A photograph of two women sitting on a light-colored sofa in a bright room with blinds in the background. The woman on the left has blonde hair, wears glasses, and a white button-down shirt. She is smiling and looking towards the other woman. The woman on the right has dark hair and is wearing a grey and white striped long-sleeved shirt. They appear to be in a professional or therapeutic conversation. The text is overlaid on the center of the image.

Основные направления деятельности современного психолога

Введение в профессию

План:

1. Психодиагностика
2. Психокоррекция
3. Психологическое консультирование
4. Психологическое просвещение
5. Психологическая профилактика

1. Психодиагностика

- **Психодиагностика** — это раздел психологии, связанный с разработкой разнообразных методов распознавания индивидуально–психологических особенностей человека и постановкой с помощью этих методов психологического диагноза.
- Слово «диагностика» имеет греческие корни: «диа» — различие, «гнозис» — познание.

Исторически возникла на основе экспериментальной психологии (1879 г.), но отделилась в связи с осознанием потребности в оценивании индивидуально-психологических особенностей людей.

Применяется в таких областях практики как:

- 1) психотерапевтическая помощь и оказание консультации;
- 2) проектирование возможного социального поведения человека (например, степени проявления агрессивности в отношениях);
- 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; и т.д.

Практический психолог с помощью психодиагностики решает следующие основные **задачи**:

1. Установление наличия у человека того или иного психологического свойства или особенности поведения.
2. Определение степени развитости данного свойства, ее выражение в определенных количественных и качественных показателях.
3. Описание диагностируемых психологических и поведенческих особенностей человека в тех случаях, когда это необходимо.
4. Сравнение степени развитости изучаемых свойств у разных людей.

Психологический диагноз

- конечный результат деятельности психолога, направленный на описание и выяснение сущности индивидуально-психологических особенностей личности с целью оценки их актуального состояния, прогноза дальнейшего развития и разработки рекомендаций, определяемых задачей психодиагностики.

Предмет психологического диагноза - установление индивидуально-психологических различий в норме и в патологии.

3 уровня постановки психологического диагноза по Л.С. Выготскому

1. Симптоматический (эмпирический) диагноз. Ограничивается констатацией определённых особенностей или симптомов, на основании которых непосредственно строятся практические выводы. Здесь работу психолога можно заменить машинной обработкой данных
2. Этиологический диагноз учитывает не только наличие определённых особенностей (симптомов), но и причины их возникновения.
3. Типологический диагноз заключается в определении места и значения полученных данных в целостной, динамической картине личности.

Таким образом, диагноз всегда должен иметь в виду сложную структуру личности.

Психодиагностический метод в различных подходах

Объективный подход

Тесты личности
Тесты интеллекта
Тесты способностей
Тесты достижений

Субъективный подход

Личностные опросники
Опросники настроения
Опросники-анкеты

Проективный подход

Перцептивно-структурные методики
Моторно-экспрессивные методики
Апперцептивно-динамические методики

2. Психологическая коррекция

Психологическая коррекция

(психокорре́кция) — деятельность, направленная на исправление особенностей психологического развития, не соответствующих оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия; а также — деятельность, направленная на формирование у человека нужных психологических качеств для повышения его социализации и адаптации к изменяющимся жизненным условиям.

- Психокоррекции подлежат недостатки, не имеющие органической основы и не представляющие собой такие устойчивые качества, которые формируются довольно рано и в дальнейшем практически не изменяются.
- Человек, с которым проводится психокоррекция именуется клиентом.

Виды психокоррекции

1. По характеру направленности выделяют коррекцию:

- **Симптоматическую** – ориентированную на снятие острых симптомов отклонений в развитии, которые мешают перейти к коррекции каузального типа;
- **Каузальную** (причинную) - направленную на источники и причины отклонений.

Данный вид коррекции более длителен по времени, требует значительных усилий, однако более эффективен по сравнению с симптоматической коррекцией, так как одни и те же симптомы отклонений могут иметь совершенно разную природу, причины и психологическую структуру нарушений.

2. По содержанию различают коррекцию:

- познавательной сферы;
- личности;
- аффективно-волевой сферы;
- поведенческих аспектов;
- межличностных отношений:
- внутригрупповых взаимоотношений (семейных, супружеских, коллективных);
- детско-родительских отношений.

3. По форме работы с клиентом различают коррекцию:

- индивидуальную;
- групповую:
- в закрытой естественной группе (семья, класс, сотрудники и т.д.);
- в открытой группе для клиентов со сходными проблемами;
- смешанную форму (индивидуально-групповую).

4. По продолжительности:

- сверхкороткую (сверхбыструю);
- короткую (быструю);
- длительную;
- сверхдлительную.

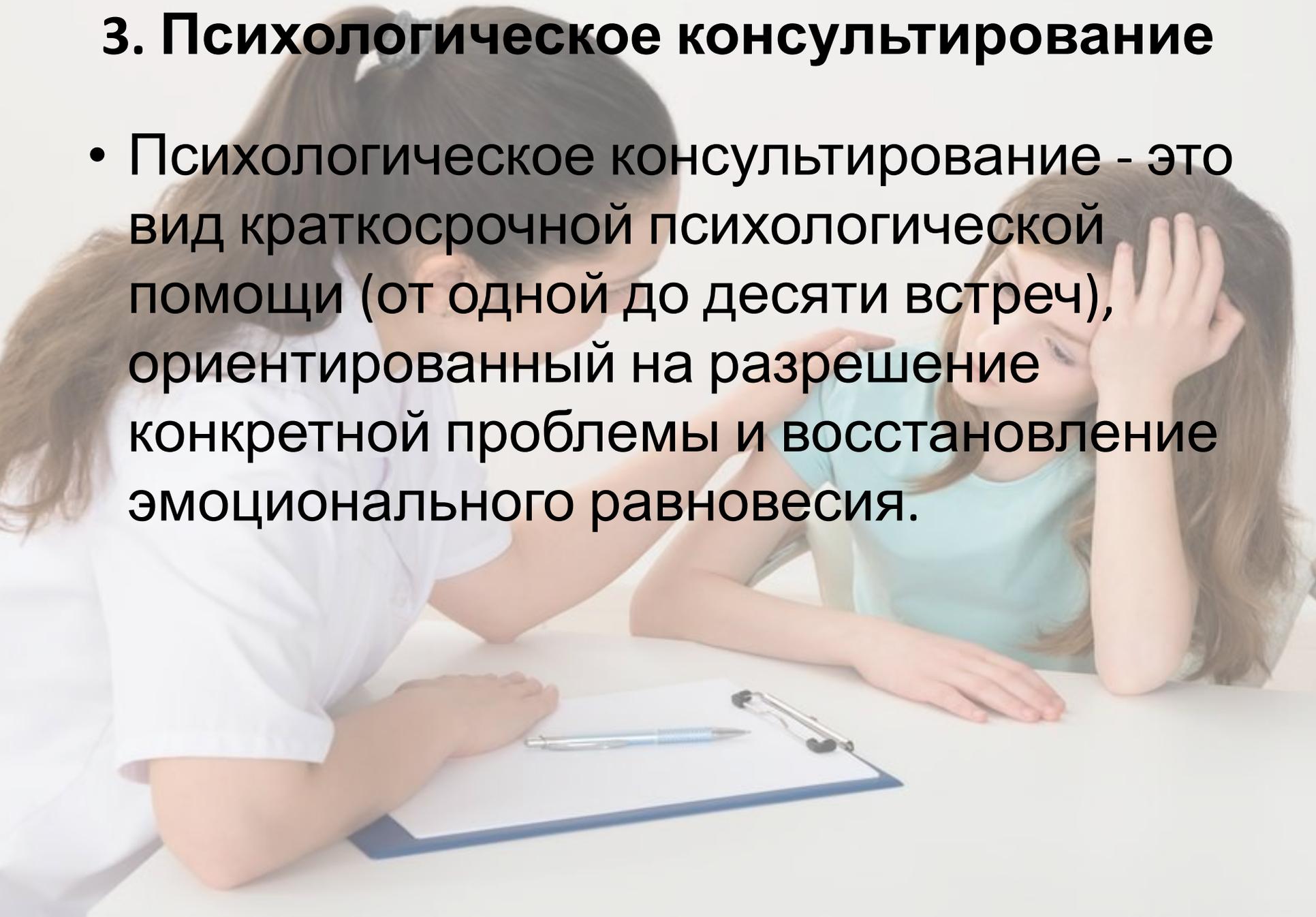
5 элементов коррекционной ситуации:

1. Человек, который страдает и ищет облегчения своей проблемы. Человек, который имеет целый ряд проблем различного рода и нуждается в психологической помощи, в психокоррекции, - это **клиент**.
2. Человек, который помогает и благодаря обучению или опыту воспринимается как способный оказывать помощь, - это **психолог**.
3. **Теория**, которая используется для объяснения проблем клиента. Психологическая теория включает психодинамику, принципы научения и другие психические факторы.
4. **Набор процедур (техник, методов)**, используемых для решения проблем клиента. Эти процедуры непосредственно связаны с теорией.
5. **Специальные социальные отношения** между клиентом и психологом, которые помогают облегчить проблемы клиента.

Психолог должен стремиться к созданию такой атмосферы, которая позволяет клиенту с оптимизмом смотреть на решение своих проблем.

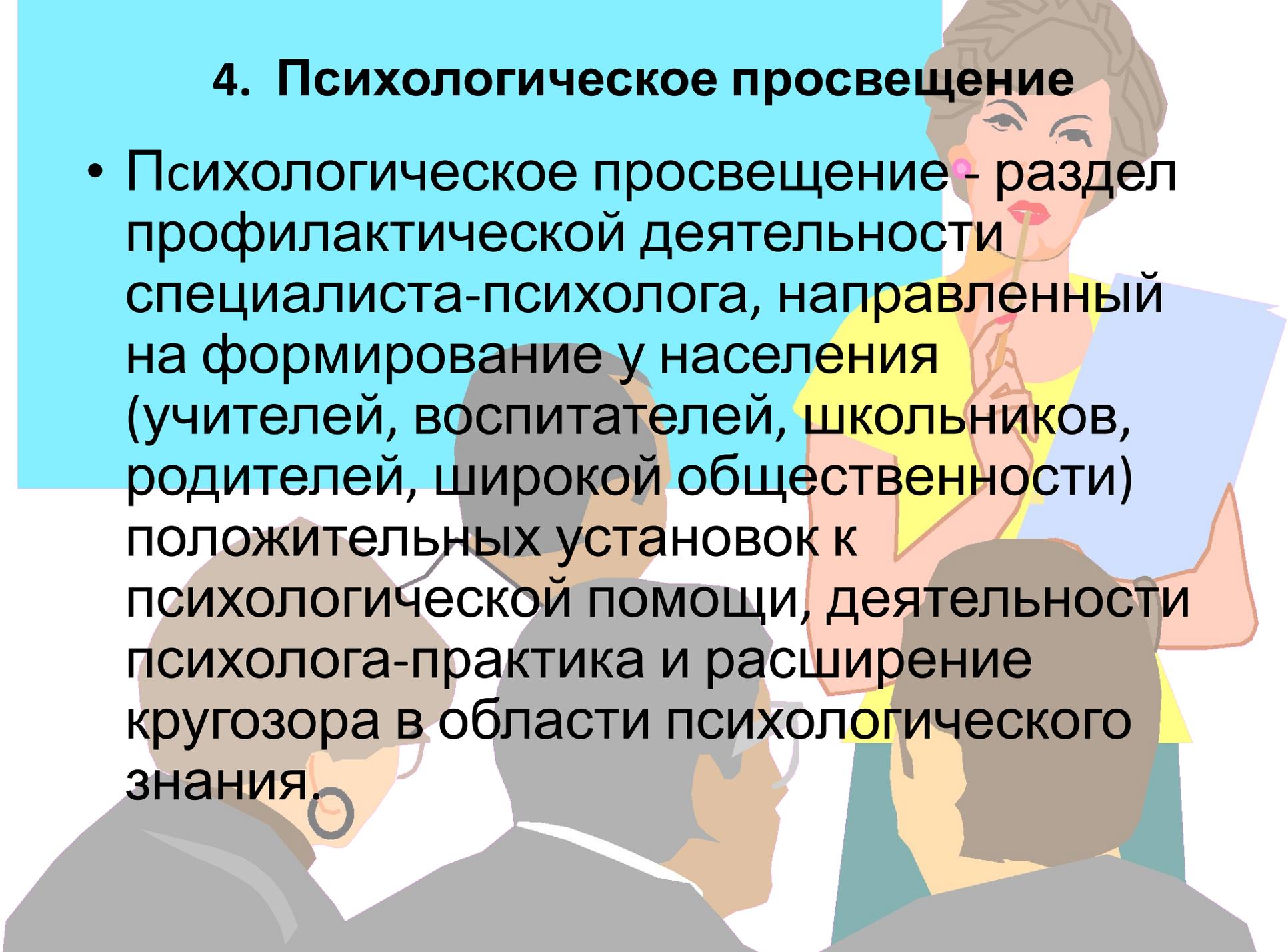
3. Психологическое консультирование

- Психологическое консультирование - это вид краткосрочной психологической помощи (от одной до десяти встреч), ориентированный на разрешение конкретной проблемы и восстановление эмоционального равновесия.



4. Психологическое просвещение

- Психологическое просвещение – раздел профилактической деятельности специалиста-психолога, направленный на формирование у населения (учителей, воспитателей, школьников, родителей, широкой общественности) положительных установок к психологической помощи, деятельности психолога-практика и расширение кругозора в области психологического знания.



Задачи психологического просвещения:

Психологическое просвещение выполняет следующие четыре задачи:

- 1) формирование научных установок и представлений о психологической науке и практической психологии в частности (психологизация социума);
- 2) информирование населения по вопросам психологического знания;
- 3) формирование устойчивой потребности в применении и использовании психологических знаний в целях эффективной социализации подрастающего поколения и в целях собственного развития;
- 4) профилактика дидактогений (ятрогений).

Содержание психологического просвещения определяется исходя из специфики, вида и профиля учреждения, уровня общей и психологической культуры информируемого субъекта (отдельный человек, группа, коллектив, массовая аудитория) и социальной ситуации

Формы психологического просвещения:

- 1) **Наглядные:** психологический листок, буклет, плакат, витрина, памятка, рекомендации и т.д.
- 2) **Вербальные:** беседа, коллегиальное обсуждение (психолого-медико-педагогический консилиум), лекция, выступление, семинар и т.д.

5. Психопрофилактика и психогигиена

Психогигиена в отличие от психопрофилактики имеет целью сохранение, укрепление и улучшение здоровья путем организации надлежащей природной и общественной среды, соответствующего режима и образа жизни. **Психопрофилактика** — деятельность, цель которой предупреждение психических расстройств.