

88.492973

1031

**А.Ю. Качимская**

**ОСНОВНЫЕ  
НАПРАВЛЕНИЯ  
ПСИХОКОРРЕКЦИИ**

**Учебно-методическое пособие**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОСТОЧНО-СИБИРСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ  
АКАДЕМИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**

**А.Ю. Качимская**

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОКОРРЕКЦИИ**

**Учебно-методическое пособие**

**Иркутск – 2013**

Печатается по решению редакционно-издательского отдела  
ФГБОУ ВПО «ВСГАО»

УДК 371 (075)

ББК 74.04я73

К 44

Качимская А.Ю. Основные направления психокоррекции: Учебно-методическое пособие – ВСГАО, 2013, – 114 с.

ISBN 978-5-91344-607-7

Пособие «Основные направления психокоррекции» подготовлено в помощь магистрантам и студентам по вопросам организации и содержания психологической коррекции.

Пособие адресуется магистрантам и студентам педагогических вузов, школьным практическим психологам и педагогам-психологам в других образовательных учреждениях, а также всем, кого интересуют вопросы психокоррекционной деятельности, ее направлений и методов.

Рецензент:

В.В. Безденежных, кандидат психологических наук, заслуженный учитель РФ, директор МОУ гимназия № 25 г. Иркутска

ISBN 978-5-91344-607-7

© Качимская А.Ю., 2013

© ФГБОУ ВПО «Восточно-Сибирская государственная академия образования», 2013

## СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие .....	4
Раздел 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОКОРРЕКЦИИ .....	5
1.1. Методологические и теоретические основы психологической коррекции .....	5
1.2. Цель, задачи и виды психологической коррекции .....	17
Вопросы и задания для самостоятельной работы .....	31
Литература .....	32
Раздел 2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ .....	34
2.1. Психолого-педагогические цели и выбор направления коррекции .....	34
2.2. Современные методы психокоррекции .....	48
Вопросы и задания для самостоятельной работы .....	65
Литература .....	66
Раздел 3. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ...	68
3.1. Принципы составления психокоррекционных программ ..	68
3.2. Основные виды коррекционных программ .....	82
Вопросы и задания для самостоятельной работы .....	93
Литература .....	94
Приложения .....	95
Тезаурус .....	100

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Психологическая коррекция является одним из направлений деятельности практического психолога. Традиционно психокоррекция рассматривается совместно с такими направлениями как диагностика и консультирование, поскольку ни одно из направлений работы психолога не может осуществляться изолировано.

Настоящее пособие подготовлено в помощь магистрантам и студентам при освоении содержания курса «Основные направления психокоррекции» и подготовки к итоговой аттестации по данному курсу.

Целью освоения дисциплины «Основные направления психокоррекции» является формирование у обучающихся представлений об основных современных подходах к осуществлению психологической коррекции личности.

В задачи изучения дисциплины входит:

1. Формирование у обучающихся компетенций, позволяющих применять знания о приемах и принципах коррекционной деятельности психолога.
2. Формирование готовности к использованию навыков психокоррекционной работы в практической деятельности.
3. Формирование компетенций, позволяющих формировать психологическую готовность будущего специалиста к профессиональной деятельности.

В процессе подготовки данного пособия мы основывались на научных взглядах А.А. Осиповой, Г.В. Бурменской, М.М. Семаго и Н.Я. Семаго и ряда других отечественных исследователей.

В учебном пособии отражены научные знания, соответствующие современному уровню развития науки и практики психологической коррекции, раскрыты способы реализации этих знаний в практической работе педагога-психолога. Уделено внимание проблемам психологической помощи, коррекции нарушений, возможностям практической психологии содействовать полноценному развитию всех субъектов образования.

В пособии приведены задания для самостоятельной работы обучающихся, что позволяет актуализировать теоретический материал, и способствует формированию соответствующих компетенций.

## **Раздел 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПСИХОКОРРЕКЦИИ**

### **Компетенции**

Освоение материала раздела позволит Вам:

- выявлять специфику психического функционирования человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другой общности;
- диагностировать, осуществлять экспертизу и коррекцию психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп на основе инновационных разработок;
- комплексно профессионально воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний.

### **1.1. Методологические и теоретические основы психологической коррекции**

Выбор исходной теоретической позиции для оказания профессионального воздействия на внутренний мир другого человека представляет для практического психолога главный момент в решении вопроса о содержании взаимодействия с клиентом и пользователем психологической информации.

Принятие решения о психологической коррекции и путях ее осуществления определяется представлением психолога о содержании своей коррективной работы. В дальнейшем изложении материала мы будем исходить из того, что психологическая коррекция – это обоснованное воздействие психолога на дискретные характеристики внутреннего мира человека, то есть психолог имеет дело с конкретными проявлениями желаний, переживаний, познавательных процессов и действий человека. Воздействие оказывается на основании теоретического представления о норме осуществления действий, о норме содержания переживаний, о норме протекания познавательных процессов, о норме целеполагания в том или ином конкретном возрастном периоде.

Практический психолог пользуется психодиагностической информацией для сопоставления ее с теоретическими данными о закономерностях возрастного развития и составляет программу коррекционной работы с конкретным человеком или группой людей. Другими словами, психолог, занимающийся коррекцией, работает по следующей схеме:

- 1) что есть?
- 2) что должно быть?
- 3) что надо сделать, чтобы стало должное?

Основной научной категорией, направляющей решение этого вопроса, является категория нормы психического развития, которая позволяет обосновать системный переход к работе практического психолога.

Термин «психологическая коррекция» (от латинского – исправление, поправка, улучшение) первоначально возник в дефектологии и как вид психологической практики имеет длительную историю становления и развития.

И.И. Мамайчук, Е.С. Слюсарева и Г.Ю. Козловская предлагают условно выделить четыре основных периода в истории психологической коррекции [8], [19].

Первый – описательный, включающий медицинские и педагогические вопросы коррекции нарушенного развития (в основном умственной отсталости). Особо можно отметить исследования перцептивного и умственного развития детей с нарушением интеллекта Э. Сегена (1812-1880), которые послужили основой для развития психолого-педагогической диагностики и психологической коррекции аномального развития. Проанализировав существовавшие взгляды на проблему диагностики и коррекции развития умственно отсталых детей, Э. Сеген приходит к выводу, что умственно отсталые индивидуумы могут достичь определенных результатов в своем развитии, отмечает социальную, а не биологическая обусловленность психического развития умственно отсталых детей и создает первую школу для лиц с нарушениями интеллекта.

В России актуальными для данного периода являются работы П.Я. Трошина по изучению перцептивных, мнемических, мыслительных процессов у умственно отсталых детей в сравнении с их нормально развивающимися сверстниками. Важным выводом послужило определение П.Я. Трошина о том, что развитие нормальных детей и детей с нарушением ин-

теллекта идет по одним законам, разница заключается лишь в способах развития (Трошин, 1916). Это положение получило свое дальнейшее фундаментальное развитие в трудах Л.С. Выготского.

Второй период развития психологической коррекции связан с внедрением экспериментально-психологических методов и характеризуется продолжением изучения психического развития детей как с умственной отсталостью, так и с другими дефектами. Гуманистическая направленность работ Э. Сегена и П.Я. Трошина была продолжена в исследованиях М. Монтессори в виде разработки психокоррекционных методов, направленных на стимуляцию ребенка к самовоспитанию, самообучению и саморазвитию. Она указывала на необходимость создания условий для саморазвития ребенка с помощью специальных игровых материалов и умелое использование психологами и педагогами этого материала, способствующее раскрытию потенциальных возможностей развивающейся личности. Находясь под влиянием системы М. Монтессори, русские психологи успешно разрабатывали свои психокоррекционные системы: А.Н. Грабов разработал систему коррекционных занятий по развитию памяти, мышления, произвольных движений у детей с нарушениями интеллекта, В.П. Кащенко открывает первую в Москве школу для дефективных детей, издает один из первых учебников по коррекционной педагогике и психологии. Однако идеи В.П. Кащенко, изложенные в его книге «Педагогическая коррекция: исправление недостатков характера у детей и подростков: подчеркивание значения социальной среды в формировании личности детей, имеющих нарушения в развитии; принципы и методы лечебной педагогики, психотерапевтической и психологической коррекции, психологической диагностики», были надолго забыты и только в 1992 году эта книга была опубликована.

Третий этап связан с развитием теории и практики психологической коррекции в русле идей Л.С. Выготского (1896-1934), который в своих работах проанализировал существовавшие взгляды на проблему и создал общую концепцию аномального развития, наметив основные пути его коррекции.

Одним из важных положений является социальная обусловленность психического развития, которая складывается из следующих основных факторов: само действие дефекта всегда оказывается вторичным, не непо-



средственным, а отраженным (т. е. самого дефекта ребенок непосредственно не ощущает, он воспринимает те затруднения, которые проистекают из дефекта). Непосредственное следствие дефекта – снижение социальной позиции ребенка, через которую дефект влияет на развитие ребенка. Этот психологический комплекс в концепции А. Адлера (которая разрабатывалась в рамках психодинамического подхода параллельно с исследованиями отечественных психологов) носит название «чувство неполноценности», которое имеется изначально при рождении у каждого человека. Это чувство неполноценности увеличивается, если человек имеет какой-либо дефект. Дефект становится в центр внимания индивида и ощущение дефективности, по словам А. Адлера, является для индивида постоянным стимулом к развитию психики. А. Адлер вывел основной психологический закон о диалектическом превращении органической неполноценности через субъективное чувство неполноценности в психические стремления к компенсации и сверхкомпенсации. Таким образом, движущей силой развития ребенка являются социальная оценка личностью своего дефекта; отсюда, основными целями психологической коррекции являются: снижение чувства неполноценности, развитие социального интереса, коррекция целей, мотивов с перспективой изменения смысла жизни.

Идеи Л.С. Выготского о системном строении дефекта: первичные нарушения органического характера (локальные или парциальные поражения коры головного мозга, нарушения слуха, зрения и т. п.) и вторичные нарушения, возникающие в ходе социального развития ребенка – имеют определяющее значение в выборе форм, средств, методов и разработке психокоррекционных программ. Именно вторичные отклонения в значительной степени доступны психокоррекционному воздействию, поскольку их возникновение связано с действием средовых факторов развития психики. Системно-структурный подход к анализу дефекта позволяет оценить все многообразие развития детей с нарушениями и на этой основе разработать теоретически обоснованную психокоррекционную программу.

Не менее важным, как для нормального, так и для аномального развития, является выделение Л.С. Выготским зоны актуального и зоны ближайшего развития. Психологическая коррекция должна быть направлена

на формирование психологических новообразований, составляющих сущностную характеристику возраста, т.е. ориентирована на зону ближайшего развития личности и деятельности ребенка.

Психологическое содержание коррекционной работы рассматривается им как обеспечение условий для формирования высших форм психической деятельности в соответствии с базовыми законами онтогенетического развития (законом среды, законом развития высших психических функций).

В это же время развиваются психодинамические (З. Фрейд, А. Фрейд, Г. Гельмут, М. Кляйн, А. Адлер и др.), поведенческие (И.П. Павлов, Д. Вольпе, Э. Торндайк, Б. Скиннер, Д. Уотсон и др.), когнитивные (Ж. Пиаже, Д. Келли, А. Риле и др.) направления психологической коррекции.

Центральным понятием в психодинамическом направлении является понятие конфликта. В классическом психоанализе З. Фрейда конфликт между основными компонентами, входящими в структуру личности (Id, Ego, Super Ego), порождает боязнь: невротическую, реалистическую, моральную. Чувство боязни вызывает чувство вины и механизмы психологической защиты «Я» от тех переживаний, которые для человека являются неприемлемыми. Отсюда, основными целями психологической коррекции является доведение до сознания ребенка конфликтной ситуации, связанной с неприемлемыми бессознательными влечениями. Основные базисные техники психоанализа: метод свободных ассоциаций, интерпретация сновидений, анализ сопротивления, анализ переноса - оказались недостаточно эффективными в психокоррекционной практике с детьми дошкольного возраста, что послужило толчком к поиску новых путей создания психокоррекционных методик и процедур. В результате были разработаны игровая терапия (А. Фрейд, М. Кляйн, Г. Гельмут), арттерапия (М. Наумбург) и библиотерапия, которые в дальнейшем получили свое развитие в рамках гуманистически ориентированного подхода: клиент-центрированного подхода (К. Роджерс, В. Экслейн), терапии отреагирования (Д. Леви), терапии построения отношений (Д. Тафт и Ф. Аллен), которые выделились в самостоятельные направления.

Особое значение в психологической коррекции детей с отклонениями в развитии имеет клиент-центрированный подход, разработанный К.

Роджерсом, в котором делается акцент не на интеллектуальном или обучающем воздействии, а на помогающих отношениях, которые создаются психологом: «если я могу создать определенный тип отношений с другим человеком, он обнаружит в себе способность использовать эти отношения для своего развития, что вызовет изменение и развитие его личности» [15, с. 74].

В теории К. Роджерса делается акцент на позитивную природу человека, свойственное ему врожденное стремление к самоактуализации: «Это стремление, которое присутствует во всей органической и человеческой жизни, – распространяться, расширяться, становиться независимым, развиваться, зреть – тенденция выражать и задействовать все возможности организма до такой степени, что такая активность усиливает организм или «Я». Это стремление может быть наглухо закрыто слоями ржавых психологических защит, оно может быть скрыто за замысловатыми фасадами, отрицающими его существование, но я верю, что оно существует в каждом человеке и ожидает соответствующих условий, чтобы освободиться и проявить себя», [15, с. 75]. Отсюда, перед психологом стоит задача устранения эмоциональных блоков или препятствий на пути самореализации и самоактуализации, и главной профессиональной обязанностью психолога является создание соответствующего психологического климата, в котором клиент мог бы отказаться от защитных механизмов. В подходящем психологическом климате тенденция к самоактуализации высвобождается и становится не потенциальной, а актуальной.

Поведенческое направление развивалось на основе классических теорий условных рефлексов И.П. Павлова и С. Халла, разработанных в дальнейшем в работах Д. Вольпе и А. Лазаруса; теории оперантного научения Э. Торндайка и Б. Скиннера, мультимодального программирования, теории когнитивного научения (А. Бандура, Т. Нейланс, Д. Роттер и др.). Анализ данных теорий позволяет отметить усложнение базовых теоретических моделей поведения, лежащих в основе психокоррекционной практики: от организации управлением внешним поведением посредством предъявления и подкрепления стимулами, вызывающими определенную реакцию, до включения в концептуальную модель поведения внутренних детерминант – когнитивных процессов. В данном направлении понятие

личности применяется относительно к ее поведению, отсюда, воздействия психолога направлены на реальное поведение человека в реальном мире.

Когнитивная психокоррекция (Ж. Пиаже, Д. Келли, А. Риле) основное внимание уделяет познавательным структурам психики, делая упор на личность, личностные конструкты. Психокоррекционные технологии, разработанные в рамках данного направления, направлены не только на преодоление нарушений собственно познавательной сферы, но и на проблемы затрудненного общения, внутриличностных конфликтов. Основная задача – изменение восприятия себя и окружающей действительности, научение новым способам мышления.

Четвертый этап развития теории и практики психологической коррекции (с 1960-х годов) в нашей стране связан с интенсивным формированием практической психологии (Г.С. Абрамова, Г.В. Бурменская, О.А. Карabanова, А.Г. Лидерс, Р.Р. Немов, О.В. Овчарова, А.А. Осипова и др.). Разрабатываются и внедряются в практику программы психологической помощи детям с нарушением интеллекта (О.В. Гаврилушкина, И.А. Грошенков, О.В. Боровик, С.М. Миловская, И.В. Евтушенко), детям с детским церебральным параличом (Ипполитова, Г. В. Кузнецова, Мастюкова, Симонова, Давыдова, И.И. Мамайчук и др), детям, страдающим ранним детским аутизмом (О.С. Никольская, В.В. Лебединский), детям с задержкой психического развития (Е.А. Медведева, С.Г. Шевченко), детям с эмоциональными нарушениями и нарушениями поведения (А.И. Захаров, А.С. Спиваковская). Развиваются теоретические и методологические основы артпедагогики и арттерапии в специальном образовании (Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская). Разрабатываются и адаптируются специальные развивающие, обучающие, коррекционные технологии: нейропсихологические технологии (М.М. Семаго, Н.Я. Семаго), компьютерные технологии (Л.В. Тхоржевская), технологии, направленные на коррекцию нарушений психического развития при разных типах дизонтогенеза (И.И. Мамайчук).

Таким образом, основой создания особой практики прикладной детской психологии – практики психокоррекционной работы – являются идеи гуманистической философии, достижения педагогической науки и практики и прогресс в развитии самой психологии (О.А. Карabanова).

По мере становления практической психологии понятие психологическая коррекция, которое первоначально возникло в дефектологии, распространилось и на область условно-нормативного развития, в связи с чем произошли изменения характера задач и направлений коррекционных воздействий: от исправления и компенсации вторичных дефектов при нарушенном развитии до создания оптимальных возможностей и условий для психического развития здорового ребенка.

Именно тогда и возникла проблема разграничения понятий: психокоррекция, психотерапия, интервенция, вмешательство и т. п. – семантически объединенных понятием *воздействие*.

Эффектом психологического взаимодействия и воздействия является изменение субъективных характеристик человека (потребностей, установок, отношений, способностей, деятельности, поведения и т. п.) в результате взаимодействия этого человека с другим или коммуницирующей с ним системой.

Подчеркивая специфику психокоррекционного воздействия, специалисты склонны отграничивать его от развивающего и психотерапевтического процесса.

Достаточно дискуссионным и по настоящее время является вопрос о разделении двух сфер психологической помощи – психологической коррекции и психотерапии. Как в психокоррекции, так и в психотерапии предъявляются сходные требования к личности клиента и специалиста, оказывающего помощь; к уровню его профессиональной подготовки, квалификации и профессиональным навыкам; используются одинаковые процедуры и методы; предъявляются одинаковые требования; помощь оказывается в результате специфического взаимодействия между клиентом и специалистом.

По мнению Ю.Е. Алешиной, различие терминов «психокоррекция» и «психотерапия» возникло не в связи с особенностями работы, а с укоренившимся мнением, что психотерапией могут заниматься люди, имеющие специальное медицинское образование. Кроме того, термин «психотерапия» является международным и во многих странах мира однозначно используется по отношению к методам работы, осуществляемым профессиональными психологами. Существуют определенные трудности в раз-

граничении на практике понятий «психологическая коррекция» и «психотерапия».

Термин «коррекция» буквально означает «исправление», таким образом, *психологическая коррекция* – это система мероприятий, направленных на исправление недостатков развития или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия.

И.В. Дубровина рассматривает психокоррекцию как форму психолого-педагогической деятельности, направленную на исправление таких тенденций психического развития, которые не соответствуют гипотетической оптимальной модели нормального развития [5].

Психокоррекции подлежат недостатки, не имеющие органической основы и не представляющие собой такие устойчивые качества, которые формируются довольно рано и в дальнейшем практически не изменяются.

Выделяют специфические черты психокоррекционного процесса, отличающие его от психотерапии:

1. Психокоррекция ориентирована на клинически здоровую личность людей, имеющих в повседневной жизни психологические трудности, проблемы, жалобы невротического характера, а также на людей, чувствующих себя хорошо, однако желающих изменить свою жизнь либо ставящих перед собой цель развития личности.

2. Коррекция ориентируется на здоровые стороны личности независимо от степени нарушения.

3. В психокоррекции чаще ориентируются на настоящее и будущее клиентов.

4. Психокоррекция обычно ориентируется на среднесрочную помощь (в отличие от краткосрочной – до 15 встреч – помощи при консультировании и долгосрочной – до нескольких лет – помощи при психотерапии).

5. В психокоррекции акцентируется ценностный вклад психолога, хотя отклоняется навязывание определенных ценностей клиенту.

6. Психокоррекционные воздействия направлены на изменение поведения и развитие личности клиента.

Основное отличие психокоррекции от воздействий, направленных на психологическое развитие человека, заключается в том, что психокоррекция имеет дело с уже сформированными качествами личности или видами

поведения и направлена на их переделку, в то время как основная задача развития состоит в том, чтобы при отсутствии или недостаточном развитии сформировать у человека нужные психологические качества.

Различие между психотерапией и психокоррекцией заключается в том, что психотерапия имеет дело с различного рода нарушениями у людей, страдающих различными видами соматических или психических заболеваний (расстройств). Многие аномалии психики и поведения людей, которые проявляются в заболеваниях, похожи на те, с которыми имеет дело психолог, занимающийся психокоррекцией. Однако людей, обращающихся за помощью к психотерапевту, обычно называют больными или пациентами, а тех, кто нуждается только в коррекционной помощи, именуют клиентами.

*Клиент* – это нормальный, физически и психически здоровый человек, у которого в жизни возникли проблемы психологического или поведенческого характера. Он не способен самостоятельно разрешить их и поэтому нуждается в посторонней помощи.

Несмотря на выделенные различия, общей стратегией психологического воздействия, как в психотерапии, так и в психологической коррекции, является развивающая стратегия, психологическим условием которой является диалог.

Центральным и определяющим моментом, таким образом, выступает общение психолога с клиентом, в котором В.Н. Мясищев выделял три теснейшим образом взаимосвязанных компонента: психическое отражение участниками взаимодействия друг друга (взаимопонимание), их отношение друг к другу (поведенческий компонент), формы речевого и неречевого поведения, вытекающие из определенного понимания человека человеком.

А.С. Спиваковская разделяет все психотехнические действия, применяемые в процессе психологической коррекции на три группы: основную, которая отвечает за организацию общения, деятельности, мировоззренческую и специальную, теснейшим образом связанные с формированием отношений доверия, атмосферы комфорта.

Сходную точку зрения мы находим в «Словаре практического психолога» под редакцией С.Ю. Головина: «психотерапия близка к коррекции психологической (психокоррекции) и выступает, по сути, особой ее ча-

стью, связанной с лечением нарушенного поведения при помощи психологических приемов. Чаще всего обращена к личностным проблемам, ставящим человека на грань психических нарушений или даже переводящим за эту грань, с чем связаны тягостные переживания, нарушения социального поведения, изменения сознания и самосознания... Способствует повышению компетентности клиента в отношениях межличностных, совершенствованию его способности к самопознанию и саморегуляции».

В зарубежной психологии аналогом понятия «коррекция» выступает понятие «интервенция», содержание которого обосновано теоретическими представлениями о природе онтогенетического развития как процесса, обусловленного взаимодействием наследственности, среды и проявления активности самой личности. В наиболее широком смысле *интервенция* понимается как систематическое вмешательство в процесс развития с целью влияния на него. Направленная интервенция, таким образом, рассматривается как система плановых (и неплановых) воздействий с целью внесения определенных изменений в проблемные компоненты системы – личность, среду, либо их взаимодействие.

Психологическое содержание интервенции уточняется в гуманистически ориентированном подходе, где в центре внимания оказывается система отношений «ребенок – взрослый» и коммуникация в этой системе. Здесь интервенция рассматривается как вмешательство в «естественную» ситуацию развития ребенка для устранения барьеров в коммуникации, смысловой интеракции и взаимопонимании друг друга. По мнению Д. Брунера, интервенция отражает теоретические представления о том, какими средствами обеспечиваются процессы роста и развития ребенка, содержание ее программ, как правило, замыкается в пределах манипулирования факторами и условиями развития ребенка, не затрагивая вопросы об организации его деятельности. Поэтому, хотя использование интервенции в определенной мере и приближается к формирующей стратегии, различия в понимании самого содержания развития не позволяют в полной мере реализовать принцип управления и планомерного формирования психической деятельности (П.Я. Гальперин), а значит, и подняться на качественно иную ступень в познании механизмов и закономерностей развития.

Однако специальное значение интервенции как вида психологической практики в контексте оптимизации психического развития ребенка



фактически совпадает со значением термина «коррекция». Основное различие этих понятий связано с акцентированием различных сторон психологического воздействия: интервенция акцентирует момент вторжения, вмешательства в ход развития, понимаемый как естественный, а коррекция подчеркивает целевой аспект психологического воздействия – преодоление отклонений в развитии и обеспечение достижения уровня возрастных норм развития (Г.В. Бурменская, О.А. Карабанова и др.).

Основным отличием психокоррекционных воздействий от развивающих в том, что психокоррекция имеет дело с уже сформированными чертами и направлена на их исправление, тогда как задача развития – сформировать отсутствующие или недостаточно развитые психологические качества (А.А. Осипова).

Таким образом, можно резюмировать, что в настоящее время не сложилось единого мнения относительно терминологии, отражающей сущность понятия «психологическая коррекция». Существует ряд определений данного понятия:

а) психологическая коррекция – это обоснованное воздействие психолога на дискретные характеристики внутреннего мира человека (Г.С. Абрамова);

б) деятельность психолога по исправлению особенностей психического развития, не соответствующих оптимальной модели, которая отражает возрастную норму и обуславливается индивидуальными возможностями ребенка (Р.В. Овчарова);

в) оказание психологической помощи клиентам, нуждающимся в устранении психической дисгармонии, нарушении стройного сочетания психических функций, утраты их наилучшего взаимного соответствия (Е. Трифонов);

г) система мероприятий, направленных на исправление недостатков психологии и поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия (А.А. Осипова);

д) организованное воздействие на клиента с целью изменения показателей его активности в соответствии с возрастной нормой психического развития (психологический словарь);

е) способ психологического воздействия на развитие ребенка на основе создания оптимальных возможностей и условий для его личностного

и интеллектуального роста (Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карабанова, А.Г. Лидерс).

Мы согласны с мнением И. И. Мамайчук, Е.С. Слюсаревой и Г.Ю. Козловской о том, что необходимо дифференцировать психологическую коррекцию нормального развития, цель которой – способствовать полноценному психическому и личностному развитию ребенка, и коррекцию аномального развития, которая при каждом варианте аномального развития имеет свою цель, задачи и методы коррекции. Соответственно, коррекция нормального развития осуществляется психологом, а вторая – дефектологом, специальным психологом и требует соответствующей подготовки специалиста.

## **1.2. Цель, задачи и виды психологической коррекции**

В нормальном ходе развития нередко встречаются различные расстройства, нарушения, отклонения. Понятие нормального детства не подразумевает какого-то стерильного, «правильного», беспроблемного развития ребенка. Здесь также имеются самые разнообразные затруднения и проблемы развития как распространенные, типичные, так и сугубо индивидуальные.

Расширение сферы психолого-педагогической коррекции обусловлено новыми задачами образования, связанными с усилением инновационных педагогических процессов, стремлением к максимальному развитию интеллектуального творческого потенциала у детей, жестким отбором в первые классы школы.

Д.Б. Эльконин подчеркивал, что «процесс развития есть, в известном смысле, необратимый процесс, здесь невозможны «рекламации» – нельзя вернуть юношу в школу для «доделки», «доразвития»» (Д.Б. Эльконин). Поэтому так важно заметить начальные формы отступления от хода нормального развития ребенка. Контроль динамики психического развития детей, обучающихся и воспитывающихся в учебно-воспитательных учреждениях, позволяет своевременно прибегнуть к коррекции развития с целью создания оптимальных возможностей и условий для подтягивания слабых и средних учащихся до уровня сильных, наиболее развитых, а также для дальнейшего развития учащихся, обнаруживающих особые способности.

При определении целей и задач коррекции необходимо исходить из понимания той уникальной роли, которую играет данный конкретный период возрастного развития, ставить задачу, адекватную потенциалу развития на данном этапе онтогенеза, ценности данного возраста в целостном поступательном процессе становления личности. Реализация потенциальных возможностей каждой возрастной стадии развития является основной формой профилактики возникновения отклонений или недостатков в развитии на последующих возрастных ступенях.

Л.С. Выготский считал, что в качестве основного содержания коррекционной работы необходимо создание зоны ближайшего развития личности и деятельности ребенка. Поэтому психолого-педагогическая коррекция должна строиться как целенаправленное формирование психологических новообразований, составляющих сущностную характеристику возраста. Упражнение и тренировка уже имеющихся у ребенка психологических способностей не делает коррекционную работу эффективной, так как обучение в этом случае лишь следует за развитием, совершенствуя способности в чисто количественном направлении, не поднимая их на более перспективный качественный уровень.

В педагогической практике получил распространение тезис о необходимости учитывать возрастные особенности детей в процессе их воспитания и обучения. Однако с точки зрения полноценного психического развития ребенка задача должна быть поставлена более сложная – способствовать тому, чтобы возрастные особенности (точнее, возрастные психологические новообразования) не просто учитывались в педагогическом процессе, но и активно формировались, создавая тем самым надежный фундамент для реализации творческих потенциалов возраста. Специфику коррекции психического развития как раз и определяет ее активно формирующая функция, предполагающая активное влияние на генезис и становление психологических новообразований.

Когда своевременно не реализуются возрастные и индивидуальные возможности, не создаются условия для формирования возрастных новообразований и ярких индивидуальных особенностей у всех детей, находящихся на данном этапе онтогенеза, на последующем возрастном этапе возникает необходимость в коррекционной или дополнительной развивающей работе. Можно сказать, что коррекция психического развития ре-

бенка не является обязательной задачей психолого-педагогической деятельности взрослых. Обязательная задача – полноценное психическое и личностное развитие детей. Но если взрослые с этой задачей не справляются (в силу ли непонимания индивидуальных особенностей ребенка или в силу неумения создать условия его жизни и деятельности, адекватные возрастным потребностям в развитии), задача коррекционной работы с ребенком становится актуальной.

Итак, основная цель коррекционной работы в пространстве нормального детства – способствовать полноценному психическому и личностному развитию ребенка.

Основная задача – психолого-педагогическая коррекция отклонений в психическом развитии ребенка (интеллектуальном, эмоциональном, мотивационном, поведенческом, волевом, двигательном и пр.) на основе создания оптимальных психолого-педагогических условий для развития творческого потенциала личности каждого ребенка.

Цель и задача коррекционной работы четко очерчивают принципиальную психолого-педагогическую позицию по отношению к детям: не ребенка подгонять, корректировать под ту или иную образовательную систему, а саму эту образовательную систему корректировать в том направлении, чтобы она обеспечивала достаточно высокий уровень развития, воспитания и обучения всех детей.

Основные принципы психокоррекционной работы в нашей стране основаны на разрабатываемых в отечественной психологии фундаментальных положениях о том, что личность – это целостная психологическая структура, которая формируется в процессе жизни человека на основе усвоения им общественных форм сознания и поведения (Б.Г. Ананьев, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Д.Б. Эльконин и др.). Психическое развитие и формирование личности ребенка возможны только в общении со взрослыми и происходят прежде всего в той деятельности, которая на данном этапе онтогенеза является ведущей (в дошкольном детстве – игра, в младшем школьном детстве – учебная деятельность и т.д.). При наличии определенных, строго продуманных условий все здоровые дети обладают способностью к развитию. И воспитатель, и учитель не имеют оснований объяснять неудачи своих воспитанников или учеников их плохим умст-

венным развитием, отсутствием у них способностей, так как развитие детей само в значительной степени определяется обучением, воспитанием, общением, зависит от особенностей организации этих процессов.

В качестве основных условий развития можно назвать следующие.

1. Максимальная реализация в работе педагогического коллектива с учащимися возрастных возможностей и резервов с опорой на сензитивность того или иного возрастного периода, на зону ближайшего развития и пр.

2. Развитие в учебно-воспитательном процессе индивидуальных особенностей учащихся внутри каждого возрастного периода – интересов, склонностей, самосознания (самооценки, полового самосознания и пр.), направленности, ценностных ориентации, жизненных планов и др.

3. Создание в школе благоприятного для развития детей психологического климата, который определяется прежде всего продуктивным общением, взаимодействием ребенка и учителей, ребенка и сверстников.

Несоблюдение перечисленных условий психического и личностного развития детей в образовательном процессе ведет к формированию у них негативного отношения к школе, к учению, неадекватного отношения к самим себе, к окружающим людям. Эффективное обучение и прогрессивное развитие личности в таких условиях невозможны. Требуется коррекция этих условий.

На основании сказанного можно сформулировать основные принципы (или исходные положения) психологической коррекции.

Принцип первый – единство коррекции и развития. Это значит, что решение о необходимости коррекционной работы принимается только на основе психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития ребенка.

Принцип второй – единство возрастного и индивидуального в развитии. Это означает индивидуальный подход к ребенку в контексте его возрастного развития. Коррекционная работа предполагает знание основных закономерностей психического развития, понимание значений последовательных возрастных стадий для формирования личности ребенка. Существуют возрастные ориентиры нормального развития. Под *нормальным развитием* понимают гармоничное психическое развитие, соответствующее возрасту. Такая ориентировочная возрастная норма в значительной

степени обусловлена культурным уровнем и социально-историческими требованиями общества. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития. Понятие «психологический возраст» было введено Л.С. Выготским. Это «тот новый тип строения личности, ее деятельности, те психические и социальные изменения, которые в самом главном и основном определяют сознание ребенка, его отношения к среде, его внутреннюю и внешнюю жизнь, весь ход развития в данный период».

Таким образом, при оценке соответствия уровня развития ребенка возрастной норме и формулировании целей коррекции необходимо учитывать следующие характеристики:

1) особенности социальной ситуации развития (например, изменение типа образовательного или воспитательного учреждения, круга общения ребенка, включая сверстников, взрослых, семейное окружение и т.д.);

2) уровень сформированности психологических новообразований на данном этапе возрастного развития;

3) уровень развития ведущей деятельности ребенка, ее оптимизация.

Кроме понятия «возрастная норма» психологу приходится встречаться с понятием «индивидуальная норма», которая позволяет наметить в пределах возрастной нормы развития программу оптимизации развития для каждого конкретного клиента с учетом его индивидуальности и самостоятельного пути развития.

Принцип третий – единство диагностики и коррекции развития. Принцип отражает целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида практической деятельности психолога. Задачи коррекционной работы могут быть поняты и поставлены только на основе полной диагностики и оценки ближайшего вероятностного прогноза развития, который определяется исходя из зоны ближайшего развития ребенка. Коррекция и развитие взаимообусловлены. Деятельность, направленную на решение задач психологической коррекции, можно назвать диагностико-коррекционной или диагностико-развивающей работой. Подробно рассмотренный в трудах Д.Б. Эльконина, И.В. Дубровиной и др., этот принцип является основополагающим всей коррекционной работы, так как эффективность коррекционной работы на 90% зависит от комплексности, тщательности и глубины предшествующей диагностической работы.

Названный принцип реализуется в двух аспектах.

Во-первых, началу осуществления коррекционной работы обязательно должен предшествовать этап прицельного комплексного диагностического обследования, на его основании составляется первичное заключение и формулируются цели и задачи коррекционно-развивающей работы. Эффективная коррекционная работа может быть построена лишь на основе предварительного тщательного психологического обследования. В то же время «самые точные, глубокие диагностические данные бессмысленны, если они не сопровождаются продуманной системой психолого-педагогических коррекционных мероприятий» (Д.Б. Эльконин, 1989).

Во-вторых, реализация коррекционно-развивающей деятельности психолога требует постоянного контроля динамики изменений личности, поведения, деятельности, динамики эмоциональных состояний клиента, его чувств и переживаний в процессе коррекционной работы. Такой контроль позволяет внести необходимые коррективы в задачи самой программы, вовремя изменить и дополнить методы и средства психологического воздействия на клиента. Таким образом, контроль динамики хода эффективности коррекции, в свою очередь, требует осуществления диагностических процедур, пронизывающих весь процесс коррекционной работы и предоставляющих психологу необходимую информацию и обратную связь.

Принцип четвертый – деятельностный принцип осуществления коррекции. Данный принцип определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, выбор средств и способов достижения цели, тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей. Деятельностный принцип основан на признании того, что именно активная деятельность самого ребенка является движущей силой развития, что на каждом этапе существует так называемая ведущая деятельность, в наибольшей степени способствующая развитию ребенка в данном периоде онтогенеза, что развитие любой человеческой деятельности (в нашем случае игры и учения) требует специального формирования (А.Н. Леонтьев, П.Я. Гальперин, С.Л. Рубинштейн и др.). Суть его заключается в том, что генеральным способом коррекционно-развивающего воздействия является организация активной деятельности клиента, в ходе реализа-

ции которой создаются условия для ориентировки в трудных, конфликтных ситуациях, организуется необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии личности. Коррекционное воздействие всегда осуществляется в контексте той или иной деятельности, являясь средством, ориентирующим активность.

Согласно данному принципу основным направлением коррекционной работы является целенаправленное формирование обобщенных способов ориентировки клиента в различных сферах предметной деятельности, межличностных взаимодействий, в конечном счете в социальной ситуации развития. Сама коррекционная работа строится не как простая тренировка навыков и умений, а как целостная осмысленная деятельность, естественно и органически вписывающаяся в систему повседневных жизненных отношений клиента.

Особенно широко в коррекционной работе с детьми используется понятие «ведущая деятельность». В дошкольном и младшем школьном возрасте такой ведущей деятельностью является игра в различных ее разновидностях, в подростковом возрасте – общение и различного рода совместная взаимодействие.

Деятельностный принцип коррекции: во-первых, определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, а во-вторых, задает способы коррекционной работы через организацию соответствующих видов деятельности путем формирования обобщенных способов ориентировки.

Отсюда принцип пятый – подход в коррекционной работе к каждому ребенку как к неповторимому. Этот принцип означает, что дети, с которыми проводится психокоррекционная работа, не должны восприниматься как дети «второго» сорта. Они требуют не снисходительности, не жалости, не снижения общего уровня обучения, а коррекции своего развития до оптимальной нормы.

Кроме указанных основных принципов психокоррекционной работы в литературе упоминается о:

Принципе коррекции «сверху вниз». Данный принцип, выдвинутый Л.С. Выготским, раскрывает направленность коррекционной работы. В центре внимания психолога стоит завтрашний день развития, а основным содержанием коррекционной деятельности является создание «зоны ближайшего развития» для клиента (у Л.С. Выготского такими клиентами вы-



ступали дети). Коррекция по принципу «сверху вниз» носит опережающий характер и строится как психологическая деятельность, нацеленная на своевременное формирование психологических новообразований.

Принципе коррекции «снизу вверх». При реализации этого принципа в качестве основного содержания коррекционной работы рассматриваются упражнения и тренировка уже имеющихся психологических способностей. Этот принцип реализуется в основном сторонниками поведенческого подхода. В их понимании коррекция поведения должна строиться как подкрепление (положительное или отрицательное) уже имеющихся шаблонов поведения с целью закрепления социально-желательного поведения и торможения социально-нежелательного поведения.

Таким образом, главной задачей коррекции «снизу вверх» становится вызывание любыми способами заданной модели поведения и ее немедленное подкрепление. В центре коррекции – наличный уровень психического развития, понимаемого как процесс усложнения, модификации поведения, комбинации реакций из уже имеющегося поведенческого репертуара.

Принципе системности развития психологической деятельности. Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач. Системность этих задач отражает взаимосвязанность различных сторон личности и гетерохронность (т.е. неравномерность) их развития. В силу системности строения психики, сознания и деятельности личности все аспекты ее развития взаимосвязаны и взаимообусловлены. При определении целей и задач коррекционно-развивающей деятельности нельзя ограничиваться лишь актуальными на сегодняшний день проблемами, а необходимо исходить из ближайшего прогноза развития. Вовремя принятые превентивные меры позволяют избежать различного рода отклонений в развитии, а тем самым необходимости развертывания в целом системы специальных коррекционных мероприятий.

Реализация принципа системности развития в коррекционной работе обеспечивает направленность на устранение причин и источников отклонения в психическом развитии. Успех такого пути коррекции базируется на результатах диагностического обследования, итогом которого стано-

вится представление системы причинно-следственных связей и иерархии отношений между симптомами и их причинами.

При определении стратегии коррекционной работы принцип системности развития оказывается тесно связанным с принципом коррекции «сверху вниз»: системность анализа актуального уровня развития, достигнутого ребенком к моменту обследования, осуществляется с точки зрения центральной линии развития, сложившейся иерархии форм психической деятельности на каждом возрастном этапе, определяющей зону ближайшего развития и перспективы.

Психокоррекционные мероприятия направлены на исправление отклонений и дефицитарностей в развитии. В связи с этим в практике коррекционной работы выделяют различные модели объяснения причин трудностей в развитии.

Биологическая модель – объясняет этиологию отклонений в развитии снижением темпа органического созревания.

Медицинская модель – выносит проблемы, трудности и отклонения в развитии в область аномального развития.

Интеракционистская модель – подчеркивает значения сбоя и нарушений взаимодействия между личностью и средой для возникновения проблем развития и, в частности, вследствие дефицитарности среды, сенсорной и социальной депривации ребенка.

Педагогическая модель – усматривает причины отклонений в явлениях социальной и педагогической запущенности ребенка.

Деятельностная модель – ставит во главу угла несформированность ведущего типа деятельности и других, типичных для данной возрастной стадии видов деятельности.

Постановка целей коррекционной работы прямо связана с теоретической моделью психического развития и определяется ею.

В отечественной психологии цели коррекционной работы определяются пониманием закономерностей психического развития ребенка как активного деятельностного процесса, реализуемого в сотрудничестве со взрослым. На этом основании выделяют три основных направления и области постановки коррекционных целей:

1. Оптимизация социальной ситуации развития.
2. Развитие видов деятельности ребенка.

### 3. Формирование возрастно-психологических новообразований.

В зарубежной психологии причины трудностей развития ребенка усматриваются либо в нарушении внутренних структур личности (З. Фрейд, М. Клайн и др.), либо в дефицитарной или искаженной среде или объединяют эти точки зрения. А отсюда цели воздействия понимаются либо как восстановление целостности личности и баланса психодинамических сил, либо как модификация поведения ребенка за счет обогащения и изменения среды и научения его новым формам поведения.

Выбор методов и техник коррекционной работы, определение критериев оценки ее успешности в конечном счете будут определяться ее целями.

При конкретизации целей коррекции необходимо руководствоваться следующими правилами:

1. Цели коррекции должны формулироваться в позитивной, а не в негативной форме. Определение целей коррекции не должно начинаться со слова «не», не должно носить запретительного характера, ограничивающего возможности личностного развития и проявления инициативы клиента.

Негативная форма определения целей коррекции представляет собой описание поведения деятельности, личностных особенностей, которые должны быть устранены, описание того, чего не должно быть.

Позитивная форма представления коррекционных целей, напротив, включает описание тех форм поведения, деятельности, структур личности и познавательных способностей, которые должны быть сформированы у клиента. Позитивная форма определения целей коррекции содержательно задает ориентиры для точек роста индивида, раскрывает поле для продуктивного самовыражения личности и тем самым создает условия для постановки личностью в дальнейшей перспективе целей саморазвития.

2. Цели коррекции должны быть реалистичны и соотнесены с продолжительностью коррекционной работы и возможностями переноса клиентом нового позитивного опыта и усвоенных на коррекционных занятиях способов действий в реальную практику жизненных отношений. Если цели далеки от реальности, то психокоррекционная программа являет собой большее зло, чем ее отсутствие, так как опасность состоит в том, что соз-

дается впечатление, что делается что-то полезное, и поэтому заменяет собой более существенные усилия.

3. При постановке общих целей коррекции необходимо учитывать дальнюю и ближайшую перспективу развития личности и планировать как конкретные показатели личностного и интеллектуального развития клиента к окончанию коррекционной программы, так и возможности отражения этих показателей в особенностях деятельности и общения клиента на последующих стадиях его развития.

4. Нужно помнить, что эффекты коррекционной работы проявляются на протяжении достаточно длительного временного интервала: в процессе коррекционной работы; к моменту ее завершения; и, наконец, примерно полгода спустя можно окончательно говорить о закреплении или об утере клиентом позитивных эффектов коррекционной работы.

Несмотря на различие в теориях, целях, процедурах и формах коррекционной работы, психологическое воздействие сводится к тому, что один человек пытается помочь другому.

Психокоррекционная ситуация включает в себя пять основных компонентов:

Человек, который имеет ряд проблем различного рода и нуждается в психологической помощи, в психокоррекции – это *клиент*.

Человек, который помогает и благодаря обучению или опыту воспринимается как способный оказать помощь – это психолог, *психокорректор*.

*Теория*, которая используется для объяснения проблемы клиента. Психологическая теория включает в себя психодинамику, принципы научения и другие психические факторы.

*Набор процедур (техник, методов)*, используемых для решения проблем клиента. Эти процедуры непосредственно связаны с теорией.

*Специальные социальные отношения* между клиентом и психологом, которые помогают облегчить проблемы клиента.

Психолог должен стремиться к созданию такой атмосферы, которая позволяет клиенту с оптимизмом смотреть на решение своих проблем. Такое специальное отношение является фактором, характерным для всех форм воздействия.

Кроме указанных общепсихологических оснований, психолог, занимающийся коррекцией, должен решить для себя на основе этического профессионального кодекса вопрос о мере воздействия на другого человека. Он имеет дело с нормальным, здоровым человеком, который нуждается в совершенствовании характеристик своего внутреннего мира. Кто отвечает за результат коррекции? Каковы возможные пути их достижения?

Коррекция осуществляется с преимущественной ориентацией на собственные резервы клиента. Для этого их надо знать. И это знание дает возрастная психология, описывающая закономерность и механизмы психического развития человека.

При осуществлении психологической коррекции большое внимание уделяется именно дискретным характеристикам внутреннего мира человека. Важен факт несовпадения личностных показателей развития и показателей общего психического развития, который позволяет осуществить психологу профессионально ориентированную рефлексивную рефлексию на содержание взаимодействия с клиентом, обосновать для него свои профессиональные возможности и ограничения.

Понятие об основных психических новообразованиях, которое существует в отечественной психологии, позволяет рассматривать их в качестве теоретических обобщений, необходимых для решения вопроса о резервах развития человека.

Среди этих психических новообразований есть те, которые отражают общее психическое развитие (произвольность, внутренний план действий, рефлексия, интеллектуализация психической активности и др.), и те, которые отражают личностное развитие человека (в первую очередь, самосознание, жизненные цели и перспективы, мировоззрение). Возможность работы с этими показателями в коррекционной работе основывается на понимании их происхождения, понятия о ведущей деятельности, о социальной ситуации развития, о кризисах развития, может быть одной из теоретических, методических основ для организации психологической коррекции.

Важным является понятие и о «зоне ближайшего развития» (Л.С. Выготский), которое позволяет анализировать содержание задач во взаимодействии людей разного возраста.

Каждый практический психолог создает аксиоматику в подходе к профессиональной деятельности, Важно, чтобы она была отрефлексирована им в виде обобщенной теории, а значит, доступна для обсуждения и оценки коллегами.

Различаю следующие виды психологической коррекции (А.А. Осипова):

1. По характеру направленности: симптоматическая (направленная на устранение симптомов), каузальная (направлена на источники и причины отклонений).

*Симптоматическая коррекция* (коррекция симптомов), как правило, предполагает кратковременное воздействие с целью снятия острых симптомов отклонений в развитии, которые мешают перейти к коррекции каузального типа.

*Каузальная* (причинная) коррекция направлена на источники и причины отклонений. Данный вид коррекции более длителен по времени, требует значительных усилий, однако более эффективен по сравнению с симптоматической коррекцией, так как одни и те же симптомы отклонений могут иметь совершенно разную природу, причины и психологическую структуру нарушений.

2. По содержанию:

- коррекция познавательной сферы;
- личности;
- аффективно-волевой сферы;
- поведенческих аспектов;
- межличностных отношений: внутригрупповых взаимоотношений (семейных, супружеских, коллективных) и детско-родительских отношений.

3. По форме работы: индивидуальная, групповая (в закрытой естественной группе, в открытой группе для клиентов со сходными проблемами), смешанная (индивидуально-групповая).

4. По наличию программ: программированная, импровизированная.

5. По характеру управления корригирующими воздействиями: директивная, недирективная.

6. По продолжительности: сверхкороткая (направлена на разрешение актуальных изолированных проблем и конфликтов), короткая (применяет-

ся для решения актуальной проблемы, «запуская» процесс изменения), длительная (прорабатывается личностное содержание проблем), сверхдлительная (для работы над проблемой затрагивается сознательное и бессознательное).

*Сверхкороткая психокоррекция* длится минуты или часы и направлена на разрешение актуальных изолированных проблем и конфликтов. Ее эффект может быть нестойким.

*Короткая психокоррекция* длится несколько часов и дней. Применяется для решения актуальной проблемы, как бы «запускает» процесс изменения, который продолжается и после завершения встреч.

*Длительная психокоррекция* продолжается месяцы, в центре внимания – личностное содержание проблем. Во время коррекции прорабатывается множество деталей, эффект развивается медленно и носит стойкий характер.

*Сверхдлительная психокоррекция* может продолжаться годы и затрагивает сферы сознательного и бессознательного. Много времени уделяется достижению понимания сути переживаний. Эффект развивается постепенно, носит длительный характер.

7. По масштабу решаемых задач: общая, частная, специальная.

Под *общей коррекцией* подразумеваются мероприятия общекоррекционного порядка, нормализующие специальную микросреду клиента, регулирующие психофизическую, эмоциональную нагрузки в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями, оптимизирующими процессы созревания психических свойств у личности, что само по себе может способствовать ликвидации психических нарушений и гармонизации личности в ходе дальнейшего развития.

Под *частной психокоррекцией* понимают набор психолого-педагогических воздействий, представляющих собой адаптированные для детского и подросткового возраста психокоррекционные приемы и методы, используемые в работе со взрослыми, а также специально разработанные системы психокоррекционных мероприятий, основанные на ведущих для определенного возраста онтогенетических формах деятельности, уровнях общения, способах мышления и регуляции. Каждый прием имеет, как правило, несколько направлений психокоррекционного воздействия. Частная психокоррекция вооружает специалиста арсеналом средств психо-

логического воздействия, которыми он насыщает программу групповой или индивидуальной работы.

*Специальная психокоррекция* – это комплекс приемов, методик и организационных форм работы с клиентом или группой клиентов одного возраста, являющихся наиболее эффективными для достижения конкретных задач формирования личности, отдельных ее свойств или психических функций, проявляющихся в отклоняющемся проведении и затрудненной адаптации (застенчивость, агрессивность, неуверенность, ассоциальность, неадекватная самооценка и др.). Специальная психокоррекция призвана, таким образом, исправлять последствия неправильного воспитания, нарушившего гармоничное развитие, социализацию личности. Негативные аспекты могут быть обусловлены как объективными, так и субъективными факторами.

Особый случай представляют условия детских домов, исправительных учреждений для несовершеннолетних, воспитание в которых неотделимо от коррекции. В этих случаях первичным фактором, нарушающим психический онтогенез, является психогения, и психокоррекция направлена на преодоление результатов неправильного воспитания.

Несмотря на различие в теориях, целях, процедурах и формах коррекционной работы, психологическое воздействие сводится к тому, что один человек пытается помочь другому.

В качестве объектов коррекционного воздействия могут выступать личность, семья или группа.

### **Вопросы для обсуждения**

1. Психологическая коррекция как вид психологической практики.
2. Психокоррекция и психотерапия: взаимосвязь и специфика.
3. Междисциплинарный характер психологической коррекции.
4. Принцип единства диагностики и коррекции.
5. Всестороннее психолого-педагогическое изучение ребенка как основа эффективной психокоррекции.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. В книге А.О. Карабановой «Игра в коррекции психического развития ребенка» (М., 1997) во втором параграфе первой главы найдите и выпишите определение двух видов психокоррекции: симптоматической и каузальной.
2. Подготовьте доклад «Значение исследований А. Адлера для психологической коррекции детей с трудностями в развитии».



3. Составьте таблицу «Структура базовых составляющих психического развития».

4. Составьте схему «Основные задачи психокоррекции детей и подростков с трудностями в развитии».

### **Литература**

1. Абрамова Г.С. Практическая психология. – М.: Издательский центр «Академия», 1997. – 368 с.

2. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании / Под ред. Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко. – М.: Академия, 2001. – 248 с.

3. Бодалев А.А., Ковалев Г.А. и др. Психология воздействия (проблемы теории и практики). – М., 1989.

4. Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Карабанова О.А. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. – М.: Академия, 2002. – 416 с.

5. Рабочая книга школьного психолога / Под ред. И.В.Дубровиной. – М.: Международная педагогическая академия, 1995. – 376 с.

6. Кудрявцев В.Т. Развитое детство и развивающее образование: Культурно-исторический подход. – Дубна, 1997. – С. 34-36.

7. Лебединский В.В. Нарушения психического развития в детском возрасте. – М., 2003.

8. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб, 2003. – 400 с.

9. Мастюкова Е.М. Лечебная педагогика. – М., 1997. – 304 с.

10. Мастюкова Е.М. Ребенок с отклонениями в развитии. – М., 1992. – 214 с.

11. Осипова А.А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. – М., 2000. – 240 с.

12. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – М., 2000. – 512 с.

13. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина / Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – 160 с.

14. Психолого-педагогическое консультирование и сопровождение развития ребенка: Пособие для учителя-дефектолога / Под ред. Л.М. Шипицыной. – М.: ВЛАДОС, 2003. – 528 с.

15. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс, 1994. – 186 с.

16. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Проблемные дети: Основы диагностической и коррекционной работы психолога. – М., 2000.

17. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Диагностико-консультативная деятельность психолога образования. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 288 с.

18. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования. – М., 2005. – 336 с.

19. Слюсарева Е.С., Козловская Г.Ю. Специальная психология. – Ставрополь, 2005. – 150 с.

20. Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции. – М., 2004.

21. Шилова Т. А. Психодиагностика и коррекция детей с отклонениями в поведении. – М., 2005. – 176 с.

## **Раздел 2. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ**

### **Компетенции**

Освоение материала раздела позволит Вам:

- выявлять специфику психического функционирования человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другой общности;
- диагностировать, осуществлять экспертизу и коррекцию психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп на основе инновационных разработок;
- комплексно профессионально воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний.

### **2.1. Психолого-педагогические цели и выбор направления коррекции**

Одно из значений термина «коррекция» в переводе с латинского языка – поправка, частичное исправление или изменение (лат. correctio). Под психолого-педагогической коррекцией понимается определенная форма психолого-педагогической деятельности по исправлению таких особенностей психического развития, которые по принятой в возрастной психологии системе критериев не соответствуют гипотетической «оптимальной» модели этого развития, норме или, скорее, возрастному ориентиру как идеальному варианту развития ребенка на той или иной ступени онтогенеза.

Методы и приемы психокоррекции можно рассматривать не только с позиций основных теоретических направлений психологии, но и с точки зрения целей психокоррекции. В индивидуальной психокоррекции выделяют направления:

1. Методы усиления регулирующих функций психики, развития эмоционального самоконтроля и самоуправления. При этом задача улучшения психической саморегуляции клиента решается с помощью деловых бесед, в ходе которых обсуждаются конкретные поступки, действия кли-

ента, имеющие место затруднения. Кроме того, осуществляется коррекция познавательных и эмоциональных компонентов саморегуляции через убеждение, развитие контролирующих эмоций и формирование адекватных реакций на различные внешние воздействия со стороны руководителя или коллеги, члена семьи или случайного инициатора конфликтной ситуации.

2. Методы нормативно-ценностной коррекции, объектами которых выступают нормативные комплексы, обуславливающие отказ от подчинения совместным принципам, целям, задачам, протест против регламентации; ощущение необоснованного лишения свободы часто приводит к вредным привычкам, нездоровым пристрастиям.

3. Методы групповой психокоррекции, как правило, нацелены на выработку норм личностного поведения и межличностного взаимодействия, развития способности гибко реагировать на ситуацию, быстро перестраиваться в различных условиях и разных группах. В качестве таких методов используются специально разработанные психотехники, упражнения, ролевые игры, групповые дискуссии и т. п.

Методология различных подходов в консультировании определяется их принадлежностью к одному из основных направлений современной психологии: психоаналитическому, бихевиористскому или экзистенциально-гуманистическому.

В психоаналитическом подходе психокоррекционная работа направлена на смягчение симптомов внутреннего конфликтного взаимодействия между Сверх-Я и Оно через преодоление неадекватных психологических защит.

В бихевиористском направлении отклонения от нормы, вызывающие необходимость в психокоррекции, рассматриваются как результат «вредного» научения. Поэтому основной упор делается на изменении тех форм поведения, которые не соответствуют обстоятельствам жизни клиента; коррекционная работа осуществляется, прежде всего, как обучение нужным формам поведения.

В экзистенциально-гуманистическом направлении психокоррекционная работа понимается, прежде всего, как создание условий для позитивных личностных изменений (личностного роста, самоактуализации, расширения пространств бытия). При этом задача психолога состоит не в приведении индивидуальных особенностей клиента в соответствие нор-

мам психического развития, а в ориентации на уникальные возможности, потенциалы, ресурсы личности. В отечественной психологии содержание психокоррекционной работы отражает теоретические подходы основных научных школ. Например, в рамках культурно-исторического подхода психокоррекция понимается как развитие высших психических функций через овладение знаковыми системами при учете зоны ближайшего развития. Деятельностная парадигма связывает психокоррекцию с формированием системы действий и четкой структуризацией деятельности.

В психолого-педагогической коррекции рассматривают следующие основные направления.

*Психодинамическое направление* в психокоррекции. Это направление в психокоррекции основано на глубинной психологии – психоанализе. В его рамках существуют разнообразные течения и школы, имеющие собственную специфику. Однако общим, объединяющим взгляды всех представителей психодинамического подхода, являются представления о бессознательных психических процессах и психотерапевтических методах, которые используются для их анализа и осознания. В связи с этим Хорни, достаточно далеко отошедшая от классического психоанализа, писала: «Если рассматривать психоанализ как определенную систему взглядов на роль бессознательного и способов его выражения, а также как форму терапии, с помощью которой бессознательные процессы доводятся до сознания, то и моя система взглядов есть психоанализ».

Психодинамический подход подчеркивает важность для понимания генеза и лечения эмоциональных расстройств интрапсихических конфликтов, которые являются результатом динамической и часто бессознательной борьбы противоречивых мотивов внутри личности. И психоанализ, и психоаналитическая психокоррекция основаны на теории Фрейда, на представлениях о бессознательном и психологическом конфликте. Их целью является помощь пациенту в осознании причины внутренних конфликтов, имеющих свои истоки в прошлом, в детстве, и проявляющихся у взрослых в виде симптоматики и определенных форм поведения и межличностного взаимодействия.

Разновидности психодинамического подхода, наряду с классическим психоанализом З. Фрейда:

– индивидуальная психология А. Адлера;

- аналитическая психология К. Г. Юнга;
- эго-психология (А. Фрейд, Г. Хартман, М. Клейн, рассматривавшие эго как творческую адаптивную силу);
- неофрейдизм (К. Хорни, Э. Фромм, Г. Салливан, шедшие по пути Адлера в рассмотрении роли социальной среды в формировании личности);
- теоретики объектных отношений (М. Клейн, О. Кернберг, Г. Кохут).

Эти последние подчеркивают важность для личностного развития очень ранних отношений между детьми и их объектами любви, обычно матерью и так называемыми «первичными фигурами», обеспечивающими ребенку уход. Особенно критическим в жизни человека является то, как первичные фигуры обеспечивают удовлетворение физических и психологических потребностей ребенка.

Таким образом, основные категории динамического направления в психокоррекции (Карасу) кратко могут быть сформулированы следующим образом:

- концепция патологии основана на признании существования конфликтов в сфере ранних либидинозных влечений и желаний, которые остаются вне сознания, то есть бессознательны;
- здоровье достигается при разрешении таких конфликтов путем победы Эго над Ид, то есть через усиление Эго;
- желательные изменения – это достижение глубокого инсайта (понимание далекого прошлого, то есть интеллектуально-эмоциональные знания);
- временный подход является историческим, фокусируется на субъективном прошлом;
- лечение требуется, как правило, долговременное и интенсивное; задача психотерапевта заключается в понимании содержания бессознательной области психики пациента, ее исторического, скрытого значения;
- психокоррекционная техника основана на интерпретации свободных ассоциаций, анализе переноса, сопротивления, обмолвок и сновидений;
- лечебная модель является медицинской и авторитарной: врач - пациент или родитель-ребенок (то есть терапевтический союз);

– психотерапевт выполняет интерпретирующую и отражающую роль и занимает недирективную, бесстрастную или фрустрирующую позицию.

Из отечественных концепций психокоррекции к психодинамическому направлению можно отнести систему патогенетической психокоррекции В.Н. Мясищева и ее развитие в виде личностно-ориентированной (реконструктивной) психокоррекции Б.Д. Карвасарского, Г.Л. Исуриной, В.А. Ташлыкова.

В качестве группового метода в психоаналитическом направлении выступает групп-анализ, основателем которого является видный британский психоаналитик Зигмунд Фоулкс.

Были выдвинуты три основные модели психоаналитически ориентированной групповой психокоррекции, основные принципы которых очень кратко можно выразить так:

- 1) психоанализ в группе;
- 2) психоанализ группы;
- 3) психоанализ через группу или посредством группы.

Первую модель разрабатывали американские психологи Вульф и Шварц, пытавшиеся воспроизвести индивидуальную аналитическую обстановку на группе.

Психотерапевтический процесс протекал следующим образом: анализ поочередно проходили члены группы в присутствии остальных, и ведущий с каждым взаимодействовал индивидуально, не обращаясь к группе в целом. По мнению приверженцев этого подхода, участники группы – наблюдатели происходящего индивидуального психоанализа – не являются пассивными зрителями, а сами включаются в процесс, внутренне соперничая и эмпатируя пациенту, с которым работает групп-аналитик.

В настоящее время от этой модели подавляющее число специалистов отказалось.

М. Клейн и В. Байон использовали иную модель, основная идея которой заключалась в том, что ведущий пытался проводить психоанализ всей группы сразу.

Сейчас некоторые психоаналитики в США пытаются вернуть к жизни эту модель и привнести идеи Байона в групп-анализ.

Основная концепция З. Фоулкса сводится к взаимодействию ведущего и группы как некой целостности. В этом случае происходит объеди-

нение трех указанных выше моделей – психокоррекция в группе, группы и через группу.

Еще одной разновидностью психодинамического подхода является отечественная личностно-ориентированная (реконструктивная) психокоррекция, основанная на психологии отношений В.Н. Мясищева. Ее главная цель – реконструкция системы отношений, нарушенной в процессе развития личности под воздействием социальных факторов, прежде всего искаженных межличностных отношений в родительской семье.

*Опытное (экзистенциально-гуманистическое) направление.* Весьма неоднородное направление в психокоррекции, что находит выражение даже в разнообразии терминов, которые используются для его названия. Наряду с термином «гуманистическое направление» его также часто обозначают как «экзистенциально-гуманистическое» или «опытное». Традиционно в него включают разные психотерапевтические школы и подходы, которые объединены общим пониманием цели психокоррекции и путей для ее достижения. Личностная интеграция, восстановление целостности и единства человеческой личности рассматриваются как основная цель психокоррекции, которая может быть достигнута за счет переживания, осознания, принятия и интеграции нового опыта, полученного в ходе психотерапевтического процесса. Далеко не всегда эти подходы основываются на собственно гуманистической психологии. Поэтому термин «гуманистическое направление» не точно отражает содержание конкретных школ. По сути только одна ветвь этого направления может быть названа гуманистической психотерапией. Более адекватным, вероятно, является термин «опытное направление», однако используется также название «гуманистическое направление» с учетом сложившейся традиции и связи каждого конкретного подхода с гуманистической психологией.

Экзистенциально-гуманистический подход опирается на философские идеи экзистенциализма и феноменологии.

Гуманистическая психокоррекция основывается на следующих положениях:

– лечение есть встреча равных людей (иногда вместо понятия «встреча» используется калька с английского – термин «энкаунтер»);



– улучшение у клиентов наступает само, если терапевт создает правильные условия – помогает осознанности, самопринятию и выражению клиентом своих чувств;

– наилучший способ – создание отношений безусловной поддержки и принятия;

– клиенты полностью ответственны за выбор своего образа мыслей и поведения.

При анализе работ представителей экзистенциально-гуманистического направления (Г. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франка и др.), возникшего вначале пятидесятих годов прошлого столетия, следует подчеркнуть, что во многом благодаря именно им понятие «Я» как чрезвычайно важного в личностном развитии феномена (английский термин «self» – «самость») после длительного перерыва вновь оказалось в центре внимания психологов и психотерапевтов. Первым указал на огромное значение «самости» Г. Олпорт, им же впервые было введено понятие «образ самого себя». К безусловным заслугам Олпорта можно с полным правом отнести и его разработку проблемы воздействия будущего на развитие личности и ее самосознание. Он отмечает, что высшие мотивы, порождающие обращение в будущее системы целей, к свободной реализации своих потенций, составляют ядро личности, или «Я». Представители этого направления, объявившие себя «третьей силой» в психологической науке, строили свои концепции в острой полемике с бихевиоризмом и фрейдизмом, делая особый акцент на роль самосознания в стремлении личности к самосовершенствованию, подчеркивали ее уникальность. А. Маслоу утверждал, что наивысшей человеческой потребностью является стремление к самоактуализации.

Основополагающими идеями этого направления стали представления о человеке как о существе, изначально активном, стремящемся к расширению пространств своего бытия, имеющем почти безграничные возможности позитивного личностного роста. Экзистенциальная сущность человека раскрывается прежде всего в пограничной ситуации между жизнью и смертью. Поэтому центральными категориями человеческого бытия выступают смерть, свобода, изоляция, бессмысленность.

Одной из главных причин заболевания или серьезных психологических проблем является «блокирование» проявления человеком его под-

линности, экзистенции, безуспешный поиск смысла своей жизни. Важнейшими целями психологической помощи человеку выступает создание условий для восстановления аутентичности личности, осуществление ею своих истинных возможностей, освобождение творческого потенциала, раскрытия соответствия ее экзистенции своей истинной природе.

В психокоррекции к экзистенциально-гуманистическому направлению относят: клиент-центрированную психотерапию, гештальттерапию, логотерапию, психодраму, первичную терапию Янова, трансцендентальную медитацию, экзистенциальную психотерапию, дзэн-психотерапию и др.

Пожалуй, наибольшее влияние из всей зарубежной психологии на современное состояние отечественной психологической науки оказали идеи клиент-центрированной психокоррекции К. Роджерса, который разработал феноменалистический подход в понимании Я-концепции, опираясь на следующие положения:

1) поведение человека зависит от его субъективного индивидуально-го восприятия;

2) всякое восприятие преломляется в феноменальном поле его сознания, центром которого является Я-концепция;

3) Я-концепция – это одновременно и представление, и внутренняя сущность индивида, которая тяготеет к ценностям, имеющим культурное происхождение;

4) Я-концепция обуславливает довольно устойчивые схемы поведения.

Нужно отметить важную мысль К. Роджерса о том, что очень часто причиной внутренних психологических конфликтов является расхождение между представлением человека о себе реальном и тем, кем он хочет стать. Только настоящие, глубокие человеческие отношения могут, по мнению Роджерса, уничтожить этот разрыв между «реальным» и «идеальным Я». Фундамент лечения по Роджерсу – знаменитая триада: безусловное позитивное отношение, эмпатия, конгруэнтность.

Согласно логотерапии В. Франкла, разнообразные формы неврозов возникают как реакции на утрату человеком смысла существования. В отличие от А. Маслоу, В. Франкл считал самоактуализацию личности не самоцелью, а средством осуществления смысла. Не стремление к самоак-

туализации по А. Маслоу, не принцип удовольствия по З. Фрейду, не воля к власти по А. Адлеру, а воля к смыслу – вот что определяет человеческую жизнь. Отсюда задачей психотерапевта является помощь людям в обретении смысла в самых сложных ситуациях.

По многим позициям совпадает с подходом В. Франкла концепция экзистенциальной психокоррекции И. Ялома (1999). Человек страшится неминуемой смерти, стремление к свободе оборачивается отсутствием опоры, одиночество становится неизбежным спутником человека, несмотря на постоянные контакты, непредопределенность жизни порождает проблему ее осмысления.

Задача психотерапевта состоит в том, чтобы помочь человеку осознать и преодолеть эти экзистенциальные конфликты.

*Поведенческое направление* в психокоррекции. Основано на психологии бихевиоризма и использует принципы научения для изменения когнитивных, эмоциональных и поведенческих структур. Поведенческая психокоррекция включает много методов, развитие которых отражает эволюцию целей поведенческой психокоррекции от внешнего к внутреннему научению: от методов, направленных на изменение открытых форм поведения, непосредственно наблюдаемых поведенческих реакций (основанных, преимущественно, на классическом и оперантном обусловливании) до методов, направленных на изменение более глубоких, закрытых психологических образований (основанных на теориях социального научения, моделирования и когнитивных подходах).

Поведенческие терапевты рассматривали неврозы человека и аномалии личности как выражение выработанного в онтогенезе неадаптивного поведения. Поэтому поведенческая психокоррекция связана с необходимостью формирования у обратившегося за помощью человека оптимальных поведенческих навыков, что реализуется с помощью следующих методов:

а) позитивного и негативного подкрепления (направлены на разрыв нежелательной установившейся связи между условным раздражителем и реакцией и /или замену ее новой);

б) наказания (сочетание неприятного воздействия с ситуацией, обычно приятной);

в) систематической десенсибилизации (сочетание состояния релаксации с предъявлением ситуации, вызывающей тревогу);

г) викарного научения (термин «викарный» означает «замещающий»: обучение осуществляется не через организацию собственного опыта клиента, а через предъявление моделей оптимального поведения).

Центральной проблемой бихевиоризма является проблема приобретения индивидуального опыта или проблема научения (обучения) – приобретения различных умений и навыков. Теории научения, разработанные бихевиоризмом, послужили основой для развития конкретных методических подходов поведенческой психокоррекции.

*Когнитивно-поведенческая психокоррекция.* В настоящее время существует не менее 10 направлений психокоррекции, делающих акцент на когнитивном научении и подчеркивающих значение того или иного когнитивного компонента (Бек, Эллис, Мейхенбаум). Приводим их общие принципы.

1. Многие симптомы и поведенческие проблемы являются следствием пробелов в обучении, образовании и воспитании. Чтобы помочь пациенту изменить неадаптивное поведение, психотерапевт должен знать, как проходило психосоциальное развитие пациента, видеть нарушения семейной структуры и различных форм коммуникации. Этот метод высоко индивидуализирован для каждого пациента и семьи. Так, у пациента с личностным расстройством обнаруживаются переразвитые или недоразвитые поведенческие стратегии (например, контроль или ответственность), преобладают однообразные аффекты (например, редко выражаемый гнев у пассивно-агрессивной личности), а на когнитивном уровне представлены ригидные и генерализованные установки в отношении многих ситуаций. Эти пациенты с детства фиксируют дисфункциональные схемы восприятия себя, окружающего мира и будущего, подкрепляемые родителями. Психотерапевту необходимо изучить историю семьи и понять, что поддерживает поведение пациента в дисфункциональной манере. У лиц с личностными расстройствами труднее формируется «доброкачественная» альтернативная когнитивная система.

2. Имеются тесные взаимоотношения между поведением и средой. Отклонения в нормальном функционировании поддерживаются в основном подкреплением случайных событий в среде (например, стиль воспи-

тания ребенка). Выявление источника нарушений (стимулов) – важный этап метода. Это требует функционального анализа, то есть детального исследования поведения, а также мыслей и ответов в проблемных ситуациях.

3. Нарушения поведения являются квазиудовлетворением базисных потребностей в безопасности, принадлежности, достижении, свободе.

4. Моделирование поведения представляет собой одновременно обучающий и психотерапевтический процесс. Когнитивно-поведенческая психокоррекция использует достижения, методы и техники классического (условно-рефлекторного), оперантного, наблюдательного (моделирование поведения), когнитивного научения и саморегуляции поведения.

5. Поведение пациента, с одной стороны, и его мысли, чувства, психологические процессы и их следствия – с другой, оказывают друг на друга взаимное влияние. Когнитивное не является первоисточником или причиной неадаптивного поведения. Мысли пациента в такой же степени влияют на его чувства, как чувства – на мысли. Мыслительные процессы и эмоции рассматриваются как две стороны одной медали. Мыслительные процессы – лишь звено в цепи причин, часто даже не основное. Например, когда психотерапевт пытается определить вероятность рецидива униполярной депрессии, он может сделать более точное предсказание, если поймет, насколько критична супруга пациента, вместо того, чтобы опираться на когнитивные показатели.

6. Когнитивное может рассматриваться как совокупность когнитивных событий, когнитивных процессов и когнитивных структур. Термин «когнитивные события» относится к автоматическим мыслям, внутреннему диалогу и образам. Это не означает, что человек постоянно ведет разговор с самим собой. Скорее можно сказать, что поведение человека в большинстве случаев неосмысленно, автоматически. Ряд авторов считают, что оно идет «по сценарию». Но бывают случаи, когда автоматизм прерывается, человеку необходимо принять решение в условиях неопределенности, тогда и «включается» внутренняя речь. В когнитивно-бихевиористской теории считается, что ее содержание может оказать влияние на чувства и поведение человека. Но то, как человек чувствует, ведет себя и взаимодействует с окружающими, также может существенно влиять на его мысли. Схема - когнитивная репрезентация прошлого опыта,

негласные правила, организующие и направляющие информацию, касающиеся личности самого человека. Схемы влияют на процессы оценки событий и процессы приспособления. Основной задачей когнитивно-поведенческого психотерапевта является помощь пациентам в понимании того, как они истолковывают реальность.

7. Лечение активно увлекает пациента и семью. Единицей анализа в когнитивно-поведенческой психокоррекции в настоящее время являются примеры отношений в семье и общие для членов семьи системы убеждений. Более того, когнитивно-поведенческая психокоррекция интересуется тем, как принадлежность к определенным социальным и культурным группам влияет на системы убеждений и поведение пациента, включает практику альтернативного поведения на психотерапевтическом занятии и в реальной среде, предусматривает систему обучающих домашних заданий, активную программу подкреплений, ведение записей и дневников, то есть методика психокоррекции структурирована.

8. Прогноз и результативность лечения определяются в параметрах наблюдаемого улучшения поведения. Если раньше поведенческая психокоррекция ставила основной своей задачей устранение или исключение нежелательного поведения или ответа (агрессии, тиков, фобии), то в настоящее время акцент смещен к научению пациента позитивному поведению (уверенность в себе, позитивное мышление, достижение целей), активизации ресурсов личности и ее окружения. Происходит смещение с патогенетического на саногенетический подход.

Наиболее известными являются следующие поведенческие и когнитивные приемы: реципрокная ингибция; методика наводнения; имплозия; парадоксальная интенция; методика вызванного гнева; метод «стоп-кран»; использование воображения, скрытого моделирования, тренинга самоинструкций, методов релаксации одновременно; тренинг уверенного поведения; методы самоконтроля; самонаблюдение; прием шкалирования; исследование угрожающих последствий (декатастрофизация); преимущества и недостатки; опрос свидетельских показаний; исследование выбора (альтернатив) мыслей и действий; парадоксальные приемы и др.

Особое место в рассматриваемом направлении занимает рационально-эмоциональная психокоррекция Эллиса и когнитивная психокоррекция Бека.

Когнитивно-поведенческая психокоррекция – это развивающееся направление. Начав с теорий научения, построенных по схеме «стимул – реакция», оно использует далее когнитивные и социальные теории научения, а в последние годы пытается опереться также на теории переработки информации, коммуникации и даже больших систем. Соответственно модифицируются старые и расширяется спектр новых методик.

*Трансактный анализ Э. Берна.*

Современный трансактный анализ включает в себя теорию личности, теорию коммуникаций, анализ сложных систем и организаций, теорию детского развития. В практическом применении он представляет собой систему коррекции как отдельных людей, так и супружеских пар, семей и различных групп.

Структура личности, по Берну, характеризуется наличием трех состояний «Я», или «эго-состояний»: «Родитель», «Ребенок», «Взрослый».

В основе коррекционного взаимодействия лежит структурный анализ «эго-позиции», который предполагает демонстрацию взаимодействия с помощью техники ролевых игр.

Особо выделяются две проблемы: 1) контаминации, когда смешиваются два разных «эго-состояния», и 2) исключения, когда «эго-состояния» жестко отграничены друг от друга.

В трансактном анализе используется принцип открытой коммуникации. Это означает, что психолог и клиент разговаривают на простом языке, обычными словами (это значит, что клиент может читать литературу по трансактному анализу).

Главная цель коррекции – помощь клиенту в осознании своих игр, жизненного сценария, «эго-состояний» и при необходимости принятие новых решений, относящихся к поведению построения жизни. Сущность коррекции заключается в том, чтобы освободить человека от выполнения навязанных программ поведения и помочь ему стать независимым, спонтанным, способным к полноценным отношениям и близости.

Целью также является достижение клиентом независимости и автономии, освобождение от принуждения, включенность в настоящие, свободные от игр взаимодействия, допускающие откровенность и близость.

Конечная цель – достижение автономии личности, определение своей собственной судьбы, принятие ответственности за свои поступки и чувства.

Основная задача психолога – обеспечить необходимый инсайт. А отсюда требование к его позиции: партнерство, принятие клиента, сочетание позиции учителя и эксперта. При этом психолог обращается к «эго-состоянию» «Взрослый» в клиенте, не потакает капризам «Ребенка» и не успокаивает разгневанного «Родителя» в клиенте.

Когда психолог использует излишне много терминологии, непонятной клиенту, считается, что этим он стремится защититься от собственной неуверенности от проблем.

*Гештальт коррекция Ф. Перлза.*

Метод, созданный американским психологом Ф. Перлзом под влиянием идей гештальтпсихологии, экзистенциализма, психоанализа, получил большую практическую популярность. Человек находится в равновесии с самим собой и окружающим его миром. Быть самим собой, осуществлять свое «Я», реализовать свои потребности, склонности – это путь гармоничной здоровой личности. Человек, который хронически препятствует удовлетворению собственных потребностей, отказывается от реализации своего «Я», со временем начинает следовать ценностям, навязанным извне. И это приводит к нарушению процесса саморегуляции организма.

Согласно гештальттерапии организм рассматривается как единое целое, и любой аспект поведения может быть проявлением целостного бытия человека. Человек является частью более широкого поля: организм – среда. У здоровой личности граница со средой является подвижной: возникновение определенной потребности требует «контакта» со средой и формирует гештальт, удовлетворение потребности завершает гештальт и требует «отхода» от среды. У невротической личности процессы «контакта» и «ухода» являются сильно искаженными и не обеспечивают адекватного удовлетворения потребностей.

По мнению Ф. Перлза, психические нарушения у людей обусловлены тем, что их личность не составляет единого целого, т.е. гештальта. У большинства клиентов стресс возникает в результате неосознанных кон-



фликтов, мешающих им входить в контакт с некоторыми из собственных чувств и мыслей.

Целью гештальткоррекции является снятие блокировок, пробуждение потенциально существующих в человеке естественных ресурсов, способствующих его личностному росту, достижению ценности и зрелости, полной интеграции личности клиента.

Основная цель – помощь человеку в полной реализации его потенциала. Эта цель разбивается на вспомогательные:

- обеспечение полноценной работы актуального самоосознавания
- смещение локуса контроля вовнутрь;
- поощрение независимости и самодостаточности;
- обнаружение психологических блоков, препятствующих росту, и изживание их.

В гештальткоррекции психолог рассматривается как катализатор, помощник, сотворец, интегрированный в единое целое гештальтличности клиента. Психолог старается избегать непосредственного вмешательства в личные чувства клиента и пытается облегчить выражение этих чувств.

Главная цель взаимодействия с клиентом – активация внутренних личностных резервов клиента, высвобождение которых ведет к личностному росту.

Сравнение некоторых основных психотерапевтических направлений по некоторым важным показателям дано в таблице 1 (см. приложение 1).

## **2.2. Современные методы психокоррекции**

Т. Дуткевич. и О. Савицкая [6] указывают, что психологическая коррекция не имеет своих специфических методик, а пользуется в зависимости от потребностей методами психотерапии, педагогической психологии, педагогики, медицины. Выбор формы, метода, способа психокоррекционной работы опирается на знание возрастных, индивидуальных и специфических особенностей клиентов. Эффективность методов коррекции будет зависеть от точности построения типологии симптомов и синдромов нарушения.

Детский возраст является наиболее благоприятным и сензитивным к психокоррекционным воздействиям. Основные методы и методики, используемые в психокоррекционной практике в образовательном простран-

стве, условно можно объединить в группы: метод игровой терапии, методы арттерапии, методы поведенческой терапии, методы социальной терапии, психогимнастика и психодрама (Г.В. Бурменская, Е.И. Захарова, О.А. Карабанова и др.). Рассмотрим их подробнее.

*Игровая терапия* как метод коррекции.

Игра стала применяться в коррекционной практике с начала 1920-х годов терапевтами психоаналитического направления – Анной Фрейд (1921), Мелани Клайн (1922), Герминой Гут-Гельмут (1926).

Игра как средство коррекции использовалась вначале в рамках психоаналитического подхода, позднее – гуманистически ориентированного, в каждом из которых были разработаны свои концептуальные схемы и системы понятий: терапевтическая связь, принятие, сотрудничество, выбор и ответственность, аналитическая связь, трансфер, катарсис, сублимация и т.д.

Игра для ребенка – это одна из форм самотерапии, благодаря которой могут быть отреагированы различные конфликты и неурядицы (Вебб, 1991, Оклендер В., 1997). М. Клайн считала, что практически любое игровое действие ребенка имеет определенный символический смысл, выражает конфликты и подавленные влечения ребенка. Это символический смысл должен быть проинтерпретирован терапевтом и доведен до сознания ребенка. Термин «игровая терапия» был предложен именно Мелани Клайн.

Игровая психотерапия – это метод, основанный на принципах динамики психического развития и направленный на облегчение эмоционального стресса у детей с помощью разнообразных выразительных и дающих пищу воображению игровых материалов (Вебб, 1999).

Структуру детской игры составляют:

- 1) роли, взятые на себя играющими;
- 2) игровые действия как средство реализации этих ролей;
- 3) игровое употребление предметов – замещение реальных предметов игровыми (условными);
- 4) реальные отношения между играющими.

Единица игры и в то же время центральный момент, объединяющий все ее аспекты – роль. Сюжетом игры предстает воспроизводимая в ней область действительности. Содержанием игры выступает то, что воспро-

изводится детьми как главный момент деятельности и отношений между взрослыми в их взрослой жизни. В игре происходит формирование произвольного поведения ребенка и его социализация.

Г.Л. Лэндрет выделил следующие направления игровой терапии:

– родительская терапия (Б. Гуэрни, Л. Гуэрни), представляющая собой структурированную программу, в рамках которой родителей обучают навыкам, необходимым для проведения сеансов игровой терапии в домашних условиях;

– игровая терапия со взрослыми;

– приемы игровой терапии в семейной терапии (вовлечение в игру всех членов игры способствует их активному взаимодействию и оказывает терапевтическое воздействие);

– групповая игровая терапия, представляющая собой психологический и социальный прогресс, в котором дети, естественным образом взаимодействуя друг с другом, приобретают знания, как о других детях, так и о себе;

– игровая терапия в больничных условиях.

А.А. Осипова формулирует следующие основные виды и формы игротерапии: по теоретическим подходам, по форме организации, по характеру управления корригирующими воздействиями, по степени структурированности материала [15].

1) игротерапию в психоанализе, в которой коррекционные возможности игры связывают с ее символическим характером (М. Кляйн, А. Фрейд, Г. Гут-Гельмут);

2) игротерапию, центрированную на клиенте, где главное значение придается практике реальных взаимоотношений ребенка и взрослого в процессе игры (К. Роджерс, В. Экслейн);

3) игротерапию отреагирования – структурированная игротерапия с использованием игрушек, позволяющих отреагировать конфликтную ситуацию (Д. Леви);

4) игротерапию построения отношений, в которой основное внимание уделяется лечебной силе эмоциональных отношений между психологом и ребенком (Д. Тафт и Ф. Аллен);

5) игротерапию в отечественной психологической практике: использование данного метода опирается на теорию психического развития ре-

бенка, теорию игры как ведущей деятельности, разработанной в трудах Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина и продолженной в исследованиях Л. Абрамян, А.И. Захарова, А.С. Спиваковской, В.В. Столина, О.А. Карабановой и др.

Основным принципом игровой коррекции, по мнению А.С. Спиваковской, является воздействие на ребенка с учетом специфичности обстановки и контакта. Суть принципа: чтобы включить в действие механизм перестройки поведения робких в общении детей, следует изменить условия, т. е. вывести из той среды, в которой у них появились нежелательные формы поведения.

Л.А. Абрамян, исследуя способы преодоления негативных эмоциональных состояний средствами игры, подробно раскрывает процесс перевоплощения как важного условия перестройки эмоционально личностной сферы. В игре-драматизации ребенок испытывает двойственные переживания: он «лепит» образ, преобразуя самого себя, и, глядя на это как бы со стороны, радуется изменению в игре, вместе с тем обнаруживая определенные отношения к своему персонажу.

Целям коррекции, по мнению Б.Д. Карвасарского и А.И. Захарова, служит перенос отрицательных эмоций и качеств ребенка на игровой образ. Дети наделяют персонажей собственными отрицательными эмоциями, чертами характера, переносят на куклу свои недостатки, которые доставляют им неприятности.

Значительный вклад в разработку методов игротерапии неврозов у детей и подростков внес А.И. Захаров. Он разработал показания и клинико-психологические критерии формирования детской психотерапевтической группы, исследовал возможности объединения семейной и групповой игротерапии, а также методику игровой психотерапии, которая является частью целого комплекса различных воздействий на ребенка-невротика, включающего и семейную психотерапию.

А.А. Осипова предлагает различать игровую терапию и по:

– форме организации: индивидуальная и групповая, причем в отечественной психологической практике предпочтение отдается групповой форме работы, при которой в игре есть два центра: взрослый и «идеальная форма» развития, в первую очередь здесь имеется в виду роль взрослого и общение детей друг с другом, их реальная связь (Д. Б. Эльконин).

– структуре используемого материала: со структурированным (игрушки из реальной жизни, игрушки, помогающие отреагировать агрессию, строительные игры) и с неструктурированным (группа игр, принадлежащих к фонду арттерапии, двигательные игры и упражнения) материалом.

А. И. Захаров формулирует определенную последовательность коррекционных методик в процессе игровой терапии: беседа; спонтанная игра; направленная игра; внушение. Продолжительность игрового сеанса составляет не более 30 минут. Частота занятий при остром периоде невроза – 2-3 раза, при хроническом течении – 1 раз в неделю. Продолжительность программы – от нескольких дней до нескольких месяцев.

Процесс игровой терапии, по Захарову, состоит из 4 этапов:

1. Объединение детей в группу начинается с совместной и интересной для них деятельности в виде экскурсий, предметных игр, рассказов об увлечениях.

2. Рассказы сочиняются дома и по очереди рассказываются в группе.

3. Игра проводится на тему, предлагаемую детьми и психотерапевтом. В играх последовательно воспроизводятся рассказы, сказки, условные и реальные ситуации. Игры на данном этапе, в отличие от этапа объединения, требуют включения психолога и высокой активности играющих.

4. Обсуждений – заключительный этап игровой психотерапии.

Таким образом, формы и варианты игровой терапии определяются особенностями конкретного ребенка или группы детей, специфическими задачами работы и ее продолжительностью.

*Арттерапия как метод коррекции.*

Арттерапия (термин, введенный А. Хиллом) как область теоретического и практического знания на стыке науки и искусства появилась примерно к 1930-м годам в процессе обособления трех самостоятельных направлений: медицинского, социального, педагогического.

Первоначально арттерапия как психотерапевтический метод возникла в контексте теоретических идей З. Фрейда, который открыл, что за покровом сознания скрыт глубинный пласт неосознаваемых личностью стремлений, желаний, которые отягощают жизнь и могут стать причиной нервно-психических заболеваний.

Принципиально новый смысл придает арттерапии К. Юнг, рассматривающий в рамках аналитической психологии искусство как мощное средство гармонизации и самореализации личности посредством достижения целостности коллективного бессознательного и личностного. Искусство, особенно легенды и мифы, представляют собой коллективное бессознательное, и арттерапия, основанная на искусстве, в значительной степени облегчают процесс индивидуализации в саморазвитии личности, помогает установить зрелый баланс между бессознательным и сознанием Я. Образы, возникающие в процессе арттерапевтических сеансов, объективируют переживания бессознательного, делая возможным их сознательную переработку.

В дальнейшем идеи Юнга приобретают новое осмысление на более широкой концептуальной основе, включающей гуманистическую модель развития личности К. Роджерса, А. Маслоу.

В связи с этим суть арттерапевтического воздействия состоит в том, что эмоционально травмирующая ситуация при помощи разных средств искусства и художественной практики с помощью психотерапевта находит свое внешнее выражение, доводится до катарсической разрядки, вследствие чего облегчается эмоциональное состояние человека.

С точки зрения сторонников гуманистического направления, коррекционные возможности арттерапии связаны с предоставлением ребенку практически неограниченных возможностей для самовыражения и самореализации в продуктах творчества для утверждения и познания своего Я. Продукты, создаваемые ребенком, объективируют его аффективное отношение к миру, облегчают процесс коммуникации и установления межличностных отношений со значимым социальным окружением (родителями, учителями, сверстниками). Интерес к результатам творчества со стороны окружающих и безоценочное принятие ими продуктов творчества ребенка повышают самооценку ребенка и степень его самопринятия и самооценности. Итак, целью и результатом арттерапии в рамках гуманистического подхода выступают самопознание, самоутверждение, оптимизация отношений личности с окружающими людьми, исследование реальности и более глубокое и полное ее познание.

Е.С. Слюсарева и Г.Ю.Козловская отмечают, что в настоящее время арттерапия имеет несколько значений:

- 1) рассматривается как совокупность видов искусства, используемых в лечении и коррекции;
- 2) как комплекс арттерапевтических методик;
- 3) как направление психотерапевтической и психокоррекционной практики;
- 4) как метод психокоррекционного воздействия, основанный на использовании искусства как символической деятельности и на стимулировании креативных творческих процессов.

Современное понятие предполагает, во-первых, использование языка изобразительной экспрессии (музыка, рисование и т.п.), во-вторых, непосредственное участие человека в творчестве.

В коррекционной практике арттерапия – это совокупность методик, построенных на применении разных видов искусства в своеобразной символической форме и позволяющих с помощью стимулирования художественно-творческих (креативных) проявлений ребенка с проблемами в развитии осуществить коррекцию нарушений психосоматических, психоэмоциональных процессов и отклонений в личностном развитии (Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комисарова, Т.А. Добровольская).

Основные функции арттерапии:

- катарсическая (очищающая, освобождающая от негативных состояний);
- регуляторная (снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния);
- коммуникативно-рефлексивная (обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки).

В основе коррекционного воздействия методом арттерапии лежат пять основных психологических механизмов: механизм символического реконструирования, «отстранения», эмоциональной децентрации, катарсиса и механизм присвоения социально-нормативных личностных смыслов.

1. Механизм символического реконструирования, основанный на художественном языке искусства, позволяет личности в особой символической форме воссоздать конфликтную психотравмирующую си-

туацию и найти ее разрешение через переструктурирование проблемы и интеграцию и реинтеграцию самой личности на основе самопознания (З. Фрейд, К. Юнг). Особый символический язык искусства позволяет личности преодолеть защитные механизмы и сделать предметом своего исследования, познания и анализа те проблемы, которые в реальной жизни и деятельности оставались неразрешенными.

2. Механизм «отстранения» (В. Шкловский) как выделения в объекте его маловероятностных, редких значений благодаря включению в новый необычный контекст дополняет механизм символического реконструирования, позволяя увидеть события и предметы высвобожденными из их повседневного функционирования. Символизм художественного языка и прием «отстранения» сообщает действительности многомерность и неоднозначность, позволяет увидеть новые стороны реальности, порождает новые ее значения и тем самым создает необходимые условия творческого конструктивного разрешения конфликта.

3. Механизм эмоциональной децентрации заключается в возможности личности увидеть свою проблему со стороны глазами всех ее участников, выйти за пределы эмоциональной «связанности» и «сужения поля ориентировки» (П.Я. Гальперин).

4. Механизм катарсиса в арттерапии обеспечивает качественно иной, более высокий уровень эмоционального отреагирования и связан с природой самой эстетической реакции. В работе «Психология искусства» Л.С. Выготский раскрывает психологическую природу катарсиса, основанного на искусстве, как преодоления формой содержания, позволяющего изменить действие «аффекта от мучительного к приносящему наслаждение».

5. Механизм присвоения социально-нормативных личностных смыслов (А.Н. Леонтьев) в процессе творческого прочтения и прослеживания «судьбы героя» произведения искусства (П.Я. Гальперин) восстанавливает коммуникацию с миром, позволяет личности преодолеть чувство одиночества и обрести взаимопонимание в межличностных отношениях и общении, сделать серьезный шаг в своем личностном росте и самопознании.

Рассматривая арттерапию как совокупность психокоррекционных методик, имеющих различия и особенности, определяемые как жанровой принадлежностью к определенному виду искусства, так и на-



правленностью, технологией психокоррекционного применения, условно можно выделить следующие виды арттерапии:

– музыкотерапия (через восприятие музыки, вокалотерапия – через пение);

– кинезитерапия (танцевальная терапия, коррекционная ритмика, психогимнастика – лечебное воздействие движениями);

– библиотерапия (коррекционное воздействие чтением), сказкотерапия, сочинение историй;

– имаготерапия (воздействие через образ, театрализацию): куклотерапия, образно-ролевая драматизация, психодрама;

– изотерапия (рисуночная терапия) – коррекционное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.

#### *Методы поведенческой коррекции.*

Методы коррекции поведения разрабатывались в рамках поведенческого подхода в форме поведенческой терапии. Поведенческая коррекция использует принципы и модели теории научения и науки о поведении (бихевиоризма) при определении целей и процедур психокоррекции, а также при объективной оценке ее результатов.

Модель классического обусловливания послужила основой для разработки таких методов коррекции поведения, как аверсивная терапия, метод систематической десенсибилизации, импловивная («шоковая») терапия.

*Аверсивная терапия* использует механизм подавления (вытеснения) поведенческой реакции за счет отрицательного подкрепления нежелательного поведения.

*Метод систематической десенсибилизации* и импловивная терапия основываются на механизме актуализации (освобождения подавленной реакции).

Вариантом вербальной десенсибилизации в работе с детьми является методика эмотивного воображения. При этом методе используется воображение ребенка, позволяющее ему отождествлять себя с любимыми героями и разыграть ситуации, в которых они участвуют. Психолог направляет игру ребенка таким образом, чтобы он в роли этого героя постепенно сталкивается с ситуациями, вызывающими ранее страх.

*Имплозивная терапия*, основанная на «наводнении» и шоке, вызванном чрезмерностью отрицательных стимулов и генерализации торможения реакций страха и тревожности, не пользуется популярностью в детской психокоррекции, т. к. детские психологи стараются избегать любой дополнительной травматизации ребенка в процессе терапии.

*Метод социальной коррекции* – это метод психологического воздействия, основанный на использовании социального принятия и признания, социального одобрения и положительной оценки ребенка значимым социальным окружением, как взрослыми, так и сверстниками. Метод социальной коррекции позволяет решать задачи профилактики и коррекции отклонений в личностном развитии ребенка, обусловленных депривацией потребности в социальном признании и обеспечивает:

- удовлетворение потребности личности в социальном признании;
- формирование адекватных способов социального взаимодействия у детей с низким уровнем коммуникативной компетентности.

Метод социальной коррекции включает использование следующих приемов:

1) систематическое поощрение взрослым всех без исключения, даже самых незначительных успехов детей с депривацией притязаний на социальное признание;

2) постановка перед ребенком задач, в которых он демонстрирует успех и достаточно высокие результаты (искусство подбора таких задач состоит в том, чтобы задачи были не слишком легкими, но в то же время вполне посильными ребенку, т. е. игровые, трудовые задания подбираются с учетом индивидуальных особенностей положения в группе отдельных детей).

*Психогимнастика* – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Это эффективное средство оптимизации социально перцептивной сферы личности, так как позволяет обратить внимание на «язык тела» и пространственно-временные характеристики общения.

Использование психогимнастики как самостоятельного метода коррекционной работы было предложено Г. Юновой в 1979 г. Психогимнастика Г. Юновой представляла собой модификацию для подростков психодрамы Д. Морено. Термин «психогимнастика» может иметь широкое и

узкое значение. Психогимнастика в узком значении понимается как игры, этюды, в основе которых лежит использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе. Такого рода психогимнастика направлена на решение задач групповой психокоррекции: установление контакта, снятие напряжения, отработку обратных связей и т.д.

В широком смысле психогимнастика – это курс специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики человека как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.

Психогимнастика как невербальный метод групповой работы предполагает выражение переживаний, эмоциональных состояний, проблем с помощью движений, мимики, пантомимики; позволяет клиентам проявлять себя и общаться без помощи слов. Это метод реконструктивной психокоррекции, цель которого – познание и изменение личности клиента.

Психогимнастика включает в себя три части, характеризующиеся самостоятельными задачами и собственными методическими приемами:

1. Подготовительную. Ее задачами являются: уменьшение напряжения участников группы; снятие страхов и запретов; развитие внимания; развитие чувствительности к собственной двигательной активности, активности других людей; сокращение эмоциональной дистанции между участниками группы; формирование способности выражать свои чувства, эмоциональные состояния, проблемы без слов и понимать невербальное поведение других людей.

2. Пантомимическую. Пантомимическая часть в психогимнастике является наиболее важной и в зрелой психокоррекционной группе занимает большую часть времени. Выбирают темы, которые клиенты представляют без помощи слов. Темы могут предлагаться как психологом, так и самим клиентом. Содержания тем для пантомимы не ограничены и могут быть ориентированы на проблемы отдельного клиента, на проблемы всех членов группы и группы в целом, т.е. касаться межличностного взаимодействия. Наиболее используемые темы представлены в приложении 2.

3. Заключительную. Она должна способствовать снятию напряжения, которое могло возникнуть в связи со значимостью пантомимы, сильных эмоций, сопровождавших эту часть занятий, повышению сплоченности группы, росту доверия и уверенности. Здесь используются упражне-

ния из подготовительной части, главным образом те, которые помогают пережить пациентам чувство общности.

*Психодрама* – это метод групповой работы, представляющий ролевую игру, в ходе которой используется драматическая импровизация как способ изучения внутреннего мира участников группы и создаются условия для спонтанного выражения чувств, связанных с наиболее важными для клиента проблемами. Психодрама основана на игровом принципе.

Понятие о драме как о коррекционном методе возникло в результате эксперимента, который был поставлен Якобом Леви Морено (1892-1974) по окончании первой мировой войны. Этот эксперимент получил название «спонтанный театр». В психодраме человеку предлагается роль героя в игре, содержание которой сосредоточено на его проблемах. Таким образом, он может свободно выражать свои чувства в направляемых психологом импровизациях, а другие актеры исполняют роли главных персонажей его реальной жизни.

Цель психодрамы – диагностика и коррекция неадекватных состояний и эмоциональных реакций, их устранение, отработка социальной перцепции, углубление самопознания. Психодрама помогает клиенту раскрыть глубинные эмоции в гораздо более яркой и действенной форме, чем это позволяют сделать другие методы, основанные на словесном описании переживания. Во время психодрамы происходит поиск эффективных путей решения психологических проблем разных уровней: от обыденного, бытового до экзистенциального. Клиент с помощью ведущего и группы воспроизводит в драматическом действии значимые события своей жизни, разыгрывает сцены, имеющие отношения к его проблемам.

Сцены разыгрываются таким образом, как если бы они происходили в данный момент. Действие структурируется так, чтобы способствовать прояснению и конкретизации проблемы. Анализируются новые роли, альтернативные, аффективные и поведенческие стили, осуществляются поиск и апробирование более конструктивных моделей решения проблемы. Действия, физические движения, на которых построена психодрама, повышают возможность использования такого важного источника познания себя и других, как сигналы невербального поведения.

Работа группы психодрамы проводится в форме сюжетно-ролевой игры на избираемую самими клиентами тему, которая представляет собой

реальную проблему кого-либо из участников. Роли в психодраме задаются и исполняются таким образом, чтобы способствовать глубокому пониманию и решению возникшей проблемы. Психодрама призвана помогать тем клиентам, у которых имеются трудности в вербализации своих чувств и своего жизненного опыта в целом. В психодраматической ситуации клиент одновременно и главный герой своей драмы, и ее творец, исследователь себя и своей жизни.

Задачи психодрамы:

1. Творческое переосмысление собственных проблем и конфликтов.
2. Выработка более глубокого и адекватного самопонимания клиентом.
3. Преодоление неконструктивных поведенческих стереотипов и способов эмоционального реагирования.
4. Формирование нового адекватного поведения и новых способов эмоционального реагирования.

Психодраматическое разыгрывание ролей изменяет поведение клиента, его отношение, установки, способы эмоционального реагирования. В качестве факторов, положительно влияющих на изменение установок, указывают: предоставление клиенту свободного выбора как относительно участия в психодраме, так и относительно роли, вовлечение клиента в исполнительскую деятельность, появление возможности внести в игру собственные импровизации, получение клиентом положительного подкрепления по окончании действия.

Психодрама способствует преодолению защитных позиций у клиента, усиливает эмоциональную вовлеченность, помогает изучению собственных проблем, достижению катарсиса и инсайта.

Классическая процедура психодрамы включает в себя 5 основных элементов:

1. Протагонист. Это первый игрок (от греческих слов «protos» – первый и «agon» – борьба, игра), изображает в психодраме героя, главного исполнителя психодраматической сцены, который представляет свои проблемы. Протагонист создает образ собственной жизни. Он является главным персонажем, и на него обращены взгляды всей группы.

2. Режиссер (фасилитатор). Это тот, кто помогает клиенту исследовать свои проблемы. Как правило, это психолог. Его функции заключают-

ся в организации психодраматического действия, пространства, создании атмосферы доверия, стимулировании участников к спонтанности, подготовки протагониста и всей группы к ролевой игре, выявлении проблем, переживаний клиента, комментировании, включении вспомогательных персонажей, организации обсуждения, эмоционального обмена и анализа, интерпретации происходящего.

3. Вспомогательные «Я». Это клиенты, исполняющие вспомогательные роли и усиливающие функции психолога. Вспомогательные «Я» могут олицетворять значимых для протагониста людей или части его собственного «Я». Основные функции вспомогательных «Я»: сыграть роль, которая необходима протагонисту для реализации замысла; помочь понять, как протагонист воспринимает взаимоотношения с другими персонажами; сделать видимым неосознаваемые протагонистом отношения; направлять протагониста в решении проблем и конфликтов; помочь протагонисту перейти от драматического действия к реальной жизни. Таким образом, вспомогательные "Я" - это участники группы, представляющие отсутствующих людей такими, какими они предстают во внутреннем мире клиента.

4. Зрители. В качестве зрителей выступают члены группы, не принимающие непосредственного участия в психодраматическом действии, но обсуждающие ситуацию после ее завершения (не только относительно протагониста и участников психодрамы, но и применительно к самим себе). На заключительном этапе занятия они демонстрируют свое эмоциональное отношение к происходящему, рассказывают о волнующих их проблемах и конфликтах, которые аналогичны разыгранным в психодраме.

5. Сцена. Это место в пространстве, где разворачивается действие. Часто психодраму применяют в специально организованных для этого театрах или приспособленных для игры кабинетах. Сцена должна быть достаточно велика, чтобы протагонист и антагонист имели простор для психодраматического действия, а само помещение должно иметь правильные пропорции.

Слишком маленькие помещения ограничивают свободу перемещения исполнителей, слишком большие – отрицательно сказываются на групповом чувстве, слишком светлые, невыразительные непригодны для

изображения драматичных воображаемых или исполненных теплыми человеческими чувствами сцен. Если нет цветовых возможностей освещения, то освещение можно варьировать с помощью оконных штор и переносных ламп. В качестве реквизита используются простые для транспортировки стулья с небольшим столиком.

С.Б. Бажутина, Г.Г. Воронина, И.П. Булах выделили ряд приемов и способов воздействия, которые применяются для проведения психокоррекционной работы. Это: простое предложение, парадоксальная инструкция, фантазирование, интерпретация психологом ситуации клиента и приглашение к новому видению ситуации, совет (пожелания) клиенту, самораскрытие психолога перед клиентом, механизм «обратной связи», открытые и закрытые вопросы, повтор-перевод, логические цепочки, эмоциональное резюме, действующее резюме [3]. Описание и психологическое содержание этих способов и приемов психокоррекции представлены в приложении 3.

В отечественной психологии разработаны и описаны методы групповой психокоррекции преневротических нарушений у детей (Спиваковская, 1988). Рассматривая психокоррекционный процесс как систему, автор выделяет в ней основные блоки: диагностический, установочный, коррекционный и оценочный.

Диагностический блок отвечает за изучение индивидуальных особенностей ребенка, анализ факторов, способствующих его эмоциональному неблагополучию.

Перед началом психокоррекционной работы психологу необходимо выяснить влияние этих факторов на формирование у ребенка невротического конфликта. Отметим, что при анализе причины невротического конфликта у ребенка следует учитывать единство субъективных и объективных факторов возникновения и развития конфликта. Конфликт занимает центральное место в жизни ребенка, оказывается для него неразрешимым и, затягиваясь, создает аффективное напряжение, которое, в свою очередь, обостряет противоречия, повышает неустойчивость и возбудимость, углубляет и болезненно фиксирует переживания, негативно отражается на умственной работоспособности ребенка, дезорганизует его поведение.

Содержательный анализ детских конфликтов наиболее полно раскрывается в процессе игровой и продуктивной (рисование) деятельности. Целесообразно также использовать проективные психологические методики: методика КАТ, Рене Жиля, Розенцвейга и др.

Установочный блок включает в себя главную цель – формирование положительной установки ребенка и его родителей на занятия. Основными задачами этого психокоррекционного блока являются:

- 1) снижение эмоционального напряжения у ребенка;
- 2) активизация родителей на самостоятельную психологическую работу с ребенком;
- 3) повышение веры родителей в возможность достижения позитивных результатов психокоррекции;
- 4) формирование эмоционально-доверительного контакта психолога с участниками психокоррекции (Спиваковская, 1988).

Для реализации этих задач используются разнообразные психотехнические приемы: организация встреч родителей, дети которых успешно закончили курс психокоррекции, с начинающими, проведение веселой, эмоционально насыщенной игры с детьми в начале психокоррекции, с привлечением родителей и проч. Особое значение для установочного этапа психокоррекции имеет место, где проходят занятия. Это должно быть просторное, хорошо оборудованное помещение, с мягким освещением, где ребенок будет чувствовать себя спокойно и безопасно.

Коррекционный блок. Основной целью данного блока занятий является гармонизация процесса развития личности ребенка с эмоциональным неблагополучием. Конкретными задачами данного блока будут:

- преодоление внутрисемейного кризиса;
- изменение родительских установок и позиций;
- снятие проявлений дезадаптации в поведении ребенка;
- расширение сферы социального взаимодействия ребенка;
- формирование у ребенка адекватного отношения к себе и к другим.

Внутри этого блока выделяются два основных этапа.

Первый этап – ориентировочный, где ребенку предоставляется возможность спонтанной игры. Психолог на данном этапе наблюдает за детьми, а у детей формируется положительный эмоциональный настрой на занятия, что очень важно в процессе сглаживания внутренних кон-



фликтов. Кроме того, на данном этапе продолжается диагностика форм поведения и особенностей общения детей с целью окончательного формирования группы.

Психотехнические приемы здесь состоят из различных невербальных коммуникаций, коммуникативных игр.

Второй этап – реконструктивный, когда проводится коррекция неадекватных эмоциональных и поведенческих реакций. Психотехническими приемами на данном этапе являются сюжетно-ролевые игры, разыгрывание детьми проблемных жизненных ситуаций. Эти игры способствуют эмоциональному отреагированию и вытеснению негативных переживаний. Ребенок обучается самостоятельно находить нужные способы поведения и формы эмоционального реагирования (Спиваковская, 1988).

При оценке эффективности психологической коррекции (оценочный блок) просматриваются отчеты родителей о поведении детей в начале занятий. Разбираются поведенческие и эмоциональные реакции ребенка с помощью метода наблюдения, анализа результатов деятельности ребенка до занятий и после. Оценивая эмоциональное состояние ребенка до и после занятий, целесообразно использовать цветовой тест Люшера, методику цветописи, разработанную Лутошкиным, рисуночные тесты, а для оценки значимых межличностных отношений лучше обратиться к цветовому тесту отношений (ЦТО), адаптированному Эдкиным.

Для детей и подростков с эмоциональными нарушениями И.И. Мамайчук предлагает следующие фазы групповой психокоррекции: установочная, подготовительная, реконструктивная, закрепляющая. В таблице 1 представлены фазы групповой динамики у детей с различной направленностью конфликта.

Таким образом, психологическая коррекция обладает большим арсеналом средств и методов, применение которых должно быть согласовано с возрастными и индивидуальными особенностями детей, характером имеющегося отклонения.

## Групповая динамика коррекционного процесса

Фаза	Задачи	Психотехнические приемы
1. Установочная	Образование группы как целого. Формирование положительного настроения на занятие. Диагностика поведения и особенностей общения	Спонтанные игры. Игры на невербальные коммуникации. Коммуникативные игры
2. Подготовительная	Структурирование группы. Формирование активности и самостоятельности. Формирование эмоциональной поддержки членов группы	Сюжетно-ролевые игры. Игры-драматизации для снятия эмоционального напряжения
3. Реконструктивная	Коррекция неадекватных эмоциональных реакций. Эмоциональное реагирование и вытеснение негативных переживаний. Обучение ребенка самостоятельному нахождению нужных форм эмоционального реагирования	Разыгрывание детьми конкретных жизненных проблемных ситуаций
4. Закрепляющая	Закрепление у ребенка адекватного эмоционального реагирования на конфликт. Формирование адекватного отношения к себе и окружающим	Специальные сюжетно-ролевые игры, предложенные детьми

**Вопросы для обсуждения**

1. Коррекционное воздействие в классическом психоанализе.
2. Основные положения аналитической индивидуальной психологической коррекции А. Адлера.
3. Основные понятия клиент-центрированного подхода К. Роджерса.
4. Логотерапия В. Франкла.
5. Техники экзистенциального направления психологической коррекции.
6. Характеристика поведенческой коррекции.
7. Особенности когнитивной психокоррекции.
8. Рационально-эмотивная терапия.
9. Техники гештальттерапии.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. Подготовьте доклад «Значение игры в жизни детей и их развитии».
2. Подготовьте презентацию «Игровая терапия в системе психокоррекционной работы с детьми дошкольного возраста».
3. Составьте таблицу «Игровая терапия в контексте разных терапевтических направлений».
4. Законспектируйте из книги Г.Л. Лэндрета «Игровая терапия: искусство отношений» главу 2 «Смысл игры».
5. Подготовьте доклады на темы: «Использование проективного рисунка в коррекционной работе с детьми»; «Основные этапы коррекционного процесса с использованием метода проективного рисования».
6. Законспектируйте из книги И.В. Дубровиной «Я работаю психологом» главу «Что такое сказкотерапия».
7. Напишите аннотацию к фильму «Игровая коррекция аутизма».
8. Придумайте и опишите серию игр, направленных на коррекцию эмоциональных нарушений у детей (любой детский возраст).
9. Составьте схему «Направления коррекционной работы с детьми, имеющими эмоциональные трудности».

### **Литература**

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. / Под ред. Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко. – М.: Академия, 2001. – 248 с.
2. Арттерапия. Хрестоматия / сост. и общая редакция А.И. Копытина. – СПб, 2001. – 320 с.
3. Бажутина С.Б., Воронина Г.Г., Булах И.П. Практическая психология в вузе и школе. – Луганск: Янтарь, 2000. – 113 с.
4. Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Карабанова О.А. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. – М.: Академия, 2002. – 416 с.
5. Ганичева И.В. Телесно-ориентированные подходы в психокоррекционной и развивающей работе с детьми (5-7 лет). – М.: Книголюб, 2004. – 144 с.
6. Дуткевич Т.В., Савицкая О.В. Практическая психология. Введение в специальность. – Киев, 2010
7. Касицына М. А., Бородина И. Г. Коррекционная ритмика. Комплекс практических материалов и технология работы с детьми старшего дошкольного возраста с ЗПР / М.А. Касицына, И.Г. Бородина. – М.: Издательство ГНОМ и Д, 2005. – 216 с.
8. Кисилева М.В. Арттерапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь. – 160 с.
9. Копытин А.И. Теория и практика арттерапии. – СПб, 2002. – 368 с.
10. Копытин А.И.. Системная арттерапия. – СПб, 2001. – 224 с.

11. Лебедева Л.Д. Практика арттерапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб, 2003. – 256 с.
12. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. – М., 1994.
13. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб, 2003. – 400 с.
14. Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2001. – 220 с.
15. Осипова А.А. Общая психокоррекция. – М., 2000. – 512 с.
16. Радина Н.К. Истории и сказки в психологической практике. – СПб.: Речь, 2006. – 208 с.
17. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования. – М, 2005. – 336 с.
18. Татаринцева А.Ю. Куклотерапия в работе психолога, педагога, логопеда. – СПб.: Речь, 2006. – 102 с.
19. Тренинг по сказкотерапии / Под ред. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
20. Чистякова М.И. Психогимнастика. / Под ред. М.И. Буянова. 2-е изд. – М.: Просвещение «Владос», 1995.

## **Раздел 3. ПРОГРАММА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ**

### **Компетенции**

Освоение материала раздела позволит Вам:

- выявлять специфику психического функционирования человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другой общности;
- диагностировать, осуществлять экспертизу и коррекцию психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп на основе инновационных разработок;
- комплексно профессионально воздействовать на уровень развития и функционирования познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний.

### **3.1. Принципы составления психокоррекционных программ**

Программы коррекции, как и развития, обычно включают психологическую и педагогическую части.

Психологическая часть развития и коррекции планируется и осуществляется психологом.

Педагогическая часть составляется на основе психологических рекомендаций совместно психологом и воспитателем, учителем, классным руководителем, директором образовательного учреждения, родителями – в зависимости от того, кто будет работать с ребенком, и выполняется педагогами и родителями с помощью и под постоянным наблюдением практического психолога.

А.А. Осипова [4], [5] указывает, что составляя различного рода коррекционные программы, необходимо опираться на следующие принципы:

1. Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.
2. Принцип единства коррекции и диагностики.
3. Принцип приоритетности коррекции каузального типа
4. Деятельностный принцип коррекции.

5. Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей клиента.

6. Принцип комплексности методов психологического воздействия.

7. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.

8. Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.

9. Принцип программированного обучения.

10. Принцип возрастания сложности.

11. Принцип учета объема и степени разнообразия материала.

12. Принцип учета эмоциональной сложности материала.

Рассмотрим содержание каждого из них подробнее.

*Принцип системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.* Этот принцип указывает на необходимость присутствия в любой коррекционной программе задач трех видов: коррекционных, профилактических и развивающих. В нем отражена взаимосвязанность и гетерохронность (неравномерность) развития различных сторон личности ребенка. Другими словами, каждый ребенок находится на различных уровнях развития: на уровне благополучия, соответствующем норме развития; на уровне риска – это означает, что есть угроза возникновения потенциальных трудностей развития; и на уровне актуальных трудностей развития, объективно выражающихся в различного рода отклонениях от нормативного хода развития. Здесь находит отражение закон неравномерности развития. Отставание и отклонение в развитии некоторых аспектов личностного развития закономерно приводят к трудностям и отклонениям в развитии интеллекта ребенка и наоборот. Например, неразвитость учебных и познавательных мотивов и потребностей с высокой вероятностью приводят к отставанию в развитии логического операционального интеллекта. Поэтому при определении целей и задач коррекционной программы нельзя ограничиваться лишь актуальными на сегодняшний день проблемами и сиюминутными трудностями развития ребенка, а нужно исходить из ближайшего прогноза развития.

Взаимообусловленность в развитии различных сторон психики ребенка позволяет в значительной степени оптимизировать развитие за счет интенсификации сильных сторон личности ребенка посредством механиз-

ма компенсации. Кроме того, любая программа психологического воздействия на ребенка должна быть направлена не просто на коррекцию отклонений в развитии, на их предупреждение, но и на создание благоприятных условий для наиболее полной реализации потенциальных возможностей гармонического развития личности.

Таким образом, цели и задачи любой коррекционной, равно, как и развивающей программы, должны быть сформулированы как система задач трех уровней:

а) коррекционного – исправление отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития;

б) профилактического – предупреждение отклонений и трудностей в развитии;

в) развивающего – оптимизация, стимулирование, обогащение содержания развития.

Только единство перечисленных видов задач может обеспечить успех и эффективность коррекционно-развивающих программ.

*Принцип единства коррекции и диагностики.* Этот принцип отражает целостность процесса оказания психологической помощи в развитии клиента как особого вида деятельности практического психолога.

*Принцип приоритетности коррекции каузального типа.* В зависимости от направленности выделяют два типа коррекции: 1) симптоматическую и 2) каузальную (причинную).

Симптоматическая коррекция направлена на преодоление внешней стороны трудностей развития, внешних признаков, симптомов этих трудностей. Напротив, коррекция каузального типа предполагает устранение и нивелирование причин, порождающих сами эти проблемы и отклонения в развитии клиента. Очевидно, что только устранение причин, лежащих в основе нарушения развития, может обеспечить наиболее полное разрешение проблем, ими вызванных.

Работа с симптоматикой, какой бы успешной она ни была, не сможет до конца разрешить переживаемых клиентом трудностей.

Показателен в этом отношении пример с коррекцией страхов у детей. Применение метода рисуночной терапии дает значительный эффект в преодолении симптоматики страхов у детей. Однако в тех случаях, когда причины возникновения страхов и фобий у детей лежат в системе детско-

родительских отношений и связаны, например, с эмоциональным неприятием ребенка родителями и его глубинными аффективными переживаниями, изолированное применение метода рисуночной терапии, не сопряженного с работой по оптимизации родительской позиции, дает лишь нестойкий, кратковременный эффект.

Избавив ребенка от страха темноты и нежелания оставаться одному в комнате, через некоторое время вы можете получить в качестве клиента этого же ребенка, но уже с новым страхом, например – высоты. Только успешная психокоррекционная работа с причинами, вызывающими страхи и фобии (в данном случае работа по оптимизации детско-родительских отношений), позволит избежать воспроизведения симптоматики неблагоприятного развития.

Принцип приоритетности коррекции каузального типа означает, что приоритетной целью проведения коррекционных мероприятий должно стать устранение причин трудностей и отклонений в развитии клиента.

*Деятельностный принцип коррекции.* Теоретической основой для формулирования указанного принципа является теория психического развития ребенка, разработанная в трудах А.Н. Леонтьева, Д.Б. Эльконина, центральным моментом которой является положение о роли деятельности в психическом развитии ребенка. Деятельностный принцип коррекции определяет тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей.

*Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей клиента.* Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей клиента согласует требования соответствия хода психического и личностного развития клиента нормативному развитию, с одной стороны, и признание бесспорного факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития личности – с другой. Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития.

Учет индивидуальных психологических особенностей личности позволяет наметить в пределах возрастной нормы, программу оптимизации развития для каждого конкретного клиента с его индивидуальностью, утверждая право клиента на выбор своего самостоятельного пути.



Коррекционная программа никоим образом не может быть программой усредненной, обезличенной или унифицированной. Напротив, через оптимизацию условий развития и предоставление ребенку возможностей для адекватной широкой ориентировки в проблемной ситуации она создаст максимальные возможности для индивидуализации пути развития клиента и утверждения его «самости».

*Принцип комплексности методов психологического воздействия.* Принцип комплексности методов психологического воздействия, являясь одним из наиболее прозрачных и очевидных принципов построения коррекционно-развивающих программ, утверждает необходимость использования всего многообразия методов, техник и приемов из арсенала практической психологии.

*Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.* Принцип определяется той ролью, которую играет ближайший круг общения в психическом развитии клиента.

Система отношения ребенка с близкими взрослыми, особенности их межличностных отношений и общения, формы совместной деятельности, способы ее осуществления составляют важнейший компонент социальной ситуации развития ребенка, определяют зону ее ближайшего развития. Ребенок не развивается как изолированный индивид отдельно и независимо от социальной среды, вне общения с другими людьми. Ребенок развивается в целостной системе социальных отношений, неразрывно от них и в единстве с ними. То есть объектом развития является не изолированный ребенок, а целостная система социальных отношений, субъектом которых он является.

*Принцип опоры на разные уровни организации психических процессов.* При составлении коррекционных программ необходимо опираться на более развитые психические процессы и использовать методы, их активизирующие. Это эффективный путь коррекции интеллектуального и перцептивного развития. Развитие человека не является единым процессом, оно гетерохронно. Поэтому зачастую в детском возрасте отстает развитие произвольных процессов, в то же время произвольные процессы могут стать основой для формирования произвольности в ее различных формах.

*Принцип программированного обучения.* Наиболее эффективно работают программы, состоящие из ряда последовательных операций, выполнение которых сначала с психологом, а затем самостоятельно приводит к формированию необходимых умений и действий.

*Принцип усложнения.* Каждое задание должно проходить ряд этапов: от минимально простого – к максимально сложному. Формальная сложность материала не всегда совпадает с его психологической сложностью. Наиболее эффективная коррекция на максимальном уровне трудности доступна конкретному человеку. Это позволяет поддерживать интерес в коррекционной работе и дает возможность клиенту испытать радость преодоления.

*Учет объема и степени разнообразия материала.* Во время реализации коррекционной программы необходимо переходить к новому объему материала только после относительной сформированности того или иного умения. Увеличивать объем материала и его разнообразие необходимо постепенно.

*Учет эмоциональной сложности материала.* Проводимые игры, занятия, упражнения, предъявляемый материал должны создавать благоприятный эмоциональный фон, стимулировать положительные эмоции. Коррекционное занятие обязательно должно завершаться на позитивном эмоциональном фоне.

Таким образом, программа коррекционной работы должна быть психологически обоснованной. Успех коррекционной работы зависит прежде всего от правильной, объективной, комплексной оценки результатов диагностического обследования. Коррекционная работа должна быть направлена на качественное преобразование различных функций, а также на развитие различных способностей клиента.

По мнению Е.С. Слюсаревой и Г.Ю. Козловской [8] опыт работы психологов-практиков показывает, что осуществление коррекционной работы происходит в трех принципиально отличающихся ориентацией на клиента позициях:

1) «Делай, как я» – психолог показывает клиенту эффективный способ и обучает его выполнению, добиваясь соответствия с образцом, психолог берет на себя ответственность за данный способ действия;

2) «Давай сделаем вместе» – психолог делит ответственность за поиск и нахождение эффективного способа вместе с клиентом,

3) «Давай подумаем, как сделать лучше» – психолог передает ответственность за осуществление найденного способа клиенту, предельно расширяет его возможности в выборе способа и его освоении

Первая позиция ближе всего к психотехническим воздействиям, когда их содержание предлагается клиенту как заведомо эффективное.

Вторая позиция предполагает уже осознание клиентом своих возможностей, но это осознание предполагает ориентацию в большей степени на типичное во внутреннем мире клиента.

Третья позиция психолога предполагает ориентацию клиента в индивидуальных особенностях его внутреннего мира и их осознание.

Целесообразность каждой позиции определяется конкретными задачами коррекции, но нельзя не отметить, что если психолог пользуется какой-то одной позицией, то он уже работает стереотипно, а это затрудняет дифференциацию задач коррекции.

Программы коррекции должны отвечать некоторым основным требованиям, удовлетворение которых обеспечивает корректность и, отчасти, эффективность составленной программы.

Требования к программам определяются основными принципами психолого-педагогической коррекции: единство коррекции и развития, единство возрастного и индивидуального развития, единство диагностики и коррекции развития, деятельностный принцип осуществления коррекции, подход к каждому ребенку как к уникальной личности. Единство коррекции и развития определило название программ как коррекционно-развивающих.

Основные требования к составлению психокоррекционной программы. При составлении психокоррекционной программы необходимо учитывать следующие моменты:

- четко формулировать цели коррекционной работы;
- определить круг задач, которые конкретизируют цели коррекционной работы;
- выбрать стратегию и тактику проведения коррекционной работы;
- четко определить формы работы (индивидуальная, групповая или смешанная) с клиентом;

- отобрать методики и техники коррекционной работы;
- определить общее время, необходимое для реализации всей коррекционной программы;
- определить частоту необходимых встреч (ежедневно, 1 раз в неделю, 2 раза в неделю, 1 раз в две недели и т.д.);
- определить длительность каждого коррекционного занятия (от 10-15 мин в начале коррекционной программы до 1,5-2 ч на заключительном этапе);
- разработать коррекционную программу и определить содержание коррекционных занятий;
- планировать формы участия других лиц в работе (при работе с семьей - подключение родственников, значимых взрослых и т.д.);
- реализовать коррекционную программу (необходимо предусмотреть контроль динамики хода коррекционной работы, возможности внесения дополнений и изменений в программу);
- подготовить необходимые материалы и оборудование.

Цель и задачи коррекционной программы должны быть сформулированы как система трех уровней [2, с. 35]:

1. Коррекционный уровень – направление отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития.
2. Профилактический уровень – предупреждение отклонений и трудностей в развитии.
3. Развивающий уровень – оптимизация, стимулирование, обогащение содержания развития.

Только единство перечисленных видов задач может обеспечить успех и эффективность коррекционно-развивающих воздействий.

Программа должна иметь в своей структуре следующие элементы [9, с. 21-23]:

- 1) пояснительная записка, где обозначены: актуальность данной программы; ее цель и задачи; целевая аудитория; методы коррекции конкретной проблемы, на решение которой направлена данная программа; ожидаемые коррекционные результаты с указанием способов их оценки и критериев; длительность и условия реализации данной программы коррекции);
- 2) тематический план программы коррекции;

- 3) основное содержание каждого коррекционного занятия;
- 4) список литературы.

Пояснительная записка должна содержать максимально полную информацию об основных идеях программы, их актуальности и предполагаемой востребованности; содержании коррекционных воздействий и принципах организации процесса реализации коррекции с клиентами определенного возраста; сроках реализации программы; принципах формирования коррекционных групп (в случае групповой коррекции); особенностях программы, используемых в ней ключевых понятий и технологий; особенностях возрастной группы клиентов, на которых рассчитана программа; формах занятий.

Цель и задачи программы должны быть:

- адекватны возрастным особенностям клиентов (их интересам на данном этапе онтогенеза, испытываемым трудностям в развитии и т.п.);
- обоснованы аргументами, убедительны для руководителя учреждения и специалистов-психологов;
- реальны (обеспечены необходимыми ресурсами и подлежащи поэтапному исполнению посредством выполнения оперативных задач);
- реализуемы (конкретны и выверены в возможности выполнения намеченного плана);
- привлекательны для детей.

Тематический план является основным элементом программы. Этот раздел должен быть соотнесен с целью и задачами программы коррекции, сроками, этапами, порядком и регламентом ее реализации; обеспечивать получение ожидаемых результатов посредством обоснованной последовательности приемов, времени и разнообразия форм коррекционного процесса.

К тематическому плану прилагается конспект занятий с основным содержанием каждого занятия.

Оформление программ должно осуществляться в соответствии с принятыми на Федеральном уровне следующими нормами.

На титульном листе должны быть обозначены:

- полное название образовательного учреждения, в котором составляется данная программа;

- резолюция должностного лица, утверждающего программу, заверенная соответствующей печатью;
- название коррекционной программы;
- ФИО автора (составителя, разработчика) и занимаемая им должность;
- место и дата оформления программы.

Эффективность коррекционного воздействия может быть оценена [2, 5]:

1. С позиции разрешения реальных трудностей развития.
2. С позиции постановки цели и задач коррекционной программы.

Эффективность коррекционного воздействия определяется, в большинстве случаев, качеством содержания, своевременностью и адекватностью реализации конкретной программы. Эффективность работы, как правило, зависит и от степени соответствия психокоррекционной работы индивидуальным особенностям психического развития клиента. Однако необходимо помнить, что эффекты коррекционной работы проявляются на протяжении достаточно длительного временного интервала: в процессе коррекционной работы, к моменту ее завершения; и, наконец, спустя 6 месяцев можно окончательно говорить о закреплении или утере клиентом позитивных эффектов коррекционной работы.

На эффективность психокоррекционной работы влияют следующие факторы (данная классификация составлена на основании работ Р. Корзини, Б. Розинберга, И. Ялома, С. Кратохвила): универсальность, принятие, альтруизм, отреагирование, самораскрытие, обратная связь, инсайт, коррекционный эмоциональный опыт, проверка нового поведения, предоставление информации. Некоторые из рассматриваемых факторов характерны и для индивидуальной, и для групповой психокоррекции, другие – только для групповой. Рассмотрим эти факторы подробнее.

1. *Универсальность*, или «чувство общности», «участие в группе», наблюдается только в групповой психокоррекции. Ребенок не одинок в своих проблемах. Уже само непосредственное участие в работе психокоррекционной группы воздействует эффективно и вызывает желаемые изменения. Приходя в группу, дети полагают, что у них особые исключительные проблемы и что они вряд ли смогут поделиться своими мыслями и переживаниями. Когда же в группе они видят, что у других членов те же

самые опасения и что у других есть такие же проблемы, им становится значительно легче.

2. *Принятие, или акцепция.* С. Кратохвил называет этот фактор эмоциональной поддержкой. При эмоциональной поддержке большое значение имеет создание климата психологической безопасности. Безусловное принятие ребенка группой, наряду с эмпатией психолога и его конгруэнтностью, – одна из составляющих позитивного отношения, которое стремится построить психолог. Эта триада К. Роджерса имеет огромное значение в индивидуальной коррекции и не меньшее – в групповой. В самой простой форме эмоциональная поддержка проявляется в том, что психолог в индивидуальной психокоррекции или участники группы при групповой психокоррекции слушают человека и пытаются понять его. Далее следует принятие и сочувствие. Если ребенок является членом группы, то его принимают без оглядки на его положение, особенности поведения, прошлое. Он принимается таким, каков он есть, с собственными мыслями и чувствами. Группа позволяет ему отличаться от других членов группы, от норм общества и никто его не осуждает.

3. *Альтруизм.* Положительный психокоррекционный эффект на ребенка может оказывать не только поддержка и помощь, получаемая от других, но и то, что он сам помогает другим, сочувствуя им, вместе обсуждая их проблемы. Альтруизм помогает преодолеть болезненную направленность на себя, повышает чувство принадлежности к остальным, чувство уверенности и адекватной самооценки. Этот механизм специфичен для групповой психокоррекции. Он отсутствует в индивидуальной психокоррекции, т.к. там ребенок находится исключительно в позиции человека, которому помогают. В групповой психокоррекции все дети играют психокоррекционные роли по отношению к другим членам группы.

4. *Отреагирование, или катарсис.* Сильное проявление аффектов – важная составная часть коррекционного процесса. Этот механизм является универсальным. Он срабатывает и в индивидуальной, и в групповой психокоррекции. Эмоциональное отреагирование приносит значительное облегчение детям и поддерживается и психологом, и участниками коррекционной группы. По мнению И. Ялома, отреагирование грусти, травматических переживаний и выражение сильных, важных для индивида эмоций стимулирует развитие групповой сплоченности.

5. *Самораскрытие.* Этот механизм в большей степени присутствует при групповой психокоррекции, стимулирует откровенность, проявление скрытых мыслей, желаний, переживаний. Кроме различных переживаний и отношений, связанных с чувством вины, сюда относятся события и поступки, которых ребенок просто стыдится. Существует, однако, риск, что если ребенок раскроется и не получит поддержки, то это окажется для него болезненным и нанесет психотравму.

6. *Обратная связь, или конфронтация.* Обратная связь означает, что ребенок узнает от других членов группы, как они воспринимают его поведение, как оно на них воздействует. Этот механизм имеет место и в индивидуальной психокоррекции, и в групповой, но в групповой его значение во много раз увеличивается. Обратная связь – главный фактор групповой психокоррекции. Другие люди могут быть источником той информации о нас самих, которая нам не совсем доступна. В обыденной жизни мы часто сталкиваемся с людьми, проблемы которых прямо написаны у них на лице, и люди, вступающие с таким человеком в контакт, не указывают ему на его недостатки, так как боятся показаться бестактными и обидеть его. А ведь именно эта информация представляет материал, с помощью которого он мог бы измениться. Термин «конфронтация» часто применяют для отрицательной обратной связи. Некоторые психологи считают конфронтацию в форме конструктивной критики очень полезным психокоррекционным фактором. Одновременно они указывают, что при преобладании одной только конфронтации критика перестает восприниматься как дружеская и конструктивная, что ведет к усилению психологической защиты. Конфронтацию необходимо сочетать с эмоциональной поддержкой, которая создает атмосферу взаимного интереса, понимания и доверия.

7. *Инсайт.* Инсайт означает понимание ребенком неосознаваемых прежде связей между особенностями своей личности и неадаптивными способами поведения. Инсайт относится к когнитивному научению и вместе с эмоциональным коррекционным опытом и опытом нового поведения объединяется в категорию интерперсонального научения.

8. *Коррекционный эмоциональный опыт.* Коррекционный эмоциональный опыт представляет собой интенсивные переживания актуальных отношений или ситуаций, благодаря которому происходит коррекция неправильного обобщения, сделанного на основе тяжелых прошлых пере-



живаний. Сущность этого механизма состоит в том, что клиент в условиях психокоррекционной ситуации, будь то индивидуальная или групповая психокоррекция, повторно переживает эмоциональный конфликт, который до сих пор был не в состоянии разрешить. Но реакция на его поведение психолога или члена группы отличается от той, которую он обычно провоцирует у окружающих.

9. *Проверка нового поведения.* В соответствии с осознанием старых неадаптивных стереотипов поведения постепенно осуществляется переход к приобретению новых. Психокоррекционная группа предоставляет для этого целый ряд возможностей. Прогресс зависит от готовности ребенка к изменениям, степени его идентификации с группой, от стойкости его прежних принципов и позиций, от индивидуальных черт характера. В закреплении новых реакций большую роль играют импульсы со стороны группы. Социально неуверенный ребенок, который пытается завоевать признание пассивным ожиданием, начинает проявлять активность и высказывать собственное мнение. При этом он не только не теряет симпатии своих товарищей по группе, но его начинают больше ценить и признавать. В результате этой положительной обратной связи новое поведение закрепляется и ребенок убеждается в его выгодах.

10. *Предоставление информации, обучение наблюдению.* В группе ребенок получает новые знания о том, как люди ведут себя, информацию об интерперсональных отношениях, об адаптивных и неадаптивных персональных стратегиях. Здесь имеется в виду не обратная связь, которую ребенок получает в отношении собственного поведения, а сведения, которые он приобретает в результате своих наблюдений за поведением других. Ребенок проводит аналогии, обобщает, делает выводы, наблюдает и таким образом учится и познает некоторые закономерности человеческих отношений. Он может теперь взглянуть на одни и те же вещи с разных сторон, познакомиться с разными мнениями по одному и тому же вопросу и многому научиться, даже если сам не будет принимать активного участия в обсуждении.

А.А. Осипова говорит о том, что эффективность коррекционных программ существенно зависит от времени осуществления воздействия. Чем раньше выявлены отклонения и нарушения в развитии, чем раньше начата коррекционная работа, тем большая вероятность успешного раз-

решения трудности развития. Автор отмечает следующие факторы, определяющие эффективность психокоррекции:

1. Ожидания клиента.
2. Значение для клиента освобождения от имеющихся проблем.
3. Характер проблем клиента.
4. Готовность клиента к сотрудничеству.
5. Ожидания психолога, осуществляющего коррекционные мероприятия.
6. Профессиональный и личностный опыт психолога.
7. Специфическое воздействие конкретных методов психокоррекции.

По завершении коррекционных мероприятий составляется психологическое или психолого-педагогическое заключение о целях, задачах и результатах реализованной коррекционной программы с оценкой ее эффективности.

Коррекционно-развивающая программа разрабатывается и осуществляется в совместной деятельности детского (школьного) психолога и педагога (воспитателя, учителя). Психолог на основе психологического обследования детей (психодиагностики) или психологического анализа какой-либо педагогической ситуации формулирует рекомендации. Эти рекомендации реализуются в работе с детьми педагогами и родителями при взаимодействии с психологом и при активной роли самого ребенка.

Рекомендации по коррекции психического развития ребенка эффективны лишь тогда, когда они даются в контексте понимания целостной личности, в совокупности всех ее качеств и свойств. С.Л. Рубинштейн в целостную структуру личности включал:

- направленность (потребности, мотивы, цели, интересы, идеалы, убеждения, мировоззрение, установки);
- способности (общие, специальные, одаренность, талант);
- характер (отношение к себе, к людям, к миру, волевые качества).

У ребенка структура личности только формируется, компоненты, ее составляющие, развиваются неравномерно, коррекционные программы и призваны создавать условия для сбалансированного развития отдельных структурных компонентов личности как целостности.

При этом может идти работа как с самим ребенком по коррекции его отдельных психологических образований, так и с условиями жизни, воспитания и обучения, в которых находится ребенок.

Основные этапы психокоррекции при работе со школьниками следующие:

1. Диагноз.

2. Прогноз (предвидение дальнейшего развития личности при условии своевременной коррекции и при отсутствии таковой).

3. Создание психолого-педагогической коррекционной программы. В ней определяется цель, направления психокоррекции, приблизительное количество занятий, их периодичность, продолжительность занятий; перечисляются приемы и методы, которые будут использоваться.

Обязательным является наличие в коррекционной программе психологической части, которую осуществляет психолог, и педагогической, которую психолог разрабатывает с родителями, социальными работниками, педагогами и т.д. и осуществление которой происходит под контролем психолога.

4. Выполнение психокоррекционной программы.

5. Анализ ее эффективности.

Коррекционная работа должна строиться не как простая тренировка умений и навыков, не как отдельные упражнения по совершенствованию психологической деятельности, а как целостная осмысленная деятельность ребенка, органически вписывающаяся в систему его повседневных жизненных отношений.

При разработке коррекционно-развивающих программ следует понимать, что каждый детский сад, школа, интернат, детский дом, любое учебно-воспитательное детское учреждение имеет свои особенности, которые так или иначе оказывают влияние на развитие ребенка. Поэтому специфика конкретных задач и формы проведения коррекционной работы зависят от типа детского учреждения.

### **3.2. Основные виды коррекционных программ**

Для осуществления коррекционных воздействий необходимы создание и реализация определенной модели коррекции: общей, типовой, индивидуальной.

*Общая модель коррекции* – это система условий оптимального возрастного развития личности в целом. Она предполагает расширение, углубление, уточнение представлений человека об окружающем мире, о людях, общественных событиях, о связях и отношениях между ними; использование различных видов деятельности для развития системности мышления, анализирующего восприятия, наблюдательности и т.д.; щадящий охранительный характер проведения занятий, учитывающий состояние здоровья клиента (особенно у клиентов, переживших посттравматический стресс, находящихся в неблагоприятных социальных и физических условиях развития). Необходимо оптимальное распределение нагрузки в течение занятия, дня, недели, года, контроль и учет состояния клиента.

*Типовая модель коррекции* основана на организации практических действий на различных основах; направлена на овладение различными компонентами действий и поэтапное формирование различных действий.

*Индивидуальная модель коррекции* включает в себя определение индивидуальной характеристики психического развития клиента, его интересов, обучаемости, типичных проблем; выявление ведущих видов деятельности или проблем, особенностей функционирования отдельных сфер в целом, определение уровня развития различных действий; составление программы индивидуального развития с опорой на более сформированные стороны, действия ведущей системы для осуществления переноса полученных знаний в новые виды деятельности и сферы жизни конкретного человека.

Существуют стандартизированные и свободные (ориентированные на настоящий момент) коррекционные программы.

В *стандартизированной программе* четко расписаны этапы коррекции, необходимые материалы, требования, предъявляемые к участникам данной программы. Перед началом осуществления коррекционных мероприятий психолог должен проверить возможности реализации всех этапов программы, наличие необходимых материалов, соответствие возможностей, предъявляемых к участникам данной программы.

*Свободную программу* психолог составляет самостоятельно, определяя цели и задачи этапов коррекции, продумывая ход встреч, намечая ориентиры результата достижений для перехода к следующим этапам психокоррекции.

Целенаправленное воздействие на клиента осуществляется через психокоррекционный комплекс, состоящий из нескольких взаимосвязанных блоков.

Каждый блок направлен на решение различных задач и состоит из особых методов и приемов.

Психокоррекционный комплекс включает в себя четыре основных блока:

1. Диагностический. Цель: диагностика особенностей развития личности, выявление факторов риска, формирование общей программы психологической коррекции.

2. Установочный. Цель: побуждение желания взаимодействовать, снятие тревожности, повышение уверенности клиента в себе, формирование желания сотрудничать с психологом и что-либо изменить в своей жизни.

3. Коррекционный. Цель: гармонизация и оптимизация развития клиента, переход от отрицательной фазы развития к положительной, овладение способами взаимодействия с миром и самим собой, определенными способами деятельности.

4. Блок оценки эффективности коррекционных воздействий. Цель: измерение психологического содержания и динамики реакций, способствование появлению позитивных поведенческих реакций и переживаний, стабилизация позитивной самооценки.

Психокоррекция на практике применяется в двух формах: индивидуальной и групповой.

*Индивидуально-психологическая коррекция* – это обоснованное воздействие психолога на дискретные характеристики внутреннего мира человека (Г.С. Абрамова). Принятие решения о проведении индивидуальной психологической коррекции, путях ее осуществления определяется представлением психолога о содержании своей коррекционной работы.

В случае индивидуальной психокоррекционной работы психолог работает с клиентом один на один при отсутствии посторонних лиц. Во втором случае он работает с группой клиентов, которые в психокоррекционном процессе взаимодействуют не только с психологом, но и друг с другом.

Достоинством индивидуальной психокоррекции является то, что она обеспечивает конфиденциальность, тайну и по своему результату бывает более глубокой, чем групповая. Все внимание психолога направлено только на одного человека. Индивидуальная психокоррекция удобна тем, что лучше раскрывает особенности клиента, снимает у него психологические барьеры, которые неизбежно возникают и с трудом преодолеваются в том случае, когда человеку приходится откровенно высказываться в присутствии других людей.

Но этот вид психокоррекции малоэффективен при решении проблем межличностного характера, для которых необходима работа в группе.

Необходимыми условиями индивидуальной психологической коррекции являются следующие:

- 1) добровольное согласие на получение такой помощи;
- 2) доверие клиента к психологу;
- 3) активность клиента и его творческо-исследовательское отношение к собственным проблемам;
- 4) право клиента принимать или не принимать оказываемую помощь;
- 5) право клиента самому решать вопросы в своей жизни.

Существуют правила и установки, позволяющие психологу структурировать процесс индивидуальной психокоррекции и делать его более эффективным:

1. Не бывает двух одинаковых клиентов и ситуаций психокоррекции. Человеческие проблемы только на первый взгляд могут показаться схожими, однако они возникают, развиваются, существуют в контексте уникальных человеческих жизней, поэтому проблемы в действительности являются уникальными и соответственно каждое коррекционное воздействие уникально и неповторимо.

2. В процессе коррекции психолог и клиент постоянно изменяются сообразно их отношениям (в психологической коррекции не может быть статичных ситуаций).

3. Самым лучшим экспертом собственных проблем является клиент, поэтому следует помочь ему принять на себя ответственность за их решение. Видение собственных проблем клиентом не менее, а, может быть, более важно, нежели представление о них психолога.

4. В процессе коррекции чувство безопасности клиента важнее, чем требования психолога. Таким образом, в коррекции неуместно добиваться цели любой ценой, не обращая внимания на эмоциональное состояние клиента

5. Стремясь помочь клиенту, психолог обязан «подключить» все свои профессиональные и личностные возможности, однако в каждом конкретном случае он не должен забывать, что он всего лишь человек и поэтому не способен полностью отвечать за другого человека, за его жизнь и трудности.

6. Не следует ожидать непосредственного эффекта от каждой отдельно взятой коррекционной встречи. Решение проблем, а также успех коррекции не похожи на равномерно поднимающуюся вверх прямую – это процесс, в котором заметные улучшения сменяются ухудшениями, потому что самоизменение требует многих усилий и риска, которые не всегда и не сразу завершаются успехом.

7. Компетентный психолог знает уровень своей профессиональной квалификации и собственные недостатки, он ответствен за соблюдение правил этики и работы на благо клиентов.

8. Для обозначения и концептуализации каждой проблемы могут быть использованы различные теоретические подходы, но нет и не может быть единственного наилучшего теоретического подхода.

9. Некоторые проблемы в принципе неразрешимы (например, проблема экзистенциальной вины, принятие утраты). В таких случаях психолог должен постараться помочь клиенту принять неизбежность ситуации и смириться с ней.

10. Эффективная коррекция – это процесс, который выполняется вместе с клиентом, но не вместо клиента.

*Психокоррекционная группа* – это искусственно созданная малая группа, объединенная целями межличностного исследования, личностного научения, самораскрытия. Это взаимодействие «здесь и теперь», при котором участники изучают происходящие с ними процессы межличностного взаимодействия в данный момент и в данном месте.

Специфика групповой психокоррекции заключается в целенаправленном использовании групповой динамики, т.е. всей совокупности взаимоотношений и взаимодействий, возникающих между участниками груп-

пы, включая и психолога, в коррекционных целях. Групповая психокоррекция не является самостоятельным направлением психокоррекции, а представляет лишь специфическую форму, при использовании которой основным инструментом воздействия выступает группа клиентов, в отличие от индивидуальной психокоррекции, где таким инструментом является только сам психолог.

Среди коррекционных групп выделяют группы для решения проблем, для обучения межличностным взаимоотношениям, роста (самосовершенствования).

Психокоррекционные группы могут быть центрированы преимущественно на руководителе (группы тренинга умений) или на ее членах (группы встреч). Состав группы определяется ее типом (группа встреч, группа умений и т.д.), а также формой и содержанием предполагаемой психокоррекционной работы.

В самом общем виде цели групповой психокоррекции определяются как раскрытие, анализ, осознание и проработка проблем клиента, его внутриличностных и межличностных конфликтов и коррекция неадекватных отношений, установок, эмоциональных и поведенческих стереотипов на основе анализа и использования межличностного взаимодействия. Таким образом, задачи групповой психокоррекции фокусируются на трех составляющих самосознания:

1. Самопонимание (когнитивный аспект).
2. Отношение к себе (эмоциональный аспект).
3. Саморегуляция (поведенческий аспект).

Один из важнейших механизмов коррекционного воздействия в групповой психокоррекции – возникновение и переживание клиентом в группе тех эмоциональных ситуаций, которые были у него в реальной жизни в прошлом и являлись субъективно неразрешимыми и неотреагированными, – предполагает проработку прошлого негативного опыта, проявляющегося в актуальной эмоциональной ситуации в группе, без которой невозможно добиться позитивных, достаточно глубоких личностных изменений. Адекватное самопонимание также не может быть достигнуто вне общего контекста формирования развития личности клиента.

В настоящее время сложились традиционные групповые формы коррекционной работы. Дадим им краткую характеристику.



### *Тренинговые группы.*

История создания тренинговых групп (Т-групп) тесно связана с именем К. Левина. Работая сначала в лаборатории, затем в полевых условиях, К. Левин пришел к выводу, что люди в группе постоянно воздействуют друг на друга. Группы быстро приобрели популярность как новый эффективный метод обучения, и основными задачами групп тренинга, или групп тренинга базовых умений, было обучение участников основным законам межличностного общения, умению руководить и принимать правильные решения в трудных ситуациях.

Занятие в группе предполагает психологическую безопасность. Чем ближе задачи тренинговой группы к решению вопросов роста личности, межличностных отношений и чем успешнее авторитарные методы руководства заменяются неавторитарными, тем больше Т-группа (особенно ее сензитивный тип) приближается к группе встреч. И все же между Т-группой и группой встреч существует разница. Прежде всего Т-группа учит, как учиться. Поскольку все члены группы вовлекаются в общий процесс взаимообучения, они в большей мере полагаются на руководителя. Таким образом, обучение является скорее результатом опыта самой группы, нежели разъяснений и рекомендаций руководителя. Обучение тому, как учиться, включает в себя отдельные этапы: представление самого себя, обратная связь, экспериментирование. Конечная цель тренинговой группы – научить ее участников применять полученные на занятиях знания и навыки в реальной жизни.

Т-группа в психокоррекционном плане имеет две основные цели:

1. Самосовершенствование личности.
2. Обучение навыкам межличностного общения.

Т-группа, кроме функции научения, выполняет еще и функцию психического выздоровления. Это означает, что занятия в Т-группе делают ее участников более восприимчивыми к чужим чувствам и потребностям, позволяют глубже осознать себя и свое собственное поведение, помогают наладить адекватные межличностные отношения, повысить свою коммуникабельность, открытость, укрепить уважение к окружающим и чувство собственного достоинства.

Позже Т-группы по своему целевому назначению стали подразделяться на группы развития коммуникативных навыков и умений (подго-

товка руководителей, деловых людей); группы межличностных отношений (проблемы семьи, брака); группы сензитивности (группы, ориентированные на рост и самосовершенствование личности).

Социально-психологический тренинг также относится к формам тренинговых групп. В широком смысле слова под социально-психологическим тренингом (СПТ) понимается практика психологического воздействия, основанная на активных методах групповой работы. При этом подразумевается использование своеобразных форм обучения знаниям, умениям и техникам в сфере общения, деятельности, собственного развития и коррекции.

СПТ направлен на овладение определенными социально-психологическими знаниями, развитие коммуникативных способностей персонала, рефлексивных навыков, способности анализировать ситуацию, поведение, состояние как членов группы, так и свои собственные, умения адекватно воспринимать себя и окружающих. При этом вырабатываются и корректируются нормы личностного поведения и межличностного взаимодействия, а также развивается способность гибко реагировать на ситуацию, быстро перестраиваться в различных условиях и разных группах.

#### *Группы встреч.*

Развитие такой формы групповой работы, как группы встреч, связано с именами К. Роджерса, У. Шутца, Р. Прайса, М. Мэрфи и др. Центром развития движения групп встреч считается Институт Эсален (США, штат Калифорния). В группах встреч основное внимание сосредоточено на выяснении индивидуальности и развитии каждого человека как личности.

Цель этих групп – осознание и возможно полная реализация того потенциала личностного и интеллектуального развития, который заложен в каждом индивиде.

В группах встреч основное внимание уделяется выбору, который участник делает в текущий момент, и ответственности участника за последствия своего выбора. За каждым участником признается право стремиться к радостной и наполненной жизни, к собственной самоактуализации. Членов группы просят соблюдать несколько базовых правил:

- организовывать открытое и честное общение;
- уделять особое внимание телесным ощущениям;
- обращать внимание на чувства, а не на мысли;

– апеллировать (насколько это возможно) к своему прошлому опыту и рассудочным описаниям.

Основные этапы работы групп встреч:

1. Установление межличностных контактов. Процедура совместной работы в группах встреч рассчитана на установление атмосферы доверия между участниками, открытости и безусловного принятия и одобрения каждого человека таким, каков он есть в реальной жизни.

2. Установление отношений доверия. Ощущения изолированности от группы характерно для тех ее членов, которые и в реальной жизни испытывают тревогу в общении и не доверяют другим свои переживания.

3. Преодоление возникающих конфликтов. Нередко возникающие в группе конфликты могут быть связаны с лидерством и доминированием, когда на первый план выходит соревнование или соперничество, а также во время того, когда участники делятся своими чувствами и переживаниями.

4. Преодоление сопротивления к самораскрытию. Иногда члены групп оказывают сопротивление или упорствуют в защите своих обычных, ограничивающих их возможности форм поведения.

5. Выражение сочувствия, поддержки друг другу. Чтобы правильно осознать свое поведение и полностью раскрыться, каждый участник группы нуждается в положительной поддержке всей группы.

*Гештальт-группы.*

Внешнее отличие практики гештальт-групп от Т-групп и групп встреч заключается в том, что руководитель гештальт-группы одновременно работает не со всеми ее участниками, а один на один с кем-либо из ее членов, добровольно согласившимся стать на время главным действующим лицом, т.е. сесть на так называемое «горячее место». Остальные члены группы наблюдают за процессом взаимодействия ведущего и клиента, находящегося на «горячем стуле». В результате такого наблюдения они начинают лучше понимать и осознавать собственные проблемы, идентифицируя себя с человеком, с которым работает ведущий.

Основные принципы гештальткоррекции:

1. Принцип «здесь и сейчас». Это функциональная концепция того, что делает индивид в данный момент. «Здесь и сейчас» выступает существеннейшим моментом психологического процесса, когда психолог побуж-

дает клиента оставаться в потоке актуальных переживаний, не выходя из него и тем самым научаясь соотносить свое переживание ситуации с самой ситуацией.

2. Принцип «Я – ты» выражает стремление к открытому и непосредственному контакту между людьми. Часто свои высказывания члены коррекционной группы направляют не по адресу, не конкретному участнику, а в сторону или в воздух, что обнаруживает их опасение и нежелание говорить прямо и однозначно.

3. Принцип субъективизации высказываний.

4. «Континуум сознания» является неотъемлемой частью всех технических процедур, но может использоваться в качестве отдельного метода. Это концентрация на спонтанном потоке содержания переживаний, метод подведения индивида к непосредственному переживанию и отказу от вербализации и интерпретации. Осознание чувств, телесных ощущений и наблюдение за движениями тела способствуют ориентации человека в самом себе и в своих связях с окружением.

*Телесно-ориентированные группы.*

Многие телесные расстройства (осанки, дыхания и др.) можно рассматривать как результат нарушений в психике и сбалансированности всего организма. В стрессовой ситуации в организме происходят физиологические изменения: учащается пульс, дыхание, напрягаются мышцы лица и шеи, брюшного пресса, возникают спазмы и т.д. Даже если человек не осознает стрессовую ситуацию (и соответственно не борется с ней), она все равно отражается на состоянии организма. Испытываемые человеком впечатления влияют на его движения, дыхание, мышечное напряжение, общее самочувствие. Многие соматические расстройства (гипертония, язва желудка, эндокринные нарушения и др.) имеют психогенную природу и являются следствием психологической реакции на стресс.

Психологические защитные механизмы также имеют телесные проявления, такие как мышечная зажатость и напряжение. Поскольку психическое и физическое тесно взаимосвязаны, то в телесно-ориентированных группах решаются проблемы как мышечного напряжения и скованности, так и психической резистентности. Ограничения активности, спонтанности и внутренней свободы исчезают в процессе выполнения определенных

упражнений, которые дают возможность клиенту использовать свои внутренние ресурсы и креативность.

В телесно-ориентированных группах используется набор методов, ориентированных на изучение тела, осознание клиентом телесных ощущений, на исследование того, как потребности, желания и чувства проявляются в различных телесных состояниях, и на обучение способам исправления нарушений. В телесно-ориентированных группах внимание первоначально фокусируется на взаимоотношениях между руководителем группы и отдельным участником, а затем обращается к поощрению и поддержке другими участниками.

#### *Групповая дискуссия.*

Наряду с термином «групповая дискуссия» употребляются такие понятия, как «свободная дискуссия», «неструктурированная дискуссия», и др. Традиционно групповую дискуссию относят к вербальным методам, так как основным средством взаимодействия здесь является вербальная коммуникация, а в центре анализа находится преимущественно вербальный материал. Подобное деление несколько условно, так как анализ невербального поведения согласованности или противоречивости вербальной и невербальной коммуникации составляет существенный аспект групповой дискуссии.

По процедуре групповая дискуссия представляет собой коллективное обсуждение какой-либо проблемы, конечной целью которого является достижение определенного общего мнения по ней. В ходе дискуссии происходит коллективное сопоставление мнений, оценок, информации по обсуждаемой проблеме. Психологическая ценность дискуссии состоит в том, что благодаря принципу обратной связи и мастерству руководителя каждый участник получает возможность увидеть, как по-разному можно подойти к решению одной и той же проблемы, как велики индивидуальные различия людей в восприятии и интерпретации одних и тех же ситуаций.

#### *Группы умений.*

Группа тренинга умений включает в себя определенное число людей, испытывающих трудности в общении и взаимодействии с другими людьми и проходящих запрограммированный курс обучения отсутствующим у них коммуникативным умениям и навыкам. Члены таких групп

рассматриваются как учащиеся, желающие приобрести нужные умения и навыки, которые помогут им лучше адаптироваться к жизни.

Занятия в группах тренинга умений могут оказаться особенно полезными для детей подросткового и раннего юношеского возраста. Приобретение ими коммуникативных умений делает детей независимыми, компетентными в общении и предопределяет их будущие успехи в тех видах деятельности, выполнение которых зависит от их умения оказывать влияние на людей.

Целью групп тренинга умений является выработка нужных внешних форм поведения. К числу таких умений относятся те, которые помогают избавиться от состояния тревоги, страха, помогают справляться с чрезмерными эмоциональными возбуждениями, а также умения, необходимые для профессиональной деятельности, для принятия решений и выполнения родительских функций, для ведения переговоров и дискуссий. Членов таких групп учат вести самонаблюдение, фиксировать и записывать данные о себе.

Работа групп тренинга умений строится на ролевом проигрывании сложных жизненных ситуаций, в которых эти умения могут быть выработаны. Сначала разыгрываются простые социальные ситуации, затем они усложняются и доводятся до уровня конфликтных, т.е. таких, из которых трудно найти простой и единственно возможный выход, полностью устраивающий всех участников.

В некоторых случаях используются технические средства обучения, в частности аудио- и видеозаписи. Иногда работа групп тренинга умений, особенно когда их участниками являются заторможенные, тревожные, неуверенные в себе люди, сопровождается или предваряется элементами ауто-тренинга. Группы встреч могут оказаться полезными для клиентов с целью повышения уровня их самоосознания и развития личности.

### **Вопросы для обсуждения**

1. Учет коррекционной, профилактической и развивающей задач при составлении коррекционно-развивающей программы.
2. Модели психологической коррекции: общая, типовая, индивидуальная.
3. Психокоррекционный комплекс.
4. Факторы, определяющие эффективность психологической коррекции.

### **Задания для самостоятельной работы**

1. В книге А.О. Карабановой «Игра в коррекции психического развития ребенка» (М., 1997) выпишите этапы реализации коррекционно-развивающей программы.

2. Составьте программу коррекционных мероприятий для: а) коррекции познавательной сферы школьников (любой школьный возраст); б) коррекции эмоциональной сферы учащихся (младший школьный возраст; подростничество); в) коррекции волевой сферы личности (любой возрастной период); г) коррекции поведения подростков.

3. Составьте программу комплексных психолого-педагогических мероприятий по сопровождению личности одного из следующих возрастов: 1) старший дошкольный; 2) младший школьный; 3) подростковый; 4) старший школьный; 5) юношеский.

### **Литература**

1. Бурменская Г.В., Захарова Е.И., Карабанова О.А. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков. – М.: Академия, 2002. – 416 с.

2. Караяни А.Г., Сыромятников И.В. Психотерапия и психокоррекция как методы психологической помощи //Прикладная военная психология. – СПб.: Питер, 2006. – 480 с.

3. Мамайчук И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб, 2003. – 400 с.

4. Осипова А.А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. – М., 2000. – 240 с.

5. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 512 с.

6. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Диагностико-консультативная деятельность психолога образования. – М.: Айрис-пресс, 2004. – 288 с.

7. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования. – М, 2005. – 336 с.

8. Слюсарева Е.С., Козловская Г.Ю. Специальная психология. – Ставрополь, 2005. – 150 с.

9. Черпакова Е.А. Разработка коррекционно-развивающих программ // Справочник педагога-психолога. Школа. – 2012. - № 4. – С. 20-29.

Основные направления психокоррекции

Направление	Объект воздействия	Причины психологических проблем	Основной метод	Основная задача психокоррекции
Психоаналитическое	Конфликт между «Сверх-Я» и «Оно»	Деструктивное действие механизмов психологической защиты	Интерпретация	Осознание пациентом внутреннего конфликта
Экзистенциально-гуманистическое	Становление личности	Блокирование внутриличностных ресурсов	Помощь в самоосознании и личностном росте	Интеграция адекватного целостного «Я» и расширение пространств бытия
Поведенческое	Поведение	Неправильное научение, приведшее к неадаптивному поведению	Формирование навыков	Обучение новым адаптивным способам поведения



## Приложение 2

Чаще всего в пантомимической части психогимнастики используются следующие темы (по А.А. Осиповой):

1. Преодоление трудностей. Это темы, отражающие общечеловеческие проблемы и конфликты, которые могут быть представлены в символическом виде («преодоление трудностей», «запретный плод», «перекресток», «болезнь», «здоровье», «счастье», «тревога» и т.д.). Все клиенты по очереди изображают, как они преодолевают жизненные трудности. Символически трудность может олицетворять любой предмет, например скамья или стул изображают преграду, которую нужно преодолеть.

2. Запретный плод. Все клиенты по очереди рассказывают, как они ведут себя в ситуации, когда их желание расходится с внешними или внутренними нормами. Роль запретного плода также может играть какой-либо предмет.

3. Моя семья. Клиент выбирает несколько участников группы, расставляет их в пространстве, так, чтобы физическая дистанция примерно соответствовала степени эмоциональной близости с членами семьи или ближайшим окружением.

4. Скульптор. Один из членов группы выступает в роли скульптора, т.е. придает членам группы позы, которые, по его мнению, отражают их особенности и конфликты.

5. Моя группа. Тема связана с выражением чувств к членам группы, своего ближайшего окружения, членам своей семьи. Члены группы расставляются в пространстве, причем физическое расстояние между членами группы должно отражать степень эмоциональной близости.

6. Привычные жизненные ситуации (просьбы, требования, обвинения, ссоры, опоздания и др.).

7. Тема «Я». Темы, относящиеся к проблемам конкретных клиентов («Какой я есть»; «Каким хотел бы быть»; «Каким кажусь окружающим»; «Я среди людей»; «Моя семья»; «Моя жизнь»; «Моя травма» и т.д.).

8. Сказка. Тема связана с использованием сказочных сюжетов и фантазий. Клиенты изображают действия в роли волшебников, заколдованных героев сказок.

### Приложение 3

Таблица 1

Описание и психологическое содержание приемов и способов психологической коррекции

Способы влияния	Возможные формы	Содержание образа и типовые условия применения
Простое предложение	«Я предлагаю Вам сделать такое ...»	Используется в ситуации, когда клиент фактически готов к предлагаемому действию, но через собственную нерешительность не может его начать. Запрещается предлагать клиенту принятия жизненно важных решений.
Парадоксальная инструкция	«Предлагаю Вам продолжать то, что Вы делаете»	Доведение противоречий клиента до такого предела, когда становится очевидным их неконструктивный характер. Некоторые клиенты начинают осознавать примитивность переживаний, которые вызывает данная ситуация. Нельзя предлагать ригидным, склонным к застреваниям личностям.
Фантазирование	«Представьте себе Вашу проблему. Опишите то, что Вы чувствуете, видите, слышите! Или на эту проблему можно посмотреть иначе? Попробуйте это сделать. А, возможно, мы сможем еще что-то заметить в этой ситуации? Или можно иначе объяснить поведение в ней других людей и свое собственное поведение?»	Спектр действия очень широк. Используют для воспроизведения и анализа травмирующих обстоятельств, выявления особенностей реагирования клиента на психогенную ситуацию, а также для коррекции поведения и перенос клиента в подобную ситуацию. Один из основных приемов развития рефлексии. Формирует у клиента способность по-разному смотреть на травмирующий фактор. Применять следует постоянно. Недопустима оценка высказываний, действий, переживаний, мыслей клиента. Психолог принимает интерпретации клиента и только хочет сказать ему, что клиент несколько не учел в своем видении ситуации.
Приглашение	«Поскольку мы с вами	Предусматривается обязательное

клиента к новому видению ситуации	выяснили, какой психологический эффект может иметь место в данной ситуации, то попробуйте не торопиться с выводами, если столкнетесь с подобными обстоятельствами. Итак, какой вы видите вашу ситуацию?»?	расширение знаний и умений клиента о психологии, на базе которых клиенту предлагается четкая рекомендация: что психологически целесообразно делать в подобных ситуациях, а что делать не стоит.
Самораскрытие психолога перед клиентом	«Вы знаете, со мной когда-то тоже случилось подобное... Отчетливо помню эти переживания. Как сейчас вижу себя в этой ситуации, свои действия, поведение»	Самораскрытие психолога заключается в том, чтобы максимально идентифицироваться с восприятием клиентом данной проблемы. Можно использовать в начале интервью для установления контакта с клиентом. На стадии поиска альтернативных путей решения проблемы психолог рассказывает, как бы он вел себя в подобной ситуации, показывает, как можно в этой ситуации действовать
Механизм «обратной связи»	«Очень хорошо вас понимаю... Да, вам можно посочувствовать ... Охотно верю, что сразу и не знаешь, что ответить в подобной ситуации»	Позволяет клиенту понять, как психолог воспринимает его жизненную ситуацию, и определить определенное эмоциональное отношение психолога к клиенту, в зависимости от четкости сигналов, посылаемых в ходе обратной связи.
Открытые вопросы	«Кто Где? Когда? Почему? Как? Опишите в деталях вашу встречу с сыном после школы»	Позволяют получить дополнительную, относительно достоверную информацию о проблеме клиента. Часто используется при анализе ситуации.
Закрытые вопросы	«Никак не могу понять, какую позицию вы занимаете: такую или...» (Дается точное описание каждого варианта поведения).	Применяют в тех случаях, когда клиент отзывается неясно, противоречиво, уклоняется от ответа.
Повтор-перевод	«Правильно ли я понял Вас? Вы говорите,	Позволяет убедить клиента, что психолог его понимает, а также

	что эта ситуация вызывает у Вас такие вот чувства...» (Дается их полное описание).	выяснить некоторые обстоятельства. Психолог анализирует ситуацию, поведение, действия, характерные переживания клиента.
Логическая цепочка	«Давайте попробуем проследить логику Ваших рассуждений, которыми переживаниями могут сопровождаться события, какие действия и поступки они Вас подталкивают?»	Прием показывает клиенту, чем на самом деле могут быть вызваны его переживания и позволяет ему спрогнозировать дальнейшие действия. Используют для обучения клиента прогнозированию, для иллюстрации ошибочности выбранного способа поведения вследствие логически ложных соображений.
Эмоциональное резюме	«Давайте с Вами еще раз переживем тот момент. Вспомним все ошибки, отметим чувства, которые могли бы вызывать у Вас акцентированные обстоятельства»	Прием используется для облегчения понимания клиентом характера собственных переживаний, для выработки навыков «Видения» мыслей и чувств, умение говорить о них. Можно использовать в ходе всей работы с клиентом.
Вытекающее резюме	«Итак, мы пришли с Вами к выводам, которые позволяют Вам изменить характер Вашего отношения к ситуации»	Позволяет подытожить интервью, помогает клиенту сделать обобщение и конкретные шаги в реальной жизни. Используют прием как в ходе интервью на отдельных этапах, так и в конце его, подводя общий итог разговору.

## Тезаурус

**Аберрация мышления** (А. Бек) – нарушения на когнитивной стадии переработки информации, которые искажают видение объекта или ситуации.

**Агорафобия** – боязнь пребывания в открытом пространстве, одна из видов фобий. У детей является одним из проявлений навязчивых страхов.

**Аддиктивное поведение у подростков** – один из видов нарушения социальной адаптации детей и подростков. Характеризуется злоупотреблением психоактивными веществами (наркотиками и др.), при котором не возникает психологической или физической зависимости. Также сочетается с другими нарушениями поведения. Это своеобразная форма защиты, к которой прибегают дети и подростки, не получающие необходимого внимания у взрослых, в семье.

**Акцентуация** – яркое проявление какой-либо психологической особенности человека, стоящее по сути на границе нормы с патологией, являющееся крайним выражением нормы. Небольшое усиление этой особенности – и человек перейдет границу нормальности.

**Алкоголизм** – злоупотребление алкоголем. Выделяется три вида алкоголизма: 1) бытовое пьянство (злоупотребление без признаков привыкания), 2) хронический алкоголизм, 3) алкогольные психозы.

**Аналитическая психология** – теория личности Юнга, в которой придается большое значение противоборствующим силам внутри личности и стремлению к обретению самости посредством процесса индивидуализации.

**Альтруизм** – направленность поведения и внимания человека на благополучие, интересы другого человека, группы людей. Характеризуется бескорыстностью, не предполагающей вознаграждения. Противоположность эгоизма.

**Амбивалентность** – противоречивость нескольких одновременно испытываемых эмоциональных отношений к некоторому объекту. Например, плач от радости.

**Амбидекстрия** – одинаковое развитие обеих рук, двуправорукость.

**Анорексия нервная** – стремление к очень сильному снижению количества еды или вовсе к отказу от нее. Встречается чаще всего у девочек-подростков и у молодых девушек, считающих, что их вес слишком большой (часто это совсем не так) и стремящихся его снизить всеми возможными способами. Приводит к сильному исхуданию и серьезным расстройствам здоровья.

**Арттерапия** (применительно к специальному образованию) – это синтез нескольких областей научного знания (искусства, медицины и психологии), а в лечебной и коррекционной практике – совокупность методик, построенных на применении разных видов искусства в своеобразной символической форме и позволяющих с помощью стимулирования художественно-творческих (креативных) проявлений ребенка с проблемами в развитии осуществить коррекцию нарушений психосоматических, психоэмоциональных процессов и отклонений в личностном развитии. Арттерапия является одним из перспективных направлений медицинской, психотерапевтической, психокоррекционной, педагогической практики (постепенно обособляется педагогическая арттерапия, имеющая неклиническую направленность, ведущими являются задачи развития, воспитания, социализации (Л.Д. Лебедева).

**Бессознательное** – буквально, это часть психики человека, которая не осознается им в данный момент и не может быть осознана усилием воли, хотя возможно поступление некоторой информации из бессознательного в сознание и наоборот. Скрытые в бессознательном особенности психики могут определять наше поведение, психологическое состояние и при этом не поддаются контролю.

**Библиотерапия** – специальное коррекционное воздействие на клиента с помощью чтения специально подобранной литературы в целях нормализации или оптимизации его психического состояния.

**Биологическая обратная связь (биофидбек)** – тип бихевиоральной терапии, в которой клиент учится контролировать некоторые функции своего организма при помощи специального оборудования, которое обеспечивает информацию о внутренних процессах тела.

**Булимия нервная** – стремление к избыточному потреблению пищи, приводящее к сильному увеличению веса, вредному для здоровья. Может возникать на нервной почве: человек нервничает – и ест, ест все свободное время, при бессоннице, стрессах, скуке и др.

**Ведущая деятельность** – психологический термин, обозначающий вид занятий ребенка, который наиболее развивает его психику в данном возрасте. В каждом периоде развития ребенка существует свой тип ведущей деятельности. Смена этих типов сопровождается возрастными кризисами.

**Видеотренинг** – вид тренинга социально-психологического, активно использующий современные средства работы с видеоинформацией (видеозапись, видеомagneтофоны и др.) в целях повышения эффективности и успешности в общении.

**Внутренняя цензура** – заложенные в бессознательную сферу психики человека нормы, правила поведения в обществе, правила морали, которые не позволяют ему, например, видеть нецензурные изображения, слова. При этом человек смотрит на них, но не замечает, т.к. его внутренняя цензура не позволяет ему их осознать.

**Внушение** – процесс воздействия на психическую сферу человека, связанный со снижением сознательности и критичности при восприятии и реализации внушаемого содержания, с отсутствием целенаправленного активного его понимания, развернутого логического анализа и оценки в соотношении с прошлым опытом и данным состоянием субъекта. Внушение осуществляется в форме гетеросуггестии (воздействия со стороны) и аутосуггестии (самовнушение).

**Воздействие** (в психологии) – целенаправленный перенос движения, информации от одного участника взаимодействия к другому. Воздействие может быть непосредственным (контактным), когда движение и заключенная в нем информация передаются в форме импульса движения (например, прикосновения или удара) и опосредованным (дистантным), когда информации и заключенный в ней импульс движения передаются в форме комплекса сигналов, несущих сообщение о чем-либо и ориентирующих воспринимающую систему относительно смысла и значения этих сигналов.

**Воспитание** – 1) в широком смысле – процесс социализации индивида, становления и развития его как личности на протяжении всей жизни в ходе собственной активности и под влиянием природной, социальной и культурной среды, в том числе специально организованной целенаправленной деятельности родителей и педагогов; 2) обретение индивидом общественно признанных и одобряемых данным обществом социальных ценностей, нравственных и правовых норм, качеств личности и образцов поведения в процессах образования.

**Вытеснение** – невозможность вспомнить какое-либо событие, невозможность воспринять какую-либо информацию в связи с травмирующим характером этой информации. Это психологический защитный механизм, цель которого – сохранить психику человека неповрежденной. Однако травмирующая информация, вытесняясь в бессознательное, продолжает влиять на поведение и психологическое состояние человека.

**Глубинное (глубокое) интервью** – особым образом построенное психологическое интервью, направленное на изучение личностных качеств человека, его представлений, мотивов и т.д. Проводится специально подготовленным специалистом.

**Групповая динамика** – некая «внутренняя жизнь» группы: процессы взаимодействия ее членов, образование в группе подгрупп по интересам, появление в группе лидеров и их уход, развитие группы, изменение ролей ее членов, наконец, распад группы.

**Групповая дискуссия** – основной метод групповой психотерапии, в ходе которого члены терапевтической группы общаются между собой и в ходе этого специальным образом организованного общения разрешают свои психологические проблемы.

**Групповая психотерапия** – направление психотерапии, использующее особенности поведения людей в группе в целях разрешения их психологических проблем. Приемы групповой психотерапии часто находят использование в семейной психотерапии.

**Групповая психотерапия подростков** – направление групповой психотерапии, специализирующееся на работе с подростками. Основные направления такой терапии – формирование адекватной самооценки, целостной Я-концепции, выработка приемов эффективного общения, обучение уважительного отношения к себе и другим подросткам.

**Девияция** – какое-либо отклонение в поведении, мышлении, психической сферы человека, его психическом развитии.

**Девииантное поведение детей и подростков** – поведение детей и подростков, которое препятствует их включению в общество, усвоению ими общественных норм, правил поведения. Возникает главным образом вследствие педагогической запущенности, отсутствия правильного воспитания, внимательного и чуткого отношения к ребенку.

**Деловая игра** – психологическая методика оценки различных качеств личности, которые определяют ее успешность в профессиональной деятельности. Используется при отборе и оценке персонала.

**Детская психотерапия** – одно из направлений психотерапии, применяющее самые различные психологические способы улучшения психологического здоровья детей и подростков с психическими заболеваниями. Детская терапия эффективна при воздействии на ребенка только вместе с его окружением, т.е. близкими взрослыми (родителями и т.д.).

**Деятельностный принцип коррекции.** Данный принцип определяет сам предмет приложения коррекционных усилий, выбор средств и способов достижения цели, тактику проведения коррекционной работы, пути и способы реализации поставленных целей. Суть его заключается в том, что генеральным способом коррекционно-развивающего воздействия является организация активной деятельности клиента, в ходе реализации которой создаются условия для ориентировки в трудных, конфликтных ситуациях, организуется необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии личности. Коррекционное воздействие всегда осуществляется в контексте той или иной деятельности, являясь средством, ориентирующим активность.

**Дидактогения** – негативное изменение психического состояния ребенка, вызванное неосторожным, бестактным поведением педагога относительно ребенка. Дидактогении способствуют возникновению школьных неврозов.

**Дисморфомании синдром** – болезненное убеждение человека о наличии у себя какого-либо воображаемого или переоцениваемого дефекта внешности, поведения. Встречается в основном в подростковом и юношеском возрасте, преимущественно у девушек. Сопровождается сниженным настроением, иногдаходящим до депрессии, избеганием общения с другими людьми. См. также дисморфофобия.

**Дисморфофобии** – более легкая степень расстройства по сравнению с дисморфоманией. Обычно сопровождается критичным отношением к своим переживаниям, т.е. человек одновременно переживает по поводу своего мнимого или преувеличенного недостатка и одновременно осознает малую существенность данного недостатка.

**Дистресс** – разрушающий этап либо составная часть стресса, отрицательно влияющая на психологическое и физическое здоровье человека.

**Замещение** – защитный механизм, имеющий две различные формы проявления: защита путем замещения объекта и защита путем замещения потребности. При замещении объекта те чувства и действия, которые должны были направляться на объект, вызвавший тревогу, переносятся на иррелевантный объект (не имеющий отношение к ситуации и причине конфликта). Замещение объекта происходит при невозможности выразить чувства или осуществить действия по отношению к нужному объекту вследствие социальных или физических причин (например, агрессия по отношению к начальнику вымещается на членах семьи). Другое проявление защиты по типу замещения состоит в изменении на противоположное чувство при сохранении неизменности объекта (например, любовь, не нашедшая ответа, замещается ненавистью).

**Заражение эмоциональное** – распространение настроения в группе людей, где какое-либо чувство проявляется гораздо сильнее, чем у одного человека отдельно. Заражению способствуют такие некоторые факторы, как массо-



вость скопления людей, наличие среди них подверженных истерическим проявлениям, повышенная внушаемость человека в толпе и др.

**Игровая терапия** – метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры.

**Интеллект** – в самом общем виде понимается в психологии как познавательные способности человека, определяющие уровень его мышления, способность решать сложные задачи. Развитие интеллекта оценивается по глубине знаний, их обобщенности, способности человека не только хранить их в памяти, но и продуктивно их эффективно использовать.

**Интенция** – направленность сознания, мышления на какой-либо объект.

**Интроспекция** – метод углубленного исследования и познания человеком актов собственной активности: отдельных мыслей, образов, чувств, переживаний, актов мышления как деятельности разума, структурирующего сознания и т.п.

**Имагометод** (от лат. «*imago*» – образ) – метод тренировки клиента в воспроизведении определенного комплекса характерных образов с коррекционной целью. Относится к группе методов коррекции, в основе которых лежит научение адекватному реагированию в трудных жизненных ситуациях, расширение коммуникативных возможностей, развитие способности к воспроизведению образа, мобилизации собственного жизненного опыта.

**Иммерсионные методы** – методы коррекции страхов, основанные на прямом предъявлении объекта страха без предварительной релаксации. В основе этих методов лежит механизм угасания, открытый И.П. Павловым, согласно которому предъявление условного стимула без подкрепления ведет к исчезновению безусловной реакции.

**Имплозия** – методика наводнения воображения.

**Интеллектуальная готовность ребенка к школе** – уровень развития у ребенка дошкольного возраста основных психических функций: внимания, памяти, восприятия, воли и др., а не существующих у дошкольника конкретных знаний, умений, по которым нельзя судить об интеллектуальной готовности к школе.

**Инфантилизм** – 1) наивный взгляд на предметы и явления окружающего мира, присущий детям, вследствие того, что у них еще нет необходимого жизненного опыта; 2) у взрослых – присущая им неприспособленность к действительности, проявляющаяся в неспособности брать на себя ответственность, ставить себе цели, достигать их, неспособность к построению ответственных взрослых отношений с другими людьми; несформированность эмоциональная и интеллектуальная, как бы «детское» мышление и поведение.

**Ипохондрия** – чрезмерная озабоченность своим здоровьем, стремление к постоянной излишней заботе, сопровождающееся тревожностью по данному поводу. Ипохондрия может сильно осложнять жизнь человеку.

**Канцерофобия** – боязнь заболеть, одна из видов фобий. Нередко встречается у детей.

**Клаустрофобия** – боязнь замкнутого пространства. У детей является одним из проявлений навязчивых страхов.

**Катарсис** – связанный с получением удовольствия процесс и результат очищающего и облагораживающего воздействия на человека различных факторов, вызывающих соответствующие переживания и аффекты. В психотерапевтической практике понятие катарсиса получило распространение, что обусловлено достижением реального очищения психики от патогенной информации и облегчения страданий пациентов.

**Клиент** – конкретный субъект (человек либо организация), с которым непосредственно работает психолог, оказывая ему какой-либо вид психологических услуг. Клиента не следует путать с заказчиком, который формулирует психологу проблему, оплачивает его услуги и выступает посредником между клиентом и психологом.

**Кожно-гальваническая реакция (КГР)** – изменение электрического сопротивления человеческой кожи вследствие изменения эмоционального состояния человека. Данный показатель служит очень надежным индикатором эмоционального состояния и часто используется в полиграфе – детекторе лжи.

**Коллектив** – такой уровень развития малой группы, на котором отдельные ее члены способны пожертвовать множеством своих индивидуальных интересов ради интересов группы в целом и интересов других ее членов. Уровня коллектива достигает далеко не каждая группа.

**Компетентность** – уровень профессиональных знаний, умений и навыков человека, определяющий его способность выполнять какую-либо профессиональную работу.

**Компетенция** – 1) уполномоченность человека решать какую-либо профессиональную задачу (не путать с компетентностью); 2) выделяемое специалистами по работе с персоналом психологическое качество человека, определяющие его успешность в решении определенных задач (пример: компетенция делового общения).

**Комплекс неполноценности** – один из видов психологических комплексов, по мнению знаменитого психолога А. Адлера, определяющий стремление человека к развитию, активной деятельности, работе, бизнесу и т.д. Преодоление комплекса неполноценности ведет, по А. Адлеру, к комплексу превосходства.

**Консультирование** – вид психологических услуг, где психолог выступает в роли обладающего знанием эксперта, помогающего клиенту решить проблему. Существует множество видов консультирования: семейное консультирование, возрастное-психологическое, кадровое консультирование и др.

**Конфликт** – столкновение разнонаправленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов субъектов взаимодействия, фиксируемых ими в жесткой форме

**Конформность** – психологическая характеристика подверженности влиянию группы одного из ее членов: подчинение его групповому давлению, принятие или отвержение им точки зрения группы, отдельных ее членов, подчинение его требованиям группы. Синонимы данного термина: конформизм (носит негативный оттенок), конформное поведение, феномен группового давления. Делится на внешнюю, внутреннюю конформность и негативизм.

**Креативность** – нестандартность, «творчесткость» мышления, присущая отдельным («креативным») людям. Креативность означает способность мыслить нестандартно, нетрадиционно и находить неожиданные, оригинальные решения проблем, которые стоят перед человеком.

**Кризисы возрастные** – ключевые ситуации в развитии ребенка, в которых меняется его ведущая деятельность и соответственно меняется характер его отношений с другими людьми. Возрастные кризисы неизбежны, и ребенок должен не избегать их, а эффективно преодолевать, в результате чего ребенок поднимается на качественно новую ступень развития.

**Куклотерапия** – метод, основанный на процессах идентификации ребенка с любимым героем мультфильма, сказки и с любимой игрушкой. Это частный вариант арттерапии.

**Либи́до** – одно из ключевых понятий психоанализа, обозначающее сексуальную энергию человека. Либи́до, по Фрейд, является главной движущей силой, которая заставляет человека не сидеть на месте, а заниматься активной деятельностью. По Фрейд, либи́до побуждает человека ко всем видам активности, даже и не связанным с сексуальной сферой.

**Личностный смысл** – индивидуализированное отражение действительного отношения личности к тем объектам, ради которых разворачивается ее деятельность, осознаваемая как «значение-для-меня» усваиваемых субъектом безличных знаний о мире, включающих понятия, умения, действия и поступки, совершаемые людьми, социальные нормы, ценности и идеалы.

**Логотерапия** – теория и практика психотерапии, разработанная В. Франклом, который исходит из того, что основной движущей силой в поведении личности и ее развитии является стремление человека к поиску и реализации смысла своей жизни.

**Мизофобия** – боязнь загрязнения. У детей является одним из проявлений навязчивых страхов.

**Музыкотерапия** (терапия музыкальная) – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции. Многочисленные методики музыкотерапии предусматривают как целостное, так и изолированное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия (прослушивание музыкальных произведений, индивидуальное и групповое музицирование), так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия и повышения эффективности.

**Навязчивые состояния** – произвольные, внезапно появляющиеся в сознании тягостные мысли, представления или побуждения к действию, воспринимаемые человеком как чуждые, эмоционально неприятные.

**Навязчивые страхи** (у детей) – один из видов синдрома детских патологических страхов, при котором у ребенка против его воли возникает произвольная боязнь чего-либо (нозофобия, клаустрофобия, мизофобия, эрейтофобия и др.). Могут иметь место при неврозах, органических заболеваниях головного мозга, шизофрении.

**Научение социальное** – термин, введенный бихевиористами и обозначающий приобретение организмом новых форм реакций путем подражания поведению других живых существ или наблюдения за ними.

**Неврастения** – вид невроза, при котором наблюдается слабость, легкая раздражительность, неустойчивость эмоций, часто пониженное настроение, быстрая утомляемость, депрессия, иногда тревога, страх, расстройства сна, нетерпеливость. Неврастения может возникать при длительном неблагоприятном воздействии на психику, приводящем к физическому и психическому истощению человека.

**Неврозы** – группа наиболее сильных расстройств психики, имеющих психогенное, а не телесное, происхождение. Неврозы возникают на основе невозможности человека разрешить какой-либо конфликт. Чаще всего основы для неврозов закладываются в детстве, из-за нарушенных отношений с родителями.

**Невротик** – человек, подверженный неврозу.

**Негативизм** – один из видов конформности, когда группа людей оказывает влияние на одного из ее членов, а он сопротивляется этому влиянию буквально во всем, даже там, где это может быть ему невыгодно, подчеркивая свою независимость от группы. На самом же деле такой член группы зависит от нее, и довольно сильно, это своеобразная «конформность наоборот», при которой довольно легко предсказать его поведение.

**Нозофобия** – страх болезни. У детей является одним из проявлений навязчивых страхов.

**Норма** – в психологии понятие, характеризующее принятые стандарты относительно того, насколько психика человека соответствует принятым критериям отсутствия отклонений. Выделяют среднестатистическую, функциональную и идеальную нормы.

**Одаренные дети** – дети, которые обнаруживают общую или специальную одаренность к какому-либо виду деятельности, гуманитарной, технической или любой другой (музыке, рисованию, поэзии, технике, различным наукам и т.д.). У одаренных детей наиболее важна не степень умственного развития, а творческая сторона ума.

**Половая идентичность** – единство поведения и психологии человека, обеспечивающие адекватное ощущение себя как человека определенного пола и адекватное поведение в соответствии с этим ощущением.

**Помощь психологическая** – сложная система развивающих, коррекционных и реабилитационных технологий, направленных на создание внутренних и внешних условий раскрытия всех потенциалов психического развития личности и расширения границ взаимодействия с окружающей реальностью.

**Профессиональная этика психолога** – свод законов, требований и правил, требующий соблюдения психологом в своей работе профессиональных норм, основанных на гуманизме, уважении к клиентам, профессиональной порядочности, конфиденциальности и др. В России профессиональная этика психолога еще не сложилась, поскольку еще не существует профессионального сообщества психологов с едиными нормами.

**Психогенные вещества** – химические вещества (как природного происхождения, так и искусственно полученные химическим путем), способные при воздействии на нервную систему человека вызывать различные изменения его психики.

**Психоанализ** – одно из самых значительных направлений в психологии, существующее с начала 20 века. Первым психоаналитиком был Зигмунд Фрейд. Психоанализ подчеркивает главную роль бессознательного в психике человека, определяющего все его поведение, активность, любую деятельность и т.д., умаляя роль сознания. Впоследствии из психоанализа выделилось множество новых направлений, каждое из которых по-разному понимало роль бессознательного в психике человека.

**Психоаналитик** – специалист в области психоанализа, имеющий специальную подготовку.

**Психологическая защита** – специальная психологическая система регуляции психики человека, направленная на снятие или уменьшение тревожности, связанной с ощущением человеком конфликтной ситуации. Психологическая защита ограждает личность от негативных эмоций и переживаний.

**Психологический возраст** – определенный уровень психологического развития человека, зависящий от условий роста и развития, формирования психики человека, условий жизни, обучения, воспитания. Психологический возраст может не совпадать с хронологическим, т.е. количеством прожитых человеком лет.

**Психогимнастика** – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Это эффективное средство оптимизации социально перцептивной сферы личности, так как позволяет обратить внимание на «язык тела» и пространственно-временные характеристики общения. Термин «психогимнастика» может иметь широкое и узкое значение. Психогимнастика в узком значении понимается как игры, этюды, в основе которых лежит использование двигательной экспрессии в качестве главного средства коммуникации в группе. В широком смысле психогимнастика – это курс специальных занятий, направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики человека, как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы.

**Психологическая коррекция** – особый вид психологической помощи, система психологических и психотерапевтических воздействий, целью которых является предупреждение и преодоление отклонений в психическом развитии, обусловленных как внутренней спецификой психического дизонтогенеза (тяжесть и структура дефекта), так и средовыми факторами и, в первую очередь, вторичных отклонений в развитии личности.

**Принцип единства диагностики и коррекции** отражает целостность процесса оказания психологической помощи как особого вида практической деятельности психолога.

**Принцип нормативности развития.** Нормативность развития следует понимать как последовательность сменяющих друг друга возрастов, возрастных стадий онтогенетического развития.

**Принцип коррекции «сверху вниз»** – отражает опережающий характер психокоррекционной работы и строится как психологическая деятельность, направленная на своевременное формирование психологических новообразований.

**Принцип коррекции «снизу вверх».** При реализации этого принципа в качестве основного содержания коррекционной работы рассматриваются упражнения и тренировка уже имеющихся психологических способностей. Коррекция поведения должна строиться как подкрепление (положительное или отрицательное) уже имеющихся шаблонов поведения с целью закрепления социально-желательного поведения и торможения социально нежелательного поведения.

**Принцип системного развития психической деятельности.** Этот принцип задает необходимость учета в коррекционной работе профилактических и развивающих задач.

**Психическая травма** – вред, нанесенный психическому здоровью человека в результате интенсивного воздействия неблагоприятных факторов среды или остроэмоциональных, стрессовых воздействий других людей на его психику.

**Психогении** – расстройства психики, возникающие под влиянием психических травм.

**Психогигиена и психопрофилактика** – области психологии, задачей которых является предоставление специализированной помощи практически здоровым людям с целью предотвращения нервно-психических или психосоматических заболеваний, а также облегчения острых психотравматических реакций.

**Психотия** – патология характера человека, при которой он обладает ярко выраженными психологическими свойствами, мешающими его социальной адаптации в обществе.

**Психосексуальность** – по З. Фрейду, все психические побуждения, эмоции, чувства, которые возникают из первоначальных сексуальных влечений. Психосексуальность означает неразрывное единство психики и сексуальности человека.

**Психосоматика** – направление психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение медицинских заболеваний.

**Психотерапия** – комплексное целенаправленное психологическое воздействие на психику человека с целью ее оздоровления. При этом термин «психотерапия» применяется не только как обозначение психологической коррекции психики людей с психическими расстройствами, но и как обозначение психологической помощи психически здоровым людям в целях помощи решения их проблем.

**Психотерапия семейная** – особый вид психотерапии, направленный на психологическую коррекцию отношений в семье, на устранение психических расстройств в семье.

**Психотерапия телесная** – см. терапия телесная.

**Психотехника** – практический раздел психологии, изучающий проблемы практической деятельности (труда) людей. Возникла в начале 20 века. Занималась проблемами отбора профессионального, организационного развития и др.

**Психофармакология** – раздел психологии на стыке медицинской фармакологии, медицинской психологии, физиологии. Изучает влияние на психику человека фармакологических средств.

**Раппорт** – тип связи и связь между людьми, характеризующийся наличием взаимных позитивных эмоциональных отношений и определенной мерой взаимопонимания (между психоаналитиком и клиентом).

**Рационализация** – 1) в психоанализе один из основных защитных механизмов личности, обеспечивающий блокировку осознания истинных мыслей, чувств и мотивов деятельности человека и формулировку более приемлемых для личности объяснений ее поведения; 2) бессознательное стремление индивида к рациональному обоснованию и объяснению своих идей и поведения даже в тех случаях, когда они иррациональны.

**Релаксация** – состояние покоя, расслабленности, возникающее у субъекта вследствие снятия напряжения после сильных переживаний или физических усилий.

**Рефлексия** – процесс самосознания человеком внутренних психических актов и состояний.

**Ролевая игра** – 1) ведущая деятельность ребенка дошкольного возраста (3-7 лет), 2) один из элементов психодрамы – исполнение ее участниками разных ролей из их реальной жизни с целью улучшения их психического состояния.

**Рецептивная музыкотерапия** предполагает восприятие музыки с коррекционной целью.

**Сензитивность возрастная** – свойственная определенному возрасту особая чувствительность к определенным воздействиям на психику. Важно обучать и воспитывать ребенка в соответствии с тем, к чему он сензитивен в данном возрасте, тогда обучение и воспитание приносит оптимальные результаты.

**Синдром детских патологических страхов** – необоснованное возникновение различных страхов и фобий у детей. Встречается у детей раннего возраста при различных психических расстройствах, но патологический характер приобретает к 6–7 годам. Существует пять видов страхов: навязчивые, сверхценные, бредовые, ночные, недифференцированные.

**Синкретизм** – особенность детского мышления на ранних стадиях развития. Проявляется как свойство ребенка связывать между собой разнородные явления, логически не сходные между собой, именно из-за того, что у ребенка еще не сформировалось логическое мышление.

**Систематической десенсибилизации метод** – метод систематического постепенного уменьшения сензитивности (т.е. чувствительности) человека к предметам, событиям или людям, вызывающим тревожность, а следовательно, и систематическое последовательное уменьшение уровня тревожности по отношению к этим объектам. Метод может быть полезен для разрешения трудностей в развитии, когда основной причиной выступает неуместная неадекватная тревожность.

**Ситуационно-поведенческий тест** – специальная психологическая методика оценки какого-либо качества личности, способствующего либо препят-

ствующего его профессиональной деятельности. Как правило, проводится в виде игры и может использоваться при отборе и оценке персонала.

**Социальная ситуация развития** – сущностная характеристика возрастного периода развития, введенная Л.С. Выготским. Социальная ситуация развития как единственное и неповторимое, специфическое для данного возраста отношение между ребенком и средой, определяет: 1) объективное место ребенка в системе социальных отношений и соответствующие ожидания и требования, предъявляемые ему обществом; 2) особенности понимания ребенком занимаемой им социальной позиции и своих взаимоотношений с окружающими людьми; отношение ребенка к своей позиции в терминах принятия – непринятия.

**Сказкотерапия** – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширение сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром.

**Социализация ребенка** – процесс усвоения ребенком всех общественных норм, правил поведения, морали, ценностей, принятых в обществе. Успешная социализация ребенка позволяет ему впоследствии как быть востребованным и принимаемым в обществе человеком, так и психологически комфортно чувствовать себя в обществе.

**Социальная адаптация детей и подростков** – усвоение детьми и подростками общественных норм морали, правил поведения в обществе. Это усвоение обязательно должно произойти в детском и подростковом возрасте, в противном случае возникают трудности приспособленности детей и подростков к жизни в обществе – дезадаптивное поведение, аддиктивное поведение, девиантное поведение и др.

**Социальная роль в группе** – перечень функций одного из членов группы, которые заданы ему группой. Социальная роль может не быть постоянной, часто может по разным причинам изменяться.

**Социально-психологический климат** – психологический характер отношений членов группы между собой, определяющий степень психологического комфорта в группе, способствующий или мешающий деятельности членов группы и развитию личности в группе.

**Социометрия** – специальная методика изучения статуса, авторитета, который занимает в группе каждый ее член, а также связей общения между членами группы и характера этих связей.

**Социофобия** – боязнь ожидаемого публичного выступления, одна из видов фобий. У ребенка может проявляться как боязнь выйти к доске, когда вызывает учитель, и др.

**Способности** – индивидуально-психологические особенности человека, которые выражают сформированность определенных характеристик его психики, необходимых для освоения определенной деятельности и ее успешного осуществления

**Средство психотропное** – химическое вещество искусственного или природного происхождения, обладающее способностью влиять на психические процессы.



**Стандартизированные тесты** – психологические тесты с четко определенными списком вопросов, которые не изменяются, инструкцией, методами обработки результатов, подсчета баллов.

**Стресс** – чрезвычайно широко понимаемое в психологии и медицине понятие, которое может означать снижение психологических и физических ресурсов людей вследствие неблагоприятного воздействия извне; само неблагоприятное воздействие, называемое также стрессором; напряжение психологических и физических ресурсов человека под воздействием стрессора и др.

**Стрессор** – вызывающий стресс фактор.

**Сублимация** – по З. Фрейду, направление сексуальной энергии – либидо – на несексуальные сферы человеческой деятельности, в том числе на общественно полезные, социально ценные. Также защитный механизм, способствующий выходу социальной энергии и предотвращающий человека от серьезных неврозов, связанных с невозможностью половой жизни.

**Т-группа** – группа людей, созданная с целью психологического и психотерапевтического воздействия на ее членов для улучшения их приемов и навыков общения, повышения его эффективности.

**Терапия музыкальная** – см. музыкотерапия.

**Терапия телесная** – одно из направлений психотерапии, которое рассматривает психические расстройства человека как следствие неправильного функционирования его тела и лечит их путем специальных средств воздействия на тело человека (специальный массаж и др.).

**Тесты интеллекта** – одна из разновидностей психологического тестирования, направленная на изучение степени развития у человека интеллекта.

**Уровень притязаний** – представление человеком о своих способностях решить какую-либо задачу, справиться с какими-либо трудностями, то есть оценка вероятности того, что он успешно способен решать определенные проблемы. Реальный уровень притязаний (не заниженный и не завышенный) – важное условие эффективности труда человека, его психологического благополучия.

**Установка** – готовность человека к действиям определенным способом, определенному способу восприятия и понимания информации, которую он усваивает. Установка имеет в своей основе психические образования, лежащие в сфере бессознательного.

**Учение** – усвоение ребенком интеллектуальных знаний, существующих в обществе, культуре. Учение, наряду с воспитанием (усвоением культурных знаний и правил поведения, морали и т.д.), – важнейшая задача педагогической психологии.

**Фагофобия** – страх перед едой из опасения подавиться, один из видов фобий.

**«Фединг» (затухание)** – это постепенное уменьшение величины подкрепляющих стимулов. При достаточно сформированном стереотипе поведения клиент должен реагировать на минимальное подкрепление прежним образом. «Фединг» широко распространен в коррекционной работе со страхами.

**Цензура** – в психоанализе – функционально-образное представление инстанций, механизмов, сил и тенденций, постоянно фильтрующих различные психические импульсы и препятствующие их проникновению из одной системы психики в другую.

**Эритрофобия** – боязнь смущения. У детей является одним из проявлений навязчивых страхов.

**Эрирофобия** – боязнь покраснеть, одна из видов фобий.

**Эустресс** – составная часть стресса, приводящая к мобилизации, напряжению физических и психических ресурсов человека, положительно влияющая на его адаптацию в случае возникновения ситуации воздействия стресса.

**Я-концепция** – целостное представление человека о себе как о личности, биологическом организме, члене общества, работнике, профессионале и т.д. Целостная Я-концепция способствует психическому здоровью человека, психологическому комфорту, эффективному общению с другими и профессиональной успешности.

**Ятрогения** – негативное изменение психического состояния больного, вызванное неосторожным, ненамеренным высказыванием врача о состоянии здоровья больного. Ятрогении способствуют возникновению неврозов.

**Ятрогенное расстройство** – см. ятрогения

**КАЧИМСКАЯ АННА ЮРЬЕВНА**

**ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПСИХОКОРРЕКЦИИ**

**Учебно-методическое**

*Издается в авторской редакции*

Подписано к печати 23.09.2013 Бумага офсетная. Формат 60x84 1/16  
Усл. печ. л. 7,25 Тираж 200 экз. Заказ № 12110

Издательство Восточно-Сибирской  
государственной академии образования

Изготовлено в ООО «Репроцентр А1»  
г. Иркутск, ул. Ал. Невского, 99/2  
Тел.: 540-940