

## **Тема 6. Основные направления деятельности психолога и виды психологической помощи**

- 1. Основные направления и сферы деятельности практических психологов**
- 2. Процесс психологической помощи: длительность, этапы, позиция психолога.**

### ***1. Основные направления и сферы деятельности практических психологов.***

С какой бы позиции – помощи, содействия, поддержки или сопровождения – ни рассматривать деятельность практического психолога, в любом случае можно говорить о пяти основных направлениях этой деятельности:

1) психопрофилактика, подразумевающая работу по предупреждению дезадаптации (нарушений процесса приспособления к среде) персонала организации или детей в образовательном учреждении, просветительскую деятельность, создание благоприятного психологического климата в учреждении, осуществление мероприятий по предупреждению и снятию психологической перегрузки людей и т. п.;

2) психодиагностика, важнейшей целью которой является добывание психологической информации о человеке или группе, «конкретных знаний о конкретном человеке, полученных на основе обобщенной научной теории» (Абрамова Г. С. 1994. – С. 12);

3) психологическая коррекция, понимаемая как целенаправленное воздействие на те или иные сферы психики клиента, ориентированное на приведение ее показателей в соответствие с возрастной или иной нормой;

4) психологическое консультирование, целью которого является обеспечение человека необходимой психологической информацией и создание условий – в результате общения с психологом – для преодоления жизненных трудностей и продуктивного существования в конкретных обстоятельствах;

5) психотерапия в рамках психологической модели, направленная на оказание помощи клиенту в продуктивном изменении личности в случаях серьезных психологических проблем, не являющихся проявлениями психических заболеваний.

Перечисленные направления практической психологии расположены по возрастанию степени ответственности психолога за результаты своей профессиональной деятельности и усложнения комплекса средств, используемых в процессе работы. Каждое из направлений характеризуется специфическими задачами. Отличия между направлениями можно увидеть и в степени стандартизации применяемых психологом средств. Наиболее стандартизированной можно считать психодиагностику, наименее стандартизированными являются психологическое консультирование и психотерапия, поскольку они предполагают простор для творчества психолога и постоянного поиска неординарных решений в каждом конкретном случае.

В настоящее время сложилось несколько основных сфер применения практических психологов в нашей стране:

- система морально-психологического обеспечения деятельности силовых структур;
- система образования и дошкольного воспитания (детсады, школы, гимназии, вузы);
- клинические и другие медицинские учреждения;
- экономическая сфера (службы социального развития, кадровые службы организаций и предприятий и т.п.);
- центры психологической помощи, службы семьи и брака и пр.

Работа в каждой из этих сфер предполагает следующие варианты реализации психологом своего профессионального предназначения (О.В.Соловьева, 1997): психологическая консультация, клуб и социальная организация. Работая в психологической консультации, психолог ведет прием клиентов, предлагая им определенные средства социально-психологического воздействия. Своеобразие работы в клубном пространстве связано с тем, что любая клубная структура объединяет свободно собравшихся людей, поэтому психологу приходится считаться с их интересами. Работа в организации предполагает закрепление за психологом ряда служебных функций, реализация которых порой выходит за рамки его профессиональной ответственности.

Психологи в экономической сфере изучают психологические закономерности функционирования различных форм трудовой и управленческой деятельности, решая при этом следующие задачи:

- научное исследование персонала и анализ организационной структуры — профессионально-психологический отбор и расстановка кадров, диагностика профессиональной

компетентности, выявление стиля деятельности и потенциала управленческого аппарата, оценка необходимости организационных изменений и консультирование руководителей; социально-психологическое изучение коллектива;

— оптимизация социально-психологического климата в коллективе, профилактика межличностных и межгрупповых конфликтов;

— развитие персонала — выявление потребностей обучения и развития, оценка эффективности программ обучения, методическое обеспечение различных форм профессионального обучения, определение и оптимизация факторов, влияющих на удовлетворенность работников условиями труда и их мотивацию к профессиональному росту;

— планирование и оптимизация профессиональной среды — эргономический анализ деятельности, изучение факторов, влияющих на эффективность и качество труда, работоспособности работников, предупреждение негативных психофизиологических, стрессовых состояний, аварий и несчастных случаев;

— оказание психологической помощи специалистам в предупреждении и разрешении личностных проблем; повышение социально-психологической компетентности; коррекция неадаптивного поведения и эмоциональных расстройств;

— психологическое изучение потребителя продукции предприятия (организации), психологическое обеспечение рекламной деятельности.

Клинические психологи, работая в основном в структурах медицинских учреждений, изучают причины различных отклонений в поведении людей, психосоматических расстройств и заболеваний, интеллектуальных и эмоциональных дефектов и дискомфорта, индивидуальных и социальных дисфункций и ведут с ними психокоррекционную и реабилитационную работу, разрабатывают совместно с другими специалистами (педагог, психиатр, социальный работник) различные развивающие программы и программы сопровождения.

Психологи в сфере народного образования изучают и оптимизируют психологические факторы, влияющие на успешность обучения и самочувствие обучаемых; развивают их познавательные способности; осуществляют консультирование преподавателей, обучаемых и их родителей по вопросам учебно-воспитательного взаимодействия, преодоления личностных проблем; проводят психологическую экспертизу учебных средств, дидактических приемов и методов учебных занятий на предмет их эффективности.

При этом общим полем деятельности педагога и психолога является личность учащегося, классный коллектив и учебная деятельность. Действуя в этом пространстве, предоставляя психодиагностическую информацию, психолог должен помочь своим коллегам — педагогам решать следующие задачи:

— построение учебной деятельности, психологически адекватной познавательной деятельности обучаемого и особенностям учебного предмета;

— актуализация педагогом внутренних (психических) ресурсов ученика;

— адаптация содержания и методики представления учебного материала к психологическим особенностям учащихся.

Психологи-консультанты, проводящие обслуживание населения в рамках специализированных центров и служб психического здоровья, в службах семьи и брака, помогают клиентам, обращающимся за помощью, приобрести или изменить индивидуально-социальные навыки преодоления трудностей и обращения с реальностью; улучшить адаптацию к меняющимся условиям; разрешить проблемы, связанные с выбором профессии, работой, браком, семьей, сексом, старостью, социальными и физическими недостатками.

## ***2. Процесс психологической помощи: длительность, этапы, позиция психолога.***

Ситуация общения клиента с психологом-консультантом включает составляющие: 1) личность клиента и его переживания; 2) личность психолога-консультанта (наставника) в единстве его самостных и функциональных образований; 3) взаимоотношения между клиентом и психологом.

Сопоставим, например, ситуацию обращения клиента к представителю любой другой профессии системы “человек-человек”: юристу, учителю, врачу, священнику, руководителю, даже официанту. Обращаясь ко всем без

исключения представителям иных коммуникативных профессий, потребитель: а) знает, чего хочет; б) осведомлен в той или иной мере о нормах взаимоотношений с представителем данной профессии; в) достаточно хорошо понимает меру ответственности и ограничений — свою и профессионала, к которому обращается. Скажем, пациент понимает и заранее принимает возможность, что результат лечения не зависит исключительно от квалификации врача и его рекомендаций даже при наличии самых необходимых медикаментов.

В области психологической помощи существуют вполне определенные трудности, связанные как со спецификой профессии, так и с неопределенностью статуса и прерогатив психолога-консультанта в постсоветском обществе.

*Первая* из трудностей состоит в том, что психолог-консультант работает не с ситуацией и не с ее трансформацией, а с *переживаниями, с системой ценностей, отношений и состояний человека*. Во-вторых, прояснение *подлинных мотивов* или жизненных смыслов человека в процессе получения соответствующей психологической помощи может вообще сделать излишней саму жизненную ситуацию, коль скоро она является производной от психологических проблем клиента. В-третьих, если в остальных профессиях межличностные отношения играют важную, порой даже определяющую роль, а иногда не играют никакой роли, не говоря уже о личностных достоинствах специалиста (например, официанта), то в рассматриваемой нами ситуации именно *характер, динамика, своеобразие межличностных отношений, личностные качества психолога-консультанта*, предъявляемые и не предъявляемые клиенту, но улавливаемые последним, играют *определяющую роль в динамике процесса* и, в конечном итоге, в действительности психологической помощи. Уже первая встреча, первая беседа психолога с обратившимся к нему за помощью человеком подчас оказывается решающей и в том, и в другом смысле. Не случайно одним из важнейших ориентировочных критериев для выбора психолога или психотерапевта является следующий: “Почувствовали ли вы облегчение после первой беседы?”. И не случайно поэтому в одном из известнейших американских учебников по психологическому консультированию говорится: “Если бы психологическая помощь сводилась только к приемам, необходимость в самих консультантах была бы ничтожной”, а такой всемирно известный авторитет, как Карл Роджерс, в своей книге “О том, как становятся личностью” поместил целый ряд вопросов, освещающих именно человеческое, личностное “измерение” в практике психологической помощи.

Назовем некоторые из них: “Могу ли я быть личностью, которая воспринимается как заслуживающая доверие?”; “Могу ли я быть достаточно выразительным?”; “Могу ли я позволить себе испытывать положительные чувства к другому?”; “Способен ли я быть достаточно сильной личностью, чтобы отделить себя от другого?”; “Достаточно ли я внутренне защищен, чтобы позволить себе это разъединение?”; “Могу ли я позволить себе

полностью войти в мир чувств и смыслов другого и увидеть их так, как видит он;?”, “Способен ли я принять его таким, какой он есть?” (Rogers С., р. 50—54).

Каковы же в самом общем виде задачи психологической помощи?

Первой из таких предметных перспектив, на наш взгляд, несомненно становится личность. В конкретной социальной, событийной, межличностной или онтогенетической ситуации человек, обратившийся за помощью, заранее не только предполагает, но как бы и предписывает психологу-консультанту или другому специалисту в данной профессиональной позиции учесть весь спектр личностной проблематики, один или несколько вопросов которой ему придется помогать решать. Это могут быть **задачи**: самоопределения (идентичности), выбора (принятия решения), самосознания (личностной рефлексии); совладания с критической (кризисной) ситуацией и т.п.; задачи, относящиеся к развитию субъектности, к развитию функциональных и экзистенциальных (инструментальных и “самостных”) начал личностного “Я”. Едва ли не самым существенным моментом здесь является то, что цели и задачи зачастую определяются самим клиентом.

Следующей несомненной доминантой выступает непосредственно сам процесс оказания психологической помощи, где самостоятельными задачами **являются**: установление отношений доверия и принятия; обеспечение надлежащей динамики рабочих отношений, ведущей к осознанию и возможному разрешению психологических проблем клиента; проработка или, наоборот, снятие психологических защит; определение и использование степени воздействия на клиента (от минимальной, ограничивающейся простой эмпатией, до максимальной, как в конфронтации или в технике НЛП). Самостоятельными задачами становятся определение форм и техник ведения начального интервью, сроков совместной работы и способов завершения психологической помощи.

Третья группа задач относится к психологической помощи сообществу — коллективу предприятия, школы, общины и т.п. Основные и возможные **задачи**: адекватная ориентировка в ситуации, идентификация и локализация (при необходимости) конфликта; снятие социально-психологической напряженности, помощь в ценностно-смысловой переориентации группы; повышение (при необходимости) сплоченности и помощь в определении лидера.

Совершенно особые задачи, стоящие перед профессионалом, — это задачи, которые касаются уже не непосредственно процесса психологической помощи, но, собственно говоря, определяющие его целесообразность и действенность: задачи, относящиеся к его (профессионала) собственному личностному развитию и благополучию, к его профессиональному мастерству. Нет, наверное, необходимости подчеркивать, что недостаточная проработанность личностных проблем (фрустрированных или нереалистичных потребностей, фантазий, страхов, конфликтов, защит, ценностных смыслов, самооценок, мотивов и т.п.) и недостаточная профессиональная (техническая и теоретическая) подготовка легко могут

вместо психологической помощи травмировать как клиента, так и консультанта и добавить к неразрешенным проблемам психогенные расстройства.

В зависимости от специфики конкретной ситуации психологической помощи применяются *две основные формы работы* — индивидуальная и групповая. Индивидуальная работа проводится в тех случаях, когда по личностным, социальным или общественным причинам (специфика проблемы, например, измена, горе; статус клиента; чрезмерная застенчивость и др.) групповая форма психологической помощи не представляется возможной. Можно сказать, что индивидуальная форма работы предпочтительна во всех случаях, когда характер проблематики требует не столько развивающей и обучающей направленности, сколько утешения и изживания, сближая психологическую помощь с психотерапевтическим воздействием. В отечественной традиции подобную практику все чаще именуют “внемедицинской психотерапией”.

Когда же акцент делается на развитие, обучение или же момент групповой, социальной поддержки, как, например, в течении “анонимные алкоголики” или “движении за актуализацию человеческого потенциала” (Human Potential Movement) в 1970-е годы в США, несомненное преимущество находится на стороне групповой работы. Возможность разноплановой обратной связи, групповая динамика, сам факт совместного проживания эмоционально насыщенных событий в группе — важнейший источник и фактор психологической поддержки и личностного развития.