

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

*Факультет №6
Кафедра соціології та психології*

ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ

з навчальної дисципліни «Вступ до спеціальності» обов'язкових компонент
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

053 Психологія (практична психологія)

Тема №3 Практична психологія як професія

Харків 2023

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методичною радою
Харківського національного
університету внутрішніх справ
Протокол від 30.08.2023 № 7

СХВАЛЕНО

Вченою радою факультету № 6
Протокол від 25.08.2023 № 7

ПОГОДЖЕНО

Секцією Науково-методичної ради
ХНУВС з гуманітарних та соціально-
економічних дисциплін
Протокол від 29.08.2023 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології
(протокол від 15.08.2023 № 8)

Розробник:

Доцент кафедри соціології та психології, кандидат психологічних наук,
Бондаренко Л.О.

Рецензенти:

1. Доцент кафедри педагогіки та психології Харківської державної академії фізичної культури, кандидат психологічних наук, доцент Павлик О. М.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету № 6 Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент Шиліна А.А.

План лекції

1. Поняття про прикладну психологію та психологічну практику.
2. Прикладні галузі психології, їх загальна характеристика.
3. Структура та основні напрямки практичної психології.
4. Психологічна допомога, її сутність та види.

Рекомендована література:

Основна

1. Дуткевич Т.В., Савицька О.В. Практична психологія: Вступ до спеціальності. 2-ге вид. Навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2010. 256с.
URL:https://ipodp.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/03/Dutkevich_Savits_ka_Praktichna_psikhologiya_2005.pdf
2. Приходько Ю.О. Практична психологія: введення у професію. Навч. посібник. 2-е вид. К.: Каравела, 2010. 232 с.
URL:http://www.caravela.kiev.ua/files/file/pages_07_pracpsych_vvedprof_zm_st_pered_mova_2017.pdf
3. Сергієнко Н. П. Загальна психологія. Вступ до спеціальності. Текст лекцій. –Х.: НУЦЗУ, 2018. – 41с.
URL:<http://29yjmo6.257.cz/bitstream/123456789/7396/1/Вступ%20до%20спеціальності%20%28текст%20лекцій%29%202018.pdf>

Додаткова

4. Панок В. Г. Психологічна служба: Навчально - методичний посібник для студентів і викладачів. Кам'янець-Подільський: ТОВ Друкарня Рута, 2012. 488 с.
URL: https://lib.iitta.gov.ua/705662/1/ps_sluzzba.pdf
5. Періг І.М. Вступ до спеціальності “Психологія”. Навчально- методичний посібник для студентів спеціальності “Психологія”, “Практична психологія”. Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2017. 63 с.
URL: <http://elartu.tntu.edu.ua/handle/lib/22510>
6. Психологічна служба в системі освіти: Курс лекцій. / Укладач: І.С.Загурська. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2015. 166 с.
URL: <https://core.ac.uk/download/83535097.pdf>

Текст лекції

Питання 1. Поняття про прикладну психологію та психологічну практику.

Як вже вказувалося в першій лекції, В. І. Слободчиков та Є. І. Ісаєв виділяють два розуміння «практичної психології»:

- 1) практична психологія як прикладна дисципліна;
- 2) практична психологія як «особлива психологічна практика», де головна орієнтація не на дослідження психіки, а на «роботу з психікою».

Г.С. Абрамова предметом практичної психології вважає індивідуальність, неповторність людини та конкретні обставини її життя. Практична психологія

ставити своїм завданням не тільки вивчення індивідуальності людини, але і обґрунтування впливів на неї з метою прояву можливого професійного застосування психологічних знань в умовах різних соціальних систем.

Прикладна психологія -це загальна назваряду галузей сучасної психології, які займаються застосуванням психологічних знань (принципів, методів) у різних видах людської діяльності.

Прикладна психологія – це галузь професійної діяльності, метою якої є розробка і впровадження у психологічну практику цілісних технологій і методів практичної роботи шляхом інтеграції (синтезу) знань, методів і законів наукової, позанаукової і пересічної психології з досвідом і методами психологічного практикування. Прикладна психологія має специфічну мету, методологію, принципи і категорійно-понятійний апарат, що відрізняється від різного типу психологічних знань і психологічної практики.

Термін «прикладна психологія» виник наприкінці XIX ст., коли психологія переставала бути лише умоглядною наукою. Фундатором прикладної психології у США вважають Гуго Мюнстерберга, в СРСР значний внесок у виникнення та розвиток прикладної психології зробили М. О. Бернштейн, О. Р. Лурія, Г.Костюк.

Прикладна психологія посідає проміжне місце між науковою психологією і психологічною практикою.

Підрозділи прикладної психології носять назви відповідно до сфер аплікації психологічного знання, якими є: медицина, право, освіта, спорт, економіка тощо. Як правило, роль психологічної теорії у цих сферах наступна:

- вивчення та врахування індивідуальних якостей людини, як морально-психологічних (світоглядні установки, спосіб життя) так і психофізіологічних (швидкість реакції, витривалість, здатність до навчання);
- врахування соціально-психологічних ефектів (групова взаємодія, громадська думка, емоційне зараження, конфлікти);
- врахування «людського фактору» в роботі систем людина-техніка (заходи безпеки на виробництві, використання анти-спам кодів, щоб відрізнити *живого* користувача від бота) тощо.

Прикладні завдання практичної психології визначаються необхідністю психологічного забезпечення оптимального функціонування установ та організацій, праці персоналу та окремих індивідуумів, що передбачає складання спеціальних навчальних програм, створення навчальних посібників та навчальних посібників з практичної психології, розробку психологічних рекомендацій та методичних матеріалів, програм підготовки та перепідготовки кадрів, психологічного обґрунтування діяльності служб практичної психології, створення проектів нормативних документів та ін..

Прикладна психологія формувалася на основі запитів різних сфер професійної діяльності людини, в ході розв'язання конкретних практичних проблем суспільного буття, виробництва та культурного розвитку. Та й нині розвиток тісно пов'язаний з розвитком інформатики, техніки, виробництва, гуманітарної сфери, суспільних відносин тощо. Найбільш розвиненими зараз напрямками прикладної психології є психологія менеджменту (управління),

психологія бізнесу, психологія освіти (навчання, виховання і розвиток), політична психологія, психологія соціальних служб та общини (громади), психологія спорту, військова, клінічна, юридична, екологічна психологія та ін.

Достатньо, наприклад, подивитись сайт самої великої у світі Американської психологічної асоціації (АРА), її «підрозділи» (divisions). Відомо, що АРА формувалася протягом усього ХХ століття шляхом добровільного об'єднання або виокремлення професійних груп психологів без певної системи, а лише на основі найбільш популярних у професійному середовищі напрямів психологічної практики. Висновок, який є очевидним після аналізу структури АРА, наступний: переважну більшість підрозділів Асоціації можна вважати напрямками прикладної психології.

Питання 2. Прикладні галузі психології, їх загальна характеристика.

Сучасна наукова психологія є досить розмаїтою системою дисциплін і галузей. Просте перелічення вже не задовольняє потреби дослідників. Тому їх доречно класифікувати за певними ознаками. Ю. Л. Трофімов за спрямованістю діяльності психологів на пізнання, дослідження або перетворення психіки виокремлює три великі групи галузей - теоретичну, науково-прикладну та практичну психологію.

Як вже вказувалося, до фундаментальних, загальних галузей психології належать: загальна психологія, психофізіологія, вікова психологія, соціальна психологія, психологія особистості, диференційна психологія.

До науково-прикладної психології потрібно зарахувати низку галузей, для яких характерними є дослідження і практичне використання знань з метою оптимізації поведінки та діяльності людей. Науково-прикладна психологія, з одного боку, належить до академічної психології, а з іншого, прикладні галузі психології є сферою професійного практичного застосування психологічних знань, тобто є практичною психологією. У зв'язку з цим іноді кажуть, що прикладна психологія знаходиться на межі академічної та практичної психології.

Напрями науково-прикладної психології доцільно розрізняти за певними ознаками:

а) за видом діяльності та поведінки людини: психологія праці; інженерна психологія; психологія творчості; психологія «штучного інтелекту»; юридична психологія, військова психологія; психологія управління та менеджменту; економічна психологія; психологія торгівлі; екологічна психологія; психологія спорту авіаційна психологія; космічна психологія;

б) за психологічними аспектами розвитку людини: вікова психологія; екологічна психологія; психологія аномального розвитку (спеціальна психологія).

в) за тим, нормальна чи хвора психіка, виокремлюють такі дисципліни: психологія здоров'я; медична психологія.

г) у контексті відношення до права виокремлюють юридичну психологію, що пов'язана з дослідженням проблем реалізації системи правової поведінки

психологічними засобами. Юридична психологія має такі підрозділи:

- судова психологія як наука про психологічні особливості поведінки суб'єктів кримінального процесу;
- кримінальна психологія, предметом якої є психологічні особливості особистості правопорушника, мотиви правопорушення тощо;
- пенітенціарна психологія, що займається науковими та прикладними питаннями вивчення психіки ув'язненого, методами виправлення та перевиховання його особистості.

В межах юридичної психології розвивається психологія кримінальної відповідальності, кримінальна патопсихологія та інші галузі.

В останні роки широко розвивається психологія туризму та організації дозвілля, психологія мистецтва.

Питання 3. Структура та основні напрямки практичної психології.

Практична психологія (психологічна практика) функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання безпосередньої допомоги людям у розв'язанні їх психологічних проблем.

Головна мета практичної психології - створити сприятливі соціальні та психологічні умови для діяльності людини в усіх сферах життя - від сімейних стосунків до управління державою, надати дієву допомогу в розвитку та захисті їх психічного та психологічного здоров'я. Основними функціями практичної психології є аналіз і прогнозування поведінки й діяльності людини, активний соціальний та психологічний вплив. Психологічна практика реалізується через консультативну, просвітницьку, корекційну, психотерапевтичну, профілактичну, реабілітаційну діяльність.

У структурі практичної психології виокремлюють такі напрями:

- психологічна служба сім'ї та соціального захисту населення;
- психологічна служба системи освіти;
- психологічна служба системи охорони здоров'я;
- психологічна служба у силових структурах (поліція, армія, пенітенціарні установи, МЧС);
- практична психологія політичної діяльності, управління і масових комунікацій;
- практична юридична психологія і соціологія;
- практична психологія економіки та бізнесу;
- практична психологія праці та профорієнтації;
- практична психологія і педагогіка спорту та інші.

Головна мета психологічної практики – надання людям психологічної допомоги. З цього слідує, що методи практичної психології спрямовані не стільки на вивчення, скільки на надання допомоги. Діагностичні завдання визначаються корекційними завданнями, приватними запитами клієнтів.

Отже, предметом практичної психології є конкретний індивід у конкретних життєвих обставинах, а не загальні закономірності психічних явищ.

Критерієм достовірності знань слугує досвід та ефективність роботи спеціалістів. Важливо, щоб одні і ті ж самі методи були ефективними у використанні якомога більшої кількості психологів.

Особливістю знань у практичній психології можна вважати *конкретність і практичність*. Тобто робота повинна мати чітку практичну цінність, хоча не завжди практичний досвід може забезпечуватися доказовою базою та поширеними психологічними ідеями.

Ще одна особливість – *цілісність в описі психіки людини* (єдність свідомих і несвідомих компонентів психіки для пояснення поведінки, емоцій і думок). Концепції практичних психологів відрізняються *метафоричністю мови*. Приклади: Фрейд (Едипів комплекс), Фромм (втеча від свободи), Берн (Дитина-Дорослий-Родитель), Перлз (собака-зверху). Метафора унаочнює інформацію, робить її зрозумілішою, доступнішою для сприйняття. Берн наполягав, що книги з психології мають писатися так, щоби їх розуміла 8-річна дитина.

Важливим є *вплив особистості психолога на процес і результати роботи*. Зокрема, даються взнаки особисті трагедії та колізії вчених-практиків. Наприклад, на концепцію Віктора Франкла суттєвий вплив справило перебування у концтаборі. Інші психологи свого часу були лікарями, священиками і принесли у психологію медичну, релігійну термінологію. Серед них А. Адлер (комплекс неповноцінності), К. Юнг (вроджені архетипи). Практичні психологи тяжіють до популяризації результатів своєї роботи.

Питання 4. Психологічна допомога, її сутність та види.

Практичний психолог - це спеціаліст, який надає психологічну допомогу (психологічні послуги) населенню у ситуаціях, що потребують психологічного втручання або використання спеціальних знань і технологій.

Практичні завдання психології визначаються конкретними проблемами безпосередньо по місцю професійної діяльності психолога: в установах та організаціях різного профілю, в спеціалізованих психологічних кабінетах та центрах - у формі надання психологічної допомоги конкретним людям.

Г.С. Абрамова у книзі «Вступ до практичної психології» пропонує в якості центральної категорії поняття *«запит» на роботу практичного психолога*. Запит, фактично є основою для професійних дій психолога відносно клієнта. Власне вони і приймають на себе зазначені рольові позиції після формулювання запиту з боку клієнта або його представника.

В якості центральної категорії прикладної психології, яка може виконувати системоутворюючу функцію, В.Г.Панок запропонував *«життєву проблему»*. *Життєва проблема* – це стан протиріччя між намірами, бажаннями та уявленнями людини і реальними результатами її поведінки або обставинами, в яких вона відбувається. В роботах відомого українського психолога О.Ф. Бондаренка в якості центральної категорії висувається

«психологічна допомога» особистості. Психологічну допомогу автор розуміє у широкому контексті.

Поняття психологічної допомоги є найбільш загальновизнаним у практичній психології. Зміст цього поняття представлено в сукупності

основних напрямків професійної діяльності практичної психології: психопрофілактики, психодіагностики, психокорекції, психологічному консультуванні та психотерапії. При цьому найбільш часто при наданні психологічної допомоги розуміються послуги психолога тим, хто випробовує серйозні труднощі в соціалізації, адаптації.

Психологічна допомога - область

практичного застосування психології, орієнтована на підвищення соціально-психологічної компетентності людей і надання психологічної допомоги як окремії людині, так і групі чи організації. Це безпосередня робота з людьми, спрямована на вирішення різного роду психологічних проблем, пов'язаних з труднощами в міжособистісних стосунках, а також глибинних особистісних проблем.

Зупинимось на *рольовій ситуації* психологічної допомоги.

В результаті соціальних змін, що відбуваються в нашій країні, психолог придбав новий суспільний статус, який вимагає від нього ясного розуміння звернених до нього очікувань. У цьому контексті Г. С. Абрамова вводить поняття Замовника, Клієнта і Користувача психологічної інформації. Фактично, мова йде про рольові позиції у ситуації психологічної допомоги. Згідно з її поглядами, ці поняття означають наступне:

Клієнт – особа, яка передає психологу знання про себе або про інших людей; при цьому вона вважає себе прямо або побічно відповідальною за утримання цієї психологічної інформації.

Замовник – людина, яка звертається до психолога за психологічною інформацією (про себе, свою організацію або інших людей).

Користувач – людина, яка отримує від психолога психологічну інформацію.

За Г. С. Абрамовою можна виділити чотири типи задач взаємодії клієнта з психологом, які відображені в таблиці.

Таблиця 1

Завдання взаємодії клієнта з психологом	Система оцінок психологічної інформації клієнтом	Завдання психолога при роботі з таким заказом
Соціальні завдання	«правильно – неправильно»	Змінити систему оцінок, допомогти побачити свою ціль в іншому світі
Естетичні завдання	«добре – погано»	Показати обмеженість цієї оцінної шкали
Моральні завдання	«добре – погано»	Продемонструвати умовність добра и зла, нетотожність їх критеріїв для різних людей
Психологічні завдання	Гнучка система оцінок	Надати психологічну допомогу

Робота практичного психолога полягає у тому, щоб домогтися від клієнтів переформулювання завдань перших трьох типів на психологічні завдання.

Лише тоді практичний психолог виявиться здатним надати реальну допомогу клієнту у вирішенні його проблем.

Аналіз численних джерел показує, що немає жодної області людського (особистого та громадського) життя, в якій людина залишилася без психологічної допомоги.

Можна виділити наступні напрямки, а також основні області та ситуації, де здійснюється психологічна допомога людині.

1. Психічний (і духовний) розвиток людини (подолання комплексу неповноцінності, задоволення емоційних запитів у досягненні особистої ідентичності, допомога при емоційних травмах і т.д.)

2. Екзистенціальні та особистісні проблеми людини (вікові, професійні, особистісні кризи, проблеми ідентифікації та відчуження, боротьба за особистісний та соціальний статус та ін.).

3. Допомога сім'ї (дошлюбне консультування, сімейна і подружня психотерапія, психологічна допомога самотнім людям, розведеним, підтримка при вступі у повторний шлюб).

4. Збереження та розвиток психічного і особистісного здоров'я (традиційна превентивна і поточна допомога при психічному і соматичному захворюванні, душевних стражданнях, алкоголізмі, вирішенні конфліктів).

5. Проблеми похилого віку (зміна способу життя у зв'язку з виходом на пенсію, взаємини з дорослими дітьми, неминучий дефіцит емоційних контактів, підведення і осмислення підсумків прожитого життя).

6. Проблеми особистісної та групової ідентичності, загальний психічний стан (місця ув'язнення, лікарні, казарми, студентські містечка).

7. Психологічна допомога і підтримка у кризових ситуаціях (раптова смерть, спроба суїциду, зґвалтування, зрада, втрата любові і ін.).

8. Шкільне консультування (підготовка дитини до школи, питання адаптації в класному колективі, труднощі в навчанні, взаємодія сім'ї та школи).

9. Професійне консультування (вибір професії, професійнесамовизначення, задоволеність працею).

10. Психологічна допомога, що відноситься до крос-культурної проблематики: проблеми в адаптації, подолання етнічних забобів і стереотипів у емігрантів, підтримка консультантів в роботі з етнічними меншинами.

11. Управлінське консультування (вдосконалення практики управління, підвищення індивідуальної продуктивності і ефективності організації в цілому, гуманітарна експертиза, консультації по структурним змін в організації, забезпечення психологічної підтримки в ситуаціях нововведень).

В цілому сукупність проблем, де психологічна допомога є необхідною, є різноманітною і багатогранною.

Надана людині реальна допомога класифікується в психології різними показниками:

- за часом дії:

а) невідкладна - необхідна при складних психічних станах, можливості суїциду, випадки насильства, в ситуаціях гострого горя і т. д. Частіше вона

відноситься до компетенції екстрених психологічних служб, служби телефону довіри;

б) тривала - корисна при виникненні важких життєвих ситуацій, психологічних криз, конфліктів (прерогатива психологічних консультацій);

- *за спрямованістю:*

а) особистісно-орієнтована - направлена безпосередньо на клієнта, на його звернення за допомогою, визначальним є активність клієнта в процесі консультування, розширення його когнітивних можливостей і соціальних способів вирішення проблеми;

б) проблемно-орієнтована - відповідь на ситуацію, що або на прогнозовану несприятливу для людини ситуацію, визначальним є екстерналізація і рішення типових проблем, що виникають у вельми відрізняються один від одного за характером і установкам людей;

- *по просторовій організації:*

а) контактна, коли бесіда відбувається віч-на-віч клієнта з психологом; б) дистантна, яка поділяється на телефонну і письмову і допускає відсутність прямого контакту;

в) змішана, що надається за допомогою скапу, вайберу, zoom тощо.

- *по виконанню функцій психологом:*

а) діагностична - постановка діагнозу, складання психологічного портрета індивіда;

б) диспетчерська - перенаправлення до конкретного фахівця: психотерапевта, психіатра і т. п. ;

в) інформаційна - швидке проникнення в проблемне місиво скарги, точність визначення і розуміння суті проблеми клієнта, правильне тлумачення консультантом проблеми і інформування людини про дієві наслідки;

г) корекційна - усунення симптомів або причин дезадаптації, коли підозрюються істотні функціональні відхилення і виявляються внутрішні проблеми людини

д) консультативна - оптимальне вирішення «робочих» питань повсякденності, так званих «нормативних» труднощів;

є) терапевтична - процес лікування психологічними засобами розладів і конфліктів, які зачіпають глибокі шари особистості;

- *за кількістю учасників:*

а) індивідуальна (коли по особистісним, соціальних або громадським причинам групова форма не є можливою);

б) групова (акцент робиться на розвиваючої, навчальній програмі або, при необхідності, соціальної підтримки групи учасників);

- *по типу втручання консультанта:*

а) директивна - вказуюча, що дає поради, як жити, повчальна; б) недирективна - «йде» за клієнтом.

У спеціальній літературі зазначається, що психологічна допомога - це ємне поняття, зміст якого включає в себе різноманіття теорій і практик, варіюючих від специфічного застосування такого методу, як глибинне інтерв'ю, до різноманітних технік соціально-психологічного тренінгу, метою яких є

діагностична, корекційна, терапевтична, освітня, професійна та інша допомога людині.