



Психотехника, психотерапия и
психоанализ как различные
культурные практики.

Введение

Культура - способ организации человеческой жизни в природе.

Социальный конструктивизм - природа человека исправима.

«Человека создает культура. Какие бы у вас ни были гены, они только предпосылки того или иного человеческого типа». *(Асмолов А.Г.)*.

Различные психотехники
одновременно являются путями
исправления природы человека.



Психотехника

Психотехника – наука о практическом применении психологии к задачам культуры. Это ранний этап развития психологии труда и инженерной психологии, главной проблемой которого была научная организация труда.

При психотехнике должно осуществиться изменение, и прикладная психология должна указать нам, каким образом может быть достигнуто это изменение.

Психотехника имеет дело исключительно с психологией объективированной душевной жизни, с психологией анализированных содержаний сознания.



Задачи психотехники:

- 1. осуществление профессионального отбора и профессиональной ориентации;
- 2. изучение утомления и упражнения в процессе труда;
- 3. приспособление человека к машине и машины к человеку;
- 4. выяснение эффективности различных средств воздействия на потребителя (реклама);
- 5. тренировка психических функций при подготовке работников и т. д.

Психотехника - совокупность средств, используя которые можно повлиять на нашу психику. Практика психотехники выступила не только «потребителем» полученных психологией данных, но сама поставила перед психологией запросы, задавая перспективу ее методологических основ и методических приемов.

Психотерапия как психотехническая система действий

В узком смысле **психотерапия** - лечение человека (пациента) с помощью психологических средств воздействия.

В широком смысле **психотерапия** включает оказание психологической помощи здоровым людям (клиентам) в ситуациях различного рода психологических затруднений, а также в случае потребности улучшить качество собственной жизни.

Помощь оказывается в двух основных формах индивидуальной и групповой:

- основана на индивидуальном консультировании;
- основой групповой психотерапии являются игры и дискуссии в различных видах и сочетаниях.

Методы психотерапии

Психотерапевтические методы особенно необходимы в пограничной области, при невротических, психастенических и истерических состояниях.

Терапевтические методы основываются на том, чтобы или удалить психическое содержание непосредственно из сознания, или ввести его в сознание.

Психотерапия использует следующие методы:

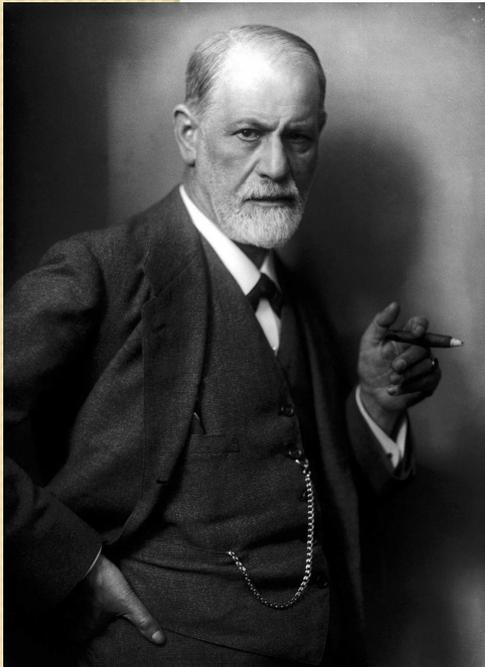
- 1. Воздействие путем разумного разъяснения больному его болезни. Объяснительная беседа может уменьшить общее расстройство и содействовать просветлению сознания.
- 2. Уговаривание. Желаемое действие оказывает не столько сила аргументов, а сколько способ преподнесения, убедительность, теплота тона, симпатия, манера разговора.
- 3. Ободряющее уверение. Это уже настоящее внушение. Тут все зависит от типа пациента.
- 4. Самовнушение. Настраивать себя на выполнение той или иной задачи.
- 5. Аутогенная тренировка, музыкотерапия, арт терапия.

Психоанализ

Практика лечения психических расстройств, основанная на учении Зигмунда Фрейда (1856- 1939), которая включала в понятие «психоанализ» способы исследования психических процессов, методы лечения неврозов и ряд возникших в результате этого, психологических концепций.

Термин «психоанализ» имеет несколько значений:

1. теория личности и психопатологии;
2. метод терапии личностных расстройств;
3. метод изучения неосознанных мыслей и чувств индивидуума.
4. психоанализ – как определенная психотехника психологического воздействия в психотерапии, разрешения психологических проблем, избавление от патологической симптоматики.



Психоанализ – как определенная психотехника психологического воздействия в психотерапии

В психоанализе делается упор на роль биологических и неосознаваемых факторов в регуляции поведения. поведение человека в своей основе иррационально и является результатом взаимодействия между Оно, Эго и Супер-эго.

Методы психоанализа:

- 1. метод толкования сновидений;
- 2. анализ свободных ассоциаций;
- 3. анализ ошибочных действий (описок, оговорок).
- 4. анализ материала (сбор информации о клиенте, повышение мотивации клиента в работе над проблемой)

В психоанализе очень сильная нагрузка на эмоциональную сферу!

Вся психика превращается в своеобразное сочетание трех инстанций:

бессознательного (вместилище вытесненных аффективных слечений),

предсознательного (которое выполняет функцию цензуры, избирательно пропускающей в сознание то, что для него более приемлемо) и самого

сознания.

Психоаналитическое лечение заключается в **беседе**. Психоанализ является одним из методов лечения нервнобольных. Психоанализом овладевают на самом себе, при изучении своей личности. Это вид самонаблюдения.

Заключение

Таким образом, рассмотрев психотехнику, психотерапию и психоанализ как различные культурные практики, можно сказать, что:

- Возникновение их как систематизированных областей психологии, как различных культурных практик, не было случайным, так как оно было продиктовано как определенными обстоятельствами социальной жизни, так и логикой развития психологической науки.
- В основе психотерапии всегда лежат определенные приемы, способствующие эффективности психотерапии, и такие приемы могут быть названы психотехническими.
- Психотерапия никогда не может сводиться к психотехнике, она всегда шире используемого ею технического аппарата, и в этом смысле удовлетворяет требованиям, которые предъявлял к психотехнике Г. Мюнстерберг: в основе любой психотерапии, как мы уже говорили, лежит определенная психологическая концепция личности.
- Психоанализ – самое глубокое исследование личности, психотехника – самое «простое». (Мюнстерберг "Основы психотехники").

Спасибо за внимание!

