DOI: 10.17117/na.2016.07.02.213

<http://ucom.ru/doc/na.2016.07.02.213.pdf>

Поступила (Received): 24.07.2016

Иванов Р.С.**К вопросу о психологической помощи****Ivanov R.S.****To the question of the psychological help**

Сегодня при существовании множества разнообразных направлений, концепций и теорий психологической помощи недостаточно разработана ее модель психологической помощи как в целом, так и конкретных аспектах. В статье намечены пути преодоления данной проблемы

Ключевые слова: психологическая помощь, психологическое консультирование, психокоррекция, психотерапия

Today, at existence of a variety of different directions, concepts and theories of psychological help is not enough developed its model of psychological care in general and specific aspects. In the article the ways to overcome this problem

Key words: psychological assistance, psychological counseling, psycho-correction, psychotherapy

Иванов Роман Сергеевич

Кандидат социологических наук, преподаватель
Московский областной филиал Московского
университета МВД России им. В.Я. Кикотя
Московская обл., г. Руза

Ivanov Roman Sergeevich

Candidate of Sociological Sciences, teacher
Moscow regional branch of the Moscow university of
the MIA of Russia named V.Ya. Kikot
Moscow reg., Ruza

Современная психология представляет собой чрезвычайно развернутую область знаний [5]. В отечественной и зарубежной литературе описан ряд систем психологии [1, 2, 3, 4, 7 и др.]. Так или иначе можно разделить отрасли психологической науки на три части фундаментальную (теоретическую или базовую) и прикладную (специальную или отраслевую), также можно выделить практическую психологию.

Теоретическая психология в первую очередь фундаментальная наука, представляющая собой систему теорий, методов и исследований, результаты которых являются теоретической основой и методологической базой всех отраслей психологии. Прикладная психология включает в себя те отрасли психологии, которые стремятся применить принципы, открытия и теории фундаментальной психологии на практике в смежных областях, а также обнаружить базовые принципы, которые могут быть применены в этих областях. Прикладная психология, направленная на практику, но ориентированная на специалистов-психологов, на их профессиональное образование, излагает материал на строго академическом стиле, с использованием научной терминологии.

Практическая психология представляет собой часть психологического знания, направленную на удовлетворение практических запросов широкого

круга людей, ориентированной на психологическую работу с населением. Практическая психология, опираясь на научную базу, использует оправдавшие себя в практике техники, не имеющие научной основы. Классификацию внутри практической психологии сделать сложно, поскольку различных психопрактик чрезвычайно много, каждый специалист претендует на уникальность своей техники, и нередко считает себя выразителем нового направления в практической психологии.

В настоящее время практическая психология активно развивающаяся отрасль психологической науки, а психолог приобрел новый общественный статус. Поэтому сегодня активно разрабатываются принципы, методы и формы психологической помощи. Однако, разнообразие и, в ряде случаев, принципиальная несовместимость некоторых основных принципов понимания сути психологии в различных школах, обуславливает сложность формулировки единого определения понятия «психологической помощи».

Своей целью психологическая помощь ставит создание условий для улучшения психологического состояния людей, обратившихся к психологу, актуализации их внутренних ресурсов и повышения их личностной, а в ряде случаев, и профессиональной эффективности. Процесс оказания психологической помощи предполагает наличие различных ее форм, таких как психопрофилактика, психологическое просвещение, психодиагностика, индивидуальное консультирование и групповая работа в тренинговом режиме, психологическая коррекция, кризисное вмешательство, немедицинская психотерапия, психологическая реабилитация.

В научной, учебной и методической литературе психологическая помощь определяется как система профессиональных мер поддержки и содействия человеку, семье, социальной группе со стороны лиц, оказывающих психологическую помощь, в предупреждении, разрешении, преодолении психологических проблем, которые нарушают нормальную жизнедеятельность и способствующих поддержанию психического здоровья, оптимизации психического развития, социальной адаптации, саморазвитию, самореализации и повышению качества жизни. Лицо или группа лиц, обратившееся к лицу за психологической помощью называют клиентом. Психологическая помощь, как правило, направлена на разрешение психологически сложной ситуации, которая не может быть преодолена клиентом самостоятельно.

В современной психологической практике оформились три основные направления оказания психологической помощи: психологическое консультирование, психокоррекция и психотерапия. Анализ данных направлений и методов психологической помощи, их разграничение представлены в работах различных авторов (А.Е. Айви, М.Б. Айви, Л. Саймэн-Даунинг, 1999; Л. Браммер, Э. Шостром, 1968; А.Ф. Бондаренко, 2000; М.А. Гулина, 2000; А.Н. Елизаров, 2008, В.Ю. Меновщиков, 1998; В.М. Поздняков, 1994, 1999; М.Б. Шевелев, 1994, Л.Б. Шнейдер, 2003 и др.). Каждое направление имеет свои специфические проблематику и требования к субъекту и предмету, процессу и методам, целям и результатам психологической помощи.

Формируя рассматриваемые дефиниции необходимо разграничить понятия «консультирование», «коррекция», «терапия». С позиции уровней психологической работы и ответственности психологическое консультирование может пониматься как первичный уровень психологической по мощи, ориентированный на психическую норму, психологическая коррекция может рассматриваться как второй, более высокий уровень, направленный на исправление или компенсацию нарушений в структуре личности, а психотерапия может представляться еще более сложным уровнем психологической помощи, ориентированной на глубинную работу по трансформации личности.

Наряду с немедицинскими психотерапевтическими сеансами, базирующимися на применении различных психотерапевтических и психокоррекционных методов и методик (например, аутотренинга, психологического дебрифинга, сенсомоторной и психофизической тренировки, арт-, мифо-, библио-, музыка- и песочной психотерапии, хромокоррекции и др.), социально-психологическим тренингом и другими способами активного воздействия на личность, психологическое консультирование является одной из форм оказания психологической помощи. Это один из основных инструментариев профилактической, коррекционной и обучающе-информационной работы практического психолога.

Психологическое консультирование целесообразно определить его как особый вид межличностного взаимодействия, при котором клиентам оказывается профессиональная психологическая помощь в форме проведения специальной беседы для решения существующих у них личностных проблем или затруднений психологического характера [6]. При этом включенность (активность) клиентов в процесс консультирования выступает неотъемлемым условием его реализации.

Консультирование как психотехнология оказания психологической помощи исходит из представления о том, что на основе специально организованного процесса общения у лица, обратившегося за помощью, активизируются дополнительные психологические силы и способности, которые, в свою очередь, могут обеспечить поиск новых возможностей выхода из трудной жизненной ситуации.

Психологическая коррекция применяется как психологическое воздействие на конкретные психологические структуры с целью обеспечения полноценной жизнедеятельности человека и его личностного развития. Отличие психологической коррекции от психотерапии состоит в ее более широком диапазоне использования: она находит применение не только в медицине, но и в педагогике и некоторых других отраслях.

Кроме термина «психологическая коррекция» существует понятие «психологическое вмешательство». Оно также предполагает целенаправленное воздействие психолога на своего клиента. Как и психологическое вмешательство, так и психологическая коррекция применяются в различных сферах деятельности. Обе технологии решают задачи психологической профилактики и реабилитации.

Список используемых источников:

1. Аткинсон Р.Л. и др. Введение в психологию Учебник для студентов университетов./ Под общ.ред.В.П. Зинченко, А.И. Назарова, Н.Ю. Споиора – СПб.:, 2003.
2. Берулава Г.А. Методологические основы практической психологии: учебное пособие – Москва: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2004.
3. Бондаренко А.Ф. Психологическая помощь: теория и практика, М. Фирма Класс, 2001.
4. Мальцева Т.В. Психологическое консультирование курсантов и слушателей высших образовательных учреждений МВД России в ситуациях внутриличностных конфликтов профессионального становления: диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук / Москва, 2004. С. 148.
5. Мальцева Т.В., Реуцкая И.Е. Профессиональное психологическое консультирование: учебное пособие. Москва, 2012.
6. Сепиашвили Е.Н. Психологические проблемы профессионального становления будущих специалистов. Образование. Наука. Научные кадры.2014. №1. С. 283-233
7. Сепиашвили Е.Н. Межкультурная коммуникация. Москва, 2009. Том 1.

© 2016, Иванов Р.С.

К вопросу о психологической помощи

© 2016, Ivanov R.S.

To the question of the psychological help