілактика - це система заходів, спрямованих на охорону психічного здоров'я; попередження неблагополуччя у розвитку людини, групи, суспільства; створення психологічних умов, сприятливих для цього розвитку.



Важливо, що профілактика як психологічна допомога клієнту надається вже тоді, коли ще немає особливих труднощів та ускладнень у поведінці, житті та діяльності людини чи групи людей. Як правило, на основі моніторингу соціально-психологічних змін у житті суспільства, окремих його груп, особливостей та умов індивідуального розвитку людини прогнозують ті чи інші ускладнення і проводять попереджувальну роботу.

Отже, психопрофілактична робота спрямована не на розв'язання актуальних психологічних проблем, а на перспективу.

Найважливішими напрямками психопрофілактичної роботи, за З. Кісарчук, є:

- ✓ профілактика стресових і постстресових станів, пов'язаних із природними та технічними катастрофами;
- ✓ попередження виникнення надмірної психологічної напруги в суспільстві, що переживає кризові явища (економічні та політичні кризи, міжетнічні, міжконфесійні конфлікти тощо);
- ✓ психологічна підтримка найбільш вразливих верств населення (пенсіонери, інваліди війни, праці, безробітні та ін.);
- ✓ робота з попередження розпаду сім'ї, сімейних дисгармоній, відхилень у психічному розвитку дитини, які пов'язані із сімейними проблемами;
- ✓ профілактика порушень у психічному та особистісному розвитку вихованців дитячих будинків та учнів шкіл-інтернатів;
- ✓ профілактика девіантної поведінки молоді (правопорушення, пияцтво, наркоманія, токсикоманія).

Ці напрямки реалізуються всією системою соціально-психологічних та психологічних служб. Профілактична діяльність психологічної служби в окремих галузях має свої особливості в кількох напрямках.

Наприклад, шкільний психолог спрямовує профілактику, в першу чергу, на створення в школі сприятливих умов для розвитку особистості дитини у процесі її навчання і виховання. Це може бути вивчення адаптаційних процесів, виявлення обдарованих учнів та дітей із затримкою психічного розвитку, диференціація та індивідуалізація навчання, рання профілактика соціальної та педагогічної занедбаності дітей, створення сприятливого соціально-психологічного клімату.

Профілактична робота служби сім'ї спрямована на попередження причин, які призводять до розпаду сім'ї, сімейних дисгармоній, зниження якості сімейного виховання. Це і консультування молодих сімей та тих, хто вступає у шлюб; проведення роботи із самотніми людьми для подолання причин, які заважають створенню сім'ї; просвіта батьків з питань сімейного виховання тощо.

Профілактична робота служб профорієнтації та працевлаштування спрямована на створення умов для запобігання масовому безробіттю, полегшення працевлаштування тощо.

Основними формами психопрофілактичної роботи є:

лекції, бесіди, семінари, тренінгові заняття, "телефон довіри", "пошта довіри", психолого-педагогічні консилиуми, індивідуальне та групове консультування, анкетування, випуск інформаційних бюлетенів, довідників для молоді тощо.



Таким чином, конкретна психопрофілактична робота соціально-психологічної служби в тій чи іншій сфері базується на:

- × прогнозуванні можливих ускладнень у житті чи поведінці певного контингенту, який є основним об'єктом діяльності служби;
- × визначенні соціально-психологічних умов, за яких ці ускладнення можна попередити або пом'якшити їх переживання;
- × розробці системи заходів, які б забезпечували ці умови, із залученням до їх здійснення всіх зацікавлених сторін.

Практична психологія спрямована також на досягнення як перспективних, так і актуальних цілей.

Перспективні цілі передбачають розвиток, становлення індивідуальності кожного індивіда, формування його психологічної готовності до життєвих ситуацій. Перспективні цілі передбачають розв'язання таких **завдань**:

- ✓ збереження психічного здоров'я і попередження емоційних розладів, зняття психічного напруження, яким супроводжується у дітей та дорослих період адаптації до нових умов навчання, роботи та життя;
- ✓ створення умов, які б сприяли розвитку здібностей кожної дитини, можливостей для самовираження індивіда, розкриттю його творчого потенціалу, розвитку самостійного та творчого мислення, зацікавлення у відкритті нового, активізації пізнавальної діяльності дітей;
- ✓ сприяння розвитку кращого розуміння індивідом себе, його самосприйняття, усвідомлення власного «Я», почуття впевненості в своїх силах;
- ✓ формування групової згуртованості та навичок спілкування з ровесниками, дорослими, навичок співробітництва;
- ✓ формування психологічної компетентності.

Актуальні цілі діяльності практичного психолога вимагають орієнтації на вирішення щоденних поточних психологічних проблем, пов'язаних з тими чи іншими труднощами. Вони передбачають розв'язання таких **завдань**:

- ✓ вивчення причин зниження продуктивності діяльності та пошуки шляхів їх подолання;
- ✓ регуляція стосунків у системах: вчитель-дитина, дорослий— діти, керівник—підлеглий, колега—колега тощо. Залягодження конфліктів;
- ✓ виявлення соціально-психологічних труднощів, проблем індивідуального розвитку і соціалізації особистості та вживання відповідних заходів;
- ✓ розв'язання психологічних проблем особистого життя людини.

Основними видами діяльності практичного психолога є:

- ✓ просвітницько-пропагандистська робота;
- ✓ пропедевтична і профілактична робота;
- ✓ психологічне консультування;
- ✓ психодіагностика і прогностика;
- ✓ психокорекція, психотерапія та соціально-психологічна реабілітація.

Яким буде конкретне поєднання видів роботи практичного психолога, які з них виявлятимуться як пріоритетні, залежить від специфіки установи, де працює практичний психолог, та розв'язуваної проблеми.

Слід зауважити, що види діяльності практичного психолога становлять цілісну систему, утворену із взаємопов'язаних компонентів, які розрізняються професійними цілями, поставленими психологом у конкретній ситуації. При цьому результат психологічної допомоги включає як передбачувані, заплановані компоненти, так і побічні. Як правило, внаслідок заходів, здійснених практичним психологом, незалежно від виду його діяльності, виявляється багатокomпонентний ефект, що дозволяє клієнту отримати нові знання (просвітницький ефект), відповісти для себе на питання «Як попередити...?» (профілактичний ефект), «яким я є і можу бути?» (діагностично-прогностичний), «як треба діяти в цій ситуації?» (консультативний), а також виробити у себе нові мотиви, установки, способи поведінки (психокорекційний ефект).

Аналогічно збір інформації про клієнта практичний психолог здійснює не тільки у ситуаціях психодіагностики, а й у всіх видах своєї роботи.

Вирізняючи види діяльності практичного психолога, слід мати на увазі умовність цього поділу та комплексність отримуваного ефекту психологічної допомоги.

Дякуємо за увагу

