

Тема 3. Сфери психологічного знання та напрямки діяльності психолога

План:

1. Сфери психологічного знання
2. Напрямки роботи практичного психолога
3. Повсякденні стереотипи про психологію та психологів
4. Етичні принципи у практиці психолога

1. Сфери психологічного знання

Психологію можна поділити на **фундаментальну та прикладну**. Фундаментальна психологія вивчає психічні явища, характерні для людини (або тварин) в цілому, загальні психологічні закономірності, які мають місце у всіх сферах психічного життя. До числа галузей фундаментальної психології відносяться:

- загальна психологія,
- психологія особистості,
- диференціальна психологія,
- психофізіологія,
- нейропсихологія,
- клінічна психологія;
- патопсихологія,
- соціальна психологія,
- історична психологія,
- психологія розвитку,
- психологія аномального розвитку (або спеціальна психологія),
- Порівняльна і зоопсихологія.

Прикладна психологія вивчає загальні психологічні проблеми, характерні для конкретних сфер професійної діяльності людей. До галузей прикладної психології відносяться:

- педагогічна психологія;

- юридична психологія;
- економічна психологія;
- політична психологія,
- психологія релігії;
- психологія спорту,
- психологія мистецтва,
- психологія праці..

2. Напрямки роботи практичного психолога

Розглянемо змістовні характеристики окремих напрямків роботи практичного психолога.

Дослідницько-аналітична робота передбачає, з одного боку, розробку концептуальних підходів до вивчення соціальнопсихологічних явищ, аналітичну роботу з одержаною інформацією, адаптацію психодіагностичних методик до умов реальної практики, а також участь у різних формах наукової роботи. Центральне місце тут займає психодіагностична робота, яка полягає у виявленні психологічних характеристик клієнтів, їх відносин, соціальних взаємозв'язків тощо.

Психотерапевтичний вплив орієнтований на цілеспрямовану зміну необхідних властивостей і якостей об'єкта у межах певного замовлення. Він полягає у комплексному вербальному і невербальному впливі на судження, емоційно-вольову та інтелектуальну сфери окремого клієнта, колективу, сім'ї тощо. Тут виділяються такі компоненти, як психопрофілактика, психокорекція, психологічна реабілітація, психогігієна.

Психопрофілактика – превентивна діяльність щодо запобігання небажаних проявів у психіці клієнта.

Психокорекція – цілеспрямований вплив з метою зміни, зміцнення або формування необхідних психологічних якостей та станів (структура психіки: корекція розвитку когнітивних процесів; корекція емоційної сфери – низька

самооцінка, образи, апатія, почуття провини; корекція психічних властивостей – здібностей).

Корекційна робота – це вплив психолога на певні психічні функції, якості або форми поведінки особистості, спрямований на подолання цього відхилення. Такий вплив завжди здійснюється на основі знань про вікову норму психічного розвитку (наприклад, норму у розвитку пізнавальних, емоційних, вольових процесів, норму поведінки і особистісних якостей). Виходячи з цього, психолог будує програму корекційної роботи. Корекційні заняття проводяться індивідуально або у групі протягом тривалого часу. Метою таких занять може бути, наприклад, подолання дефіциту уваги, допомога у подоланні труднощів розумового розвитку, корекція неадекватних емоційних реакцій на ті чи інші події, зміцнення самовладання, розвиток емоційного самоконтролю, корекція особистісних якостей, форм поведінки, норм соціальної взаємодії людини. Оскільки відхилення від психологічної норми можуть поєднуватися з серйозними відхиленнями у психічному здоров'ї і в сфері соціальної поведінки, то практичний психолог свою корекційну роботу повинен будувати в тісній взаємодії з нейропсихологом, психіатром, соціальним педагогом.

Психологічна реабілітація – система заходів психологічного, педагогічного, соціального плану, спрямованих на відновлення, корекцію або компенсацію порушених психічних функцій, станів особистості та соціального статусу.

Психогігієна – робота психолога по створенню умов для забезпечення, зміцнення та збереження необхідних психічних функцій і станів клієнта.

Психологічне консультування – це робота психолога, що носить рекомендаційний характер і базується на спільному з клієнтом виявленні причин та недоліків існуючих психологічних станів.

Відповідно до основного роду діяльності виділяють три типи психологічної професії:

1) психолог-науковець, основна діяльність якого – наукові дослідження, спрямовані на пошук нових психологічних знань (пояснення, доказ і прогнозування психологічних явищ, вивчення психологічних закономірностей);

2) викладач психології, основна діяльність якого – психологічне просвітництво і навчання психологічних знань (проведення лекцій, семінарів, практичних занять, керівництво психологічним самоосвітою людей);

3) психолог-практик, основна діяльність якого – застосування психологічних знань для вирішення практичних завдань (психологічна діагностика і консультування, корекційна і розвиваюча робота, психологічна профілактика).

3. Повсякденні стереотипи про психологію та психологів

У повсякденній свідомості існує значна кількість невірних уявлень про психологів. Ми вже певним чином торкнулись даного аспекту. Зараз розглянемо існуючі стереотипи про психологію та психологів докладніше.

1. Психологія – наука, все знає про людину та її душу, а психолог – той, хто опанував цю науку, людина, що «бачить людей наскрізь».

2. Психолог – людина, яка від природи наділена особливими здібностями до спілкування з іншими та розумінням інших.

3. Психолог – людина, що вміє керувати поведінкою, почуттями, думками інших, спеціально цьому навчена і володіє відповідними техніками (наприклад, гіпнозом).

4. Психолог – людина, що досконало знає саму себе і володіє собою в будь-яких обставинах.

5. Психолог – мудрець, що знає про життя більше за інших, і його місія – вказувати істинний шлях людям, що страждають або заплутались, використовуючи поради та повчання. Взагалі кажучи, за кожним з цих стереотипів лежить деяка реальність, вони мають під собою певну підставу;

але реальність ця сприймається перебільшено, має неправильні відтінки і тому стає ілюзорною.

4. Етичні принципи у практиці психолога

Розглянувши базові принципи, на яких повинні будуватись відносини між психологом та клієнтом, конкретизуємо їх у окремих тезах. Таким чином, конкретні етичні основи взаємодії психолога та клієнта повинні будуватись на наступних засадах.

1. Не нашкодь!

2. Не оцінюй!

3. Приймай людину такою, якою вона є, але стався до неї з переоцінкою. Даний принцип досить важко здійснювати на практиці, тому навіть деякі відомі психологи намагаються уточнити його використання. Наприклад, В. Франкл, все ж таки закликає допомагати людині в «самотрансцендентності», тобто забезпечувати для неї умови «виходу за рамки самого себе», а не просто залишатися такою, якою вона вже є. «Якщо ми будемо приймати людей такими, якими вони є, ми зробимо їх гірше, - каже В. Франкл. Як видно, проблема «прийняття» і навіть «розуміння» іншої людини не така вже й проста.

4. Дотримуйся професійної таємниці (принцип конфіденційності). Але і цей принцип не слід розуміти буквально. Наприклад, в умовах роботи профконсультанта у школі, бізнесструктурах все-таки доводиться повідомляти якісь результати своєї роботи (самого загального плану) адміністрації, яка також має право знати, що саме робить психолог-консультант з довіреними їй (адміністрації) учнями (працівниками). Однак категорично забороняється повідомляти відомості про клієнтів, які можуть завдати їм хоч якоїсь шкоди.

5. Поважай своїх колег по роботі, їх право на професійну творчість і самостійний вибір методів роботи. Критика і дискусії повинні проводитися аргументовано, тактовно та конструктивно.

6. Не з'ясовуй відносин з колегами по роботі у присутності клієнтів.

7. Принцип професійної компетентності, або – не передавай складні психологічні методики непідготовленим фахівцям і сам не використовуй методики, якими належним ступенем не володієш.

8. Дотримуйся міри одкровення з клієнтом, не дозволяй йому розповідати про себе власні таємниці (у кожної людини завжди повинен залишатися хоч невеликий тайничок душі, недоступний нікому), а також сам зберігай деяку дистанцію з клієнтом, інакше можна втратити його повагу і довіру.

9. Не відбирай у клієнта права самому відповідати за свої права та вчинки. Найважливішою метою психологічної допомоги є не просто рішення конкретної проблеми клієнта, але прагнення сформувати у нього почуття відповідальності за свою долю.

10. Не виставляй свої знання напоказ, прагни допомагати клієнту спочатку самостійно формулювати ті чи інші положення і висновки. Саме цей принцип може проявлятися хоча б у тому, що психолог повинен миттєво замовкати кожен раз, коли клієнт захоче щось сказати, навіть тоді, коли сам психолог «ще не договорив», і тоді, коли клієнт хоче сказати «якусь дурість».

11. Не дезінформуй клієнта. Іноді психолог заради «збереження честі мундира» або заради «підтримки свого «іміджу» говорить про те, чого сам не знає, боїться зізнатися у раніше сказаній неправді, тощо. Це може привести до прийняття клієнтом невірних рішень або ускладнити його життя.

12. Дотримуйся принципу добровільності участі клієнта у психологічних процедурах.

13. Поважай себе як людину і як фахівця! Поважаючи себе, ми починаємо краще розуміти і поважати наших клієнтів!