



**КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМ. АЛЬ-ФАРАБИ**

**Факультет Философии и политологии**

**Введение в специальность**

**Мадалиева З.Б. профессор**

# Лекция 9 Психопрофилактическая и психокоррекционная деятельность психолога



- ▶ **Психология** - наука о душе, о внутреннем, психическом мире человека, и именно та ее часть, которая называется практической, призвана помочь человеку решить жизненно важные для него проблемы.



- ▶ **Психологическая культура** - это забота о своем психическом здоровье, умение выходить из психологических кризисов самому и помогать близким людям.

# Психологическая культура

## 3 компонента:

1. Самопознание и самооценка.
2. Познание других людей.
3. Умение управлять своим поведением, эмоциями, общением.





# Психологическая помощь

- I. Психодиагностика
- II. Психокоррекция
- III. Психотерапия
- IV. Психологическое консультирование
- V. Профориентация и др.



## ► Психологическая помощь

- Психолог - **специалист** с базовым психологическим образованием, который владеет методами оценки психических явлений и умения их корректировать;
- психотерапевт - **врач** по образованию, который оказывает человеку помощь в решении проблем, связанных с психическим здоровьем, но не с психопатологией. При наличии психопатологии необходимо обратиться за помощью к врачу-психиатру.



# Отличие психокоррекции от психотерапии:



- ▶ **Психотерапия** - это система медико-психологических средств, применяемых врачом для лечения различных заболеваний.
- ▶ **психокоррекция** - совокупность психологических приемов, используемых психологом для исправления недостатков психологии или поведения психически здорового человека.
- ▶ Термин "**коррекция**" буквально означает "исправление".





**Психокоррекция** - это система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия.

***Специфические черты*** психокоррекционного процесса, отличающие его от психотерапии.

- ▶ Психокоррекция ориентирована на клинически здоровую личность людей.
- ▶ Коррекция ориентируется на здоровые стороны личности.
- ▶ 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.

## Основное отличие психокоррекции :

- ✓ психокоррекция имеет дело с уже сформированными качествами личности или видами поведения **и направлена на их *переделку***
- ✓ основная задача *развития* - ***сформировать*** у человека нужные **психологические качества**



# Различие между психотерапией и психокоррекцией

## Психотерапия (психотерапевт):

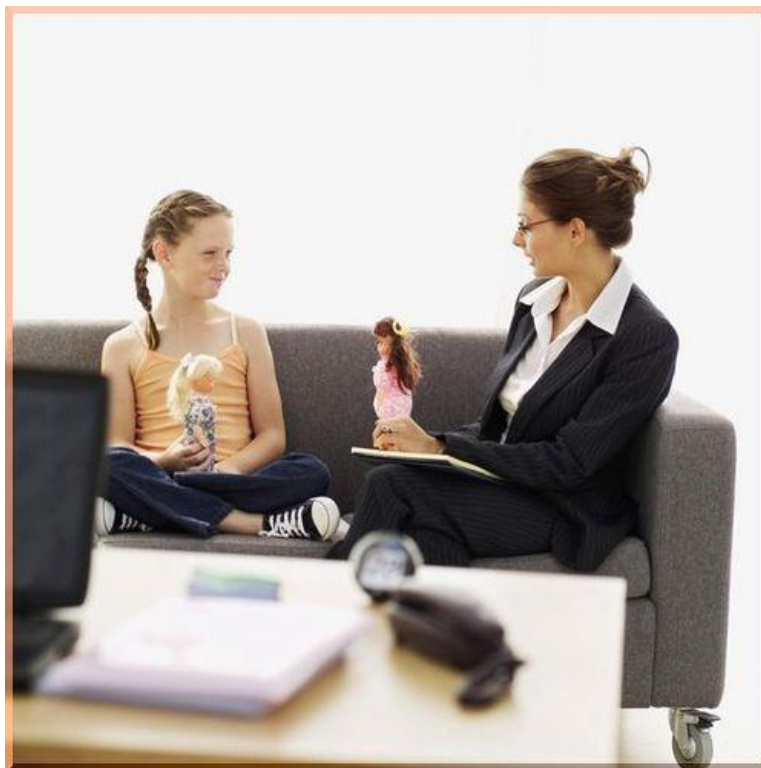
это врач, который имеет дело с различного рода нарушениями у людей, страдающих различными видами соматических или психических заболеваний (расстройств). Людей, обращающихся за помощью к психотерапевту, обычно называют пациентами (больными).

## Психокоррекция

### (психолог):

это специалист, который занимается изучением поведения человека в различных ситуациях, занимается коррекцией поведения индивида в жизни, на работе и т.д., помогает человеку преодолеть различные комплексы, перебороть страхи и вести гармоничный образ жизни. Людей, которые нуждаются в коррекционной помощи, именуют клиентами.

- ▶ **Клиент** - это нормальный, физически и психически здоровый человек, у которого в жизни возникли проблемы психологического или поведенческого характера.





# Отличие психологического консультирования от психокоррекции



# Виды психокоррекции

## 1. По *характеру направленности* выделяют коррекцию:

- симптоматическую;
- каузальную.

**Симптоматическая коррекция** (коррекция симптомов), как правило, предполагает кратковременное воздействие с целью снятия острых симптомов отклонений в развитии, которые мешают перейти к коррекции каузального типа.

**Каузальная** (причинная) **коррекция** направлена 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.

# Виды психокоррекции

## 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).

# Виды психокоррекции

## 4. По наличию программ:

- программированную;
- импровизированную.

## 5. По характеру управления воздействиями:

- директивную (направленную);

(Директива – самая сильная из техник воздействия. При ее использовании психолог говорит клиенту, какое действие ему следует предпринять. В рамках разных теорий используются разнообразные виды директив, например:

- ▶ S свободные ассоциации: «Вспомните и расскажите, с какими моментами из Вашего детства ассоциируется это чувство...»;
- ▶ S гештальт-метод работы с полярностями: «Представьте, что Ваша подруга сидит в этом кресле. Скажите ей все, что думаете и чувствуете. Теперь пересядьте в это кресло и ответьте себе от ее имени»;
- ▶ S фантазирование: «Представьте, что Вы вернулись в прошлое, в свое детство... Перед вами – девочка 5–6 лет. Эта девочка – Вы... Подойдите к ней поближе... Посмотрите, во что она одета, как выглядит... Вы можете спросить ее о чем-то важном...»;
- ▶ S релаксация: «Закройте глаза... Почувствуйте свое тело... Расслабьте мышцы лица...»;
- ▶ S пожелание: «Я хотел бы, чтобы Вы сделали следующее...»;
- ▶ S домашнее задание: «В течение недели Вы должны каждый вечер письменно отвечать на следующие вопросы...»; «К следующей нашей встрече заполните этот опросник» и др.)



- недирективную (ненаправленную).
- *как косвенный метод оказания помощи сводится к тому, что процесс оказания помощи сосредотачивался на окружении клиента, на изменении среды его обитания.*

Цель - помочь клиенту осознать самого себя, свои достоинства и недостатки, трудности и успехи.



# Пример: Игротерапия

- ▶ **Директивная (направленная) игротерапия** предполагает выполнение психологом функций интерпретации и трансляции ребенку символического значения детской игры, активное участие взрослого в игре ребенка с целью актуализации в символической игровой форме бессознательных подавленных тенденций и их проигрывание в направлении социально приемлемых стандартов и норм (по заранее разработанному плану).
- ▶ В направленной игротерапии взрослый – центральное лицо в игре – берет на себя функции организатора игры, интерпретации ее символического значения. Примером директивной терапии можно считать *облегчающую психотерапию* Леви.
- ▶ Для такого подхода характерны заранее разработанные планы игры, четкое распределение ролей, выяснение всех конфликтных ситуаций. Ребенку предлагается в готовом виде несколько возможных вариантов решения проблемы. В результате игры происходит осознание ребенком себя и своих конфликтов.

# \* Пример: Игротерапия

- ▶ **Недирективная (ненаправленная) игротерапия** проводит линию на свободную игру как средство самовыражения ребенка, позволяющее одновременно успешно решить три важные коррекционные задачи:
  1. Расширение репертуара самовыражения ребенка.
  2. Достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции.
  3. Коррекция отношений в системе «ребенок – взрослый».
- ▶ В ненаправленной игротерапии на передний план выходят идеи коррекции личности ребенка путем формирования адекватной системы отношений между ребенком и взрослым, ребенком и сверстником, системы коммуникации.
- ▶ Психолог не вмешивается в спонтанную игру детей, не интерпретирует ее, а создает самой игрой атмосферу тепла, безопасности, безусловного принятия мыслей и чувств клиента. Игровая терапия применяется для воздействия на детей с невротическими расстройствами, эмоционально напряженных, подавляющих свои чувства.
- ▶ *Цель игры* в недирективном подходе – помочь ребенку осознать самого себя, свои достоинства и недостатки, трудности и успехи. Существуют следующие принципы такой игротерапии:
  - непринужденные дружеские отношения с ребенком;
  - психолог принимает ребенка таким, какой он есть;
  - психолог добивается того, чтобы ребенок говорил о своих чувствах как можно более открыто и раскованно;
  - психолог должен в кратчайшее время понять чувства ребенка и попытаться обратить его внимание на себя самого;
  - ребенок – хозяин положения;
  - нельзя ни торопить, ни замедлять игровой процесс;
  - психолог вводит лишь те ограничения, которые связывают то, что происходит во время игры с реальной жизнью;
  - психолог – зеркало, в котором ребенок видит самого себя.

# \* Виды психокоррекции

## 6. По продолжительности:

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





# \* Виды психокоррекции

- ▶ **Сверхкороткая психокоррекция** длится минуты или часы и направлена на разрешение актуальных изолированных проблем и конфликтов. Ее эффект может быть нестойким.
- ▶ **Короткая психокоррекция** длится несколько часов и дней. Применяется для решения актуальной проблемы, как бы "запускает" процесс изменения, который продолжается и после завершения встреч.
- ▶ **Длительная психокоррекция** продолжается месяцы, в центре внимания - личностное содержание проблем. Во время коррекции прорабатывается множество деталей, эффект развивается медленно и носит стойкий характер.
- ▶ **Сверхдлительная психокоррекция** может продолжаться годы и затрагивает сферы сознательного и бессознательного. Много времени уделяется достижению понимания сути переживаний. Эффект развивается постепенно, носит длительный характер.

# \* Виды психокоррекции

7. По масштабу решаемых задач различают психокоррекцию:

- общую;
- частную;
- специальную.



# \* Виды психокоррекции

- ▶ **Под общей коррекцией** подразумеваются мероприятия общекоррекционного порядка, нормализующие специальную микросреду клиента, регулирующие психофизическую, эмоциональную нагрузки в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями, оптимизирующими процессы созревания психических свойств у личности.
- ▶ **Под частной психокоррекцией** понимают набор психолого-педагогических воздействий, представляющих собой адаптированные для детского и подросткового возраста психокоррекционные приемы и методики, используемые в работе со взрослыми, а также специально разработанные системы психокоррекционных мероприятий, основанных на ведущих для определенного возраста онтогенетических формах деятельности, уровнях общения, способах мышления и саморегуляции. Каждый прием имеет, как правило, несколько направлений психокоррекционного воздействия. Частная психокоррекция вооружает специалиста арсеналом средств психологического воздействия, которыми он насыщает программу групповой или индивидуальной работы.
- ▶ **Специальная психокоррекция** - это комплекс приемов, методик и организационных форм работы с клиентом или группой клиентов одного возраста, являющихся наиболее эффективными для достижения конкретных задач формирования личности, отдельных ее свойств или психических функций, проявляющихся в отклоняющемся поведении и затрудненной адаптации (застенчивость, агрессивность, неуверенность, сверхнормативность или асоциальность, неумение действовать по правилам и удерживать взятую на себя роль, четко излагать свои мысли, боязливость, аутичность, склонность к стереотипии, конфликтность, завышенная самооценка и т.д.). Специальная психокоррекция,



# ПРОФИЛАКТИКА



- ▶ Профилактика - это совокупность предупредительных мероприятий.
- ▶ Психологическая профилактика - это работа психолога, направленная на предупреждение возникновения каких-либо трудностей, проблем в жизни детей, учителей, родителей, школьного коллектива в целом.

## Для этого психолог:

разрабатывает программы и проводит развивающие занятия с детьми;

выявляет психологические особенности ребенка, которые могут в будущем обусловить определенные сложности в его интеллектуальном и личностном развитии;

следит за соблюдением в школе психологических условий обучения и воспитания, необходимых для нормального психического развития детей;

заботится о создании благоприятного психологического климата в образовательном учреждении.



## **Психологическая профилактика предусматривает деятельность по:**

- разработке, апробации и внедрению развивающих программ для детей разных возрастов и взрослых с учетом задач каждого возрастного этапа;
- контролю за соблюдением психогигиенических условий обучения и труда, обеспечением гармоничного, психического развития и формирования личности человека на каждом возрастном этапе;
- обеспечению условий оптимального перехода человека на следующую возрастную ступень, предупреждение возможных осложнений в психическом развитии и становлении личности в процессе непрерывной социализации;
- своевременному предупреждению возможных нарушений психосоматического и психического здоровья.

## Задачи психологической профилактики:

- работа по адаптации детей, подростков и молодежи к условиям образовательных учреждений, выработка конкретных рекомендаций педагогам, родителям, воспитателям по оказанию помощи детям в адаптационный период;
- создание программ индивидуальной работы с участниками образовательного процесса, предназначенные для адаптации учащихся к процессу обучения и обеспечения всестороннего и гармоничного развития личности
- создание условий, содействующих предупреждению дезадаптационных состояний при переходе на новые ступени в системе образования (из начальной школы в неполную среднюю, из неполной средней в среднюю образовательную, из средней образовательной в профессиональную);
- проведение различных видов работ по созданию благоприятного психологического климата в учреждении образования;
- осуществление мероприятий по предупреждению и снятию психологической перегрузки педагогического коллектива и др.

В психопрофилактике выделяют  
три уровня:

Уровень	Характеристика
Первичная профилактика	<p>Психолог работает с детьми, имеющими незначительные эмоциональные, поведенческие и учебные расстройства и осуществляет заботу о психическом здоровье и психических ресурсах практически всех детей</p>
Вторичная профилактика	<p>Она направлена на так называемую "группу риска", т. е. на тех детей, у которых проблемы уже начались. Вторичная профилактика подразумевает раннее выявление у детей трудностей в учении и поведении. Основная ее задача — преодолеть эти трудности до того, как дети станут социально или эмоционально неуправляемыми.</p> <p>Вторичная профилактика включает консультацию с родителями и учителями, обучение их стратегии для преодоления различного рода трудностей и т. д</p>
Третичная профилактика	<p>Внимание психолога концентрируется на детях с ярко выраженными учебными или поведенческими проблемами, его основная задача — коррекция или преодоление серьезных психологических трудностей и проблем.</p>

Итак, мы определили, что одним из основных видов работы школьного психолога являются: психопрофилактика.

Психопрофилактика – это специальный вид деятельности психолога, направленный на сохранение, укрепление и развитие психологического здоровья детей на всех этапах дошкольного и школьного детства.

Психопрофилактическая работа может проводиться как с отдельными детьми или группами детей, классами, так и с воспитателями, учителями, родителями, другими взрослыми, которые оказывают влияние на мироощущение и развитие ребенка.

Основная сложность этой работы заключается в том, что психолог сталкивается, как правило, с непониманием педагогическим коллективом (и родителями).