**Лекция 5-6**. **Концептуальные подходы к организации психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам) (4 часа)**

**План:**

1. Определение понятия психологической помощи.

2. Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире.

3. Составляющие процесса, основные задачи, формы и модели психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам)

**1. Определение понятия психологической помощи**

*Психологическая помощь* - от греческого ψυχή – «душа», γενεά – «порождение» – практическое применение научных знаний, методов, способов и возможностей психологической науки для оказания содействия человеку, испытывающему психологические трудности, перенесшему психические травмы или длительные и интенсивные психические переутомления.

*Источник: [Экстремальная психология. Словарь терминов. 2018](https://vocabulary.ru/slovari/ekstremalnaja-psihologija-slovar-terminov-2018.html)*

*Психологическая помощь -* область практического применения психологии, ориентированная на повышение социально-психологической компетентности людей и оказания психологической помощи как отдельному человеку, так и группе, организации. Основные способы оказания психологической помощи - индивидуальное консультирование и групповые формы психологической работы. Возможны психопрофилактическая и психокоррекционная направленность психологической помощи, ее использование в ситуациях преодоления различного рода психологических затруднений.  
*Источник: [Словарь по профориентации и психологической поддержке](https://vocabulary.ru/slovari/slovar-po-proforientacii-i-psihologicheskoi-podderzhke.html)*

Психологическая помощь — это емкое понятие, содержание которого включает в себя многообразие теорий и практик, варьирующихся от специфического применения такого метода, как глубинное интервью, до многообразных техник социально-психологического тренинга, понятий и методов медицинской психотерапии, без которых отношения психолога-консультанта и его клиента могут легко разрушиться, а сама психологическая помощь — превратиться в простое выражение сочувствия или морализаторство.

Понятие «психологическая помощь» отражает некоторую реальность, некую психосоциальную практику, полем деятельности в которой является совокупность вопросов, затруднений и проблем, относящихся к психической жизни человека.

Областью деятельности соответствующего специалиста является широкий крут проблем, в которых отражаются как особенности психической жизни человека — социального существа, так и особенности сообщества, в котором отражается психологическая специфика его функционирования.

Психологическая помощь есть область и способ деятельности, предназначенные для содействия человеку и сообществу в решении широкого крута проблем, порождаемых душевной жизнью человека в социуме. Понимание проблематики психологической помощи связано с пониманием психики как такого пространства (уровни, способы) человеческого бытия, многообразия и многогранность которого и определяют совокупность проблем в деятельности соответствующего специалиста, а именно: межличностные отношения, эмоциональные внутргошчностные (как глубинные, так и ситуативные) конфликты и переживания, проблемы социализации (выбор профессии, создание семьи), проблемы персонализации (возрастные и экзистенциальные), то есть весь спектр эмоционально-смысловой жизни человека как общественного существа, наделенного психикой.

По мнению М. К. Тутушкиной, психологическая помощь включает в себя психодиагностику, коррекцию развития, психотерапию, разнообразные тренинги, профилактику отклоняющегося поведения, профориентацию и т. д.

Содержание психологической помощи заключается в обеспечении эмоциональной, смысловой и экзистенциальной поддержки человеку или сообществу в ситуациях затруднения, возникающих в ходе личностного и социального бытия. Психологическая помощь может включать в себя: психодиагностику (сообщение клиенту объективной психологической информации, ответственность за достоверность и форму сообщения несет психолог), психологическая коррекция (организованное воздействие на клиента с целью изменения показателей его активности и соответствии с возрастной нормой психического развития; разрабатывается индивидуальная программа) , психологическое консультирование (помощь для психически нормальных людей для достижения ими целей личностного развития) и психотерапия (активное воздействие психотерапевта на личность клиента с целью восстановления или реконструкции психической реальности личности).

В глубинной основе психологической помощи обнаруживается свойственная различным уровням существования материи способность к самоорганизации, структурированию. Тот же инстинкт помощи существует и у животных. В человеческом сообществе феномен помощи существовал всегда, хотя в качестве социального института возник и оформился только к середине XX века, вызвав к жизни появление целого ряда новых профессионалов: социальный работник, психолог-консультант, психолог-психотерапевт. И это уже помимо традиционных фигур священника, пастора, психиатра и психоаналитика.

**2.****Основная проблематика и особенности развития психологической помощи в современном мире**

Анализ многочисленной литературы по проблематике «counseling» показывает, что нет буквально ни одной области человеческой (личностной и общественной) жизни, в которой бы человек остался бы без человеческой помощи. Самый общий контент-анализ позволяет выделить следующие главные области применения психологической помощи:

1). Психическое (и духовное) развитие ребенка (преодоление Эдипова комплекса, удовлетворение эмоциональных запросов в обретении личностной идентичности, помощь при эмоциональных травмах и выработка устойчивых моральных норм и др.).

2). Экзистенциальные и личностные проблемы подростка (кризис психологического отделения от родителей, идентификация подростка, неполноценность, борьба за личностный и социальный статус и др.).

3). Брак и семья (добрачное консультирование, семейная и супружеская психотерапия, психологическая помощь незамужним и неженатым, разведенным, поддержка при вступлении в повторный брак).

4). Проблематика психического и личностного здоровья (традиционная превентивная и текущая помощь при психическом и соматическом заболевании, душевном страдании, алкоголизме, конфликтах и т. п.).

5). Психологическая помощь умирающему и психотерапия горя (почти совершенно отсутствующая сфера деятельности в России).

6). Проблемы пожилого возраста.

7). Места заключения, больницы, казармы, студенческие городки (проблемы личности, общее психическое состояние).

8). Психологическая помощь и поддержка в кризисных ситуациях (внезапная смерть, попытка суицида, изнасилование, измена, потеря любви и др.).

9). Школьное консультирование.

10). Профессиональное консультирование.

11). Психологическая помощь, относящаяся к кросс-культурной проблематике: проблемы в адаптации, преодоление этических предрассудков и стереотипов у эмигрантов, поддержка консультантов в работе с этническими меньшинствами.

12). Управленческое консультирование.

**3. Составляющие процесса, основные задачи, формы и модели психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам)**

Ситуация общения клиента с психологом-консультантом включает такие составляющие:

1. Личность клиента и его переживания.

2. Личность психолога-консультанта (наставника) в единстве его самостных и функциональных образований.

3. Взаимоотношение между клиентом и психологом.

Саму ситуацию создают вполне определенные внешние обстоятельства, и это является причиной обращения за психологической помощью. Если сопоставить ситуации обращения клиента к представителю другой профессии системы «человек-человек»: юристу, учителю, врачу, священнику, руководителю, даже официанту и ситуации обращения человеком за психологической помощью, мы увидим очень много различий. Обращаясь ко всем без исключения представителям иных коммуникационных профессий, клиент: а). Знает, чего он 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. Скажем, человек понимает и принимает заранее возможность того, 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. Первая из трудностей состоит в том, что психолог работает не с ситуацией, а с переживанием, системой ценностей, отношений и состояний человека. Прояснение подлинных мотивов и жизненных смыслов человека может сделать излишней саму жизненную ситуацию, коль скоро она является производной от психологической проблемы клиента. Если в других профессиях межличностные отношения играют лишь определенную роль, а' иногда никакой, не говоря уже о личностных достоинствах специалиста (например, официанта), то в консультативной ситуации именно характер, динамика, своеобразие межличностных отношений, личностные качества психолога, предъявляемые и не предъявляемые клиенту, но улавливаемые последним, играют определенную, главную роль в динамике процесса и в конечном итоге действенности психологической помощи.

В соответствии с ориентированностью помощи и ее характером А.А. Бодалев выделяет несколько моделей помощи человеку: педагогическую, диагностическую, социальную, медицинскую модель. Собственно психологическая (психотерапевтическая) модель описывается так: причины личностных проблем или неблагополучия в жизни лежат либо в неадекватном взаимодействии с самим собой и с другими людьми, либо в личностных особенностях людей по общению. Данная модель рассматривает дисгармонии в отношениях между людьми и самим собой, использует не абстрактные знания науки, а закономерности человеческого бытия. Эта модель используется прежде всего в работе психологов, психиатров, психотерапевтов. В нашей стране эта модель разрабатывалась прежде всего психиатрами и врачами-психотерапевтами. Сопоставление психологической помощи и медицинского лечения не просто аналогия. В обеих ситуациях изначально известен симптом страдания, который необходимо понять индивидуально, причем психологическая помощь не сводится к использованию здравого смысла и житейского опыта, а основывается на общих закономерностях общения и структурирования психики. Цель одна у обеих — избавление от страданий. Отличие же психологического лечения от медицинского кроется в двух основных особенностях: а) природа страданий — проблема недовольств, неудовлетворенностей — кроется не в телесных недугах, а в сфере общения, особенностях личности, в восприятии себя и ситуации и т. п.; б) природа воздействия также лежит в сфере психологических процессов — в общении, специфике взаимодействия, личностных установках общающихся. Оказание психологической помощи проводится в допущении, что клиент — здоровый человек, изначально ответственный за себя и свои поступки (А.А. Бодалев, В.В. Столин).

Основная задача психолога — вызвать переживания клиента, основанные на безоценочном отношении к психологической информации. В связи с этим Г. С. Абрамова выделяет четыре типа задач взаимодействия клиента с психологом. Во-первых, социальные задачи, когда человек оценивает свои переживания и психологическую информацию о других людях, ориентируясь на социальные критерии и нормы («правильно — неправильно»). На этом этапе требуется изменение системы оценки клиента, что позволит увидеть (клиенту) цель с другой стороны, позволит отойти от шаблонного поведения и переживания. Во-вторых, этические задачи, когда клиент формулирует свое отношение к цели взаимодействия, заранее осуществляя выбор своего отношения («хорошо — плохо»). Психологу необходимо показать ограниченность оценочной шкалы, которая не дает возможности клиенту анализировать динамичность психологической информации. В-третьих, нравственные задачи. Они связаны с ориентацией переживаний на критерии добра и зла, которые требуют осуществления выбора. Необходимо показать клиенту условность этих критериев, подвести его к осознанию нетождественности этих критериев для разных людей. В-четвертых, собственно психологические задачи. В общем виде они характеризуются тем, что клиент ставит вопрос о значении той или иной информации, когда он открыт для освоения других форм поведения. Большую часть реальных клиентов составляют люди, ориентирующиеся на социальные и этические задачи взаимодействия с психологом. Работа психолога-консультанта связана с тем, чтобы они совместно с клиентом переформулировали проблему в задачу психологическую, что позволяет действительно оказать помощь, а не ориентировать клиента в системе оценок, как в большинстве случаев предлагают сами клиенты.

*Виды психологической помощи*

Психологическая помощь может классифицироваться по разным показателям

1) по времени действия: неотложная — необходима при сложных психических состояниях, возможности суицида, случаях насилия и т. д. Это чаще всего относится к компетенции службы доверия, телефона доверия; продолжительная — полезна при возникновении трудных жизненных ситуаций, психологических кризисов, конфликтов (психологические консультации);

2) по направленности: прямая — направленная непосредственно на клиента, на его обращение за помощью; откликающаяся — ответ на сложившуюся ситуацию и обращения людей из окружения клиента; упреждающая — в ответ на прогнозируемую неблагоприятную для человека ситуацию. Часто встречается в службе семьи.

3) по пространственной организации: контактная, когда беседа происходит лицом к лицу клиента с психологом; дистантная, которая подразделяется на телефонную и письменную;

4) по выполнению функций психологом: диагностическая — постановка психологического диагноза, составление психологического портрета индивидуальности; диспетчерская — отправление к нужному специалисту: психотерапевту, психиатру и т. п , информационная — сбор информации о клиенте, его семье, окружающих людях, социальных условиях; коррекционная; консультативная; терапевтическая;

5) по количеству участников: индивидуальная (особенно когда по личностным, социальным или общественным причинам групповая форма не представляется возможной); групповая (акцент делается на развивающей, обучающей программе или при необходимости социальной поддержки);

6) по вмешательству психолога: директивная — указующая, дающая советы, как жить, недирективная — идущая за клиентом.