

## **Тема 2. Форми та етапи психокорекційної роботи.**

### **План**

1. Форми психологічної корекції
2. Етапи психокорекційної роботи

#### **1. Форми психологічної корекції**

Залежно від специфіки конкретної ситуації психологічної допомоги, особливостей психологічних проблем, віку психолог може використовувати різні форми психокорекційної роботи. За формою роботи з клієнтом розмежовують **індивідуальну і групову психокорекцію**.

У випадку індивідуальної психокорекції психолог працює з клієнтом один на один, без присутності сторонніх осіб. В іншому випадку він працює з групою клієнтів, які у психокорекційному процесі взаємодіють не тільки з психологом, але й один з одним.

Індивідуальна робота застосовується в тих випадках, коли через особистісні чи соціальні причини (горе (коли людині потрібна тільки розрада), інтимні проблеми, статус клієнта чи його особистісні особливості) використання групової форми психологічної допомоги неможливе. Індивідуальній формі психологічної корекції надається перевага в таких випадках: сильна тривожність, сором'язливість, невпевненість у собі, необґрунтовані страхи, втрата сенсу і мети життя, проблеми недостатнього усвідомлення самого себе чи виражена флегматичність, інертність мислення, загальмованість реакцій. А також у випадках, коли з якихось причин участь клієнта в груповій роботі небажана, наприклад, виражена збудливість і емоційна нестабільність клієнта, важкий характер, недостатній рівень інтелектуального чи морального розвитку та ін.

Перевагою індивідуальної психокорекції є те, що вона забезпечує конфіденційність, таємність і за своїм результатом буває глибшою, ніж групова, бо спрямована на самостійну роботу клієнта над собою, гармонізацію особистості загалом. Індивідуальна психокорекція краще

розкриває особистісні особливості клієнта, допомагає зняти психологічні бар'єри, що можуть виникати і часто важко переборюються в тому випадку, коли людині доводиться відверто висловлюватися в присутності інших.

При розв'язанні проблем міжособистісного характеру, у випадках, коли зміст проблем потребує розвивальної, навчальної спрямованості або групової, соціальної підтримки, перевага надається груповій формі корекційної роботи, що передбачає взаємодію групи клієнтів із психологом і між собою.

Перевагою групової психокорекції є одержання різноманітного зворотного зв'язку, апробація набутих навичок спілкування, альтернативної поведінки та соціальної взаємодії, а також сам факт спільного проживання емоційно насичених подій у групі. Якщо відповідно до проблеми клієнту потрібна групова робота, а він (у силу зазначених вище причин) не може працювати в групі, тоді як перший етап на шляху розв'язання особистісних проблем бажано використовувати індивідуальну форму психокорекції і поступово підводити клієнта до включення в групову роботу.

Перевагу котрійсь із форм корекційної роботи надають залежно від віку клієнта. Для дошкільників і юнаків частіше використовують індивідуальну роботу; у молодшому шкільному та підлітковому віці ефективніша групова робота. Загалом при розв'язанні психологічних проблем особистості індивідуальна і групова психокорекція зі специфічними для них методами впливу посилюють і доповнюють одна одну.

## **2. Етапи психокорекційної роботи**

У психокорекційній роботі психолога умовно виокремлюють кілька взаємопов'язаних етапів.

**Перший етап – діагностичний.** Він передбачає визначення суті проблеми, її причин і встановлення діагнозу.

Цей етап охоплює такі види діяльності практичного психолога:

- 1) вивчення запиту;

- 2) первинне формулювання психологічної проблеми;
- 3) висунення гіпотез щодо причини психологічної проблеми;
- 4) комплексна психологічна діагностика особистості;
- 5) визначення чинників, які пов'язані з указаною проблемою або зумовлюють її появу;

- б) формулювання психологічного діагнозу з обов'язковим визначенням прогнозу подальшого розвитку особистості за умови своєчасної корекції та за відсутності такої;

- 7) розробка загальної програми психологічної корекції з урахуванням усіх зазначених чинників і вимог.

**Другий етап – установчий.** Його суть полягає в порушенні питання відповідальності та активності клієнта, бажання змінитися самому і поліпшити свою життєву ситуацію.

Цей етап передбачає такі важливі моменти психокорекційної діяльності психолога:

- 1) формування адекватного ставлення клієнта до своєї проблеми, психолога і методів корекційного впливу. Це допоможе клієнту уникнути як недооцінювання, так і переоцінювання своєї проблеми і ролі психолога в її розв'язанні. У першому випадку клієнт не має стимулу для усунення своїх проблем, у другому – слабшає його віра в себе і свої можливості;

- 2) можливе переформулювання запиту, мети психологічної корекції;

- 3) створення активної настанови особистості на психокорекційну роботу;

- 4) формування у клієнта мотивів самопізнання і самовдосконалення, усвідомлення себе суб'єктом саморозвитку, який відповідає за свою поведінку, емоції та рішення.

**Третій етап – корекційний.** Він полягає у виконанні складеної психологом корекційно-розвивальної програми. При цьому лише суб'єктне ставлення і активна участь клієнта в корекційному процесі можуть забезпечити ефективне розв'язання його особистісної проблеми.

#### **Четвертий етап – оцінювання ефективності психокорекції.**

Складність цього етапу зумовлена кількома чинниками, зокрема відсутністю чітких норм психічного і особистісного розвитку, а також керуванням принципом «особистісного досягнення» у психокорекційному процесі. Важливо зважати й на ту обставину, що зняття симптомів дезадаптації, усунення зовнішніх проявів особистісних проблем може мати тимчасовий характер, якщо при цьому не усунуто причини, які обумовили їх появу. Тому доцільна відкладена перевірка результатів корекції (6-7 місяців), яка б показала стійкість особистісних змін.

Фактором, що посилює успішність корекційної роботи, є пролонгованість корекційного впливу. Навіть у період після завершення корекції (період відкладеного контролю ефективності) психологу бажано підтримувати контакти з клієнтом, цікавитися його психоемоційним станом, особистісним самопочуттям, можливістю появи нових проблем у спілкуванні, поведінці чи розвитку.

Крім того, показник ефективності корекції може змінюватися залежно від того, хто її оцінює (клієнт, психолог, оточення клієнта). Так, для клієнта основним критерієм успішності участі в психокорекційному процесі може бути емоційне задоволення від занять і спілкування з психологом та зміна особистісного самопочуття вбік позитивного сприйняття себе та інших. Для психолога, який відповідає за організацію і здійснення корекційної програми, основним критерієм оцінки має бути досягнення поставлених у програмі цілей. Для осіб з оточення клієнта ефективність психокорекції визначатиметься ступенем задоволення їхнього запиту, мотивів, що спонукали звернутися по психологічну допомогу, а також особливістю усвідомлення ними проблеми клієнта і власних завдань, безпосередньо пов'язаних з її розв'язанням.

Отже, можна виокремити такі чинники, що визначають ефективність психокорекції: 1) очікування і настанови клієнта; 2) зміст і кількість проблем

клієнта; 3) особистісна мотивованість і активність особистості, її відповідальність за зміни; перехід корекції в самокорекцію; 4) очікування психолога, який здійснює психологічну корекцію; 5) професійний та особистісний досвід психолога; 6) глибина опрацювання проблеми, усвідомлення або усунення її причин; 7) пролонгованість психокорекційного впливу, емоційний контакт і підтримка психологом клієнта. Розглядаючи питання про методи оцінювання ефективності психокорекції, психологи дійшли висновку, що процес оцінювання має бути двостороннім: з використанням методу суб'єктивного звіту (фіксація особистісних змін, які суб'єктивно відчуває клієнт) і об'єктивно-експериментальних методів (об'єктивна реєстрація параметрів, що характеризують зміни в різних модальностях психологічної реальності людини).

Оптимальним є оцінювання ефективності психологічної корекції за результатами діагностики чинників, що зумовлюють явища, які підлягають корекції. Причому повторну діагностику слід проводити за допомогою тих самих психодіагностичних методів, якими досліджували причинні чинники до і після здійснення корекції. Суб'єктивний звіт із позиції наукового підходу вважається менш точним діагностичним критерієм. Однак саме він найбільше відповідає меті психокорекційного процесу. Адже учасники психокорекції звернулися за допомогою до психолога у зв'язку з певними, проблемними для них переживаннями, формами взаємин, конфліктами тощо. І якщо після завершення психокорекції її учасники говорять, що в їхньому житті відбулися позитивні зрушення, що змінилося ставлення до себе, до оточуючих чи життєвої ситуації, – це означає, що психокорекція була ефективною. На цій підставі суб'єктивний звіт можна вважати специфічним критерієм ефективності психокорекції та обов'язково використовувати як найбільш природний і простий спосіб оцінювання ефективності.

Отже, при оцінюванні ефективності психологічної корекції потрібно враховувати як об'єктивні (результати контрольного дослідження), так і суб'єктивні показники.