



ПРОИСХОЖДЕНИЕ СЛОВА "ПСИХОЛОГИЯ"

Своим названием и первым определением психология обязана греческой мифологии.

Эрот, сын Афродиты, влюбился в очень красивую молодую женщину Психею. К сожалению, Афродита была очень недовольна, что ее сын, небожитель, хотел соединить свою судьбу с простой смертной, и прилагала все усилия, чтобы разлучить влюбленных, заставляя Психею пройти через целый ряд испытаний. Но любовь Психеи была так сильна, а ее стремление вновь встретиться с Эротом так велико, что это произвело глубокое впечатление на богинь и богов, и они решили помочь ей выполнить все требования Афродиты. Эроту в свою очередь удалось убедить Зевса - верховное божество греков - превратить Психею в богиню, сделав ее бессмертной. Таким образом, влюбленные были соединены навеки.

Для греков этот миф был классическим образцом истинной любви, высшей реализации человеческой души. Поэтому Психея-смертная, обретшая бессмертие, - стала символом души, ищущей свой идеал.

Что касается слова "психология", образованного из греческих слов "psyche" (душа) и "logos" (учение, наука), то оно появилось впервые только в XVIII в работе немецкого философа Христиана Вольфа.



Назначение психолога

Название "психология" все еще окутано завесой тайны для тех, кому не приходилось соприкасаться с этой наукой. Однако число студентов, впервые приступающих к изучению психологии с целью приподнять эту завесу, достаточно велико. Они надеются таким образом глубже познать себя, а главное - овладеть методами, позволяющими лучше понимать других людей, заставляя принимать правильные решения....

Это представление о психологах очень мало соответствует действительности. Несомненно, есть люди, как женщины, так и мужчины, изначально обладающие особым "даром" контактности и непринужденного общения, что позволяет им быстрее понять внутренний мир других и оказывать им известную моральную поддержку или подводить их ближе к ответам на те или иные вопросы. Однако **в задачи психолога не входит быть героем**: он не меняет людей, не находит решения, не делает жизнь лучше.

Психолог, как человек, обладающий определенными знаниями, может лишь помочь человеку стать более сильным, чтобы самостоятельно измениться, найти решение, сделать жизнь лучше.

В сообществе психологов по этому поводу существует такой анекдот.

«Сколько нужно психологов, чтобы вкрутить лампочку?.. Достаточно и одного, если лампочка этого захочет...»

Иными словами, **психолог** не делает работу за вас, он **лишь вас страхует во время работы над собой**.



Психолог, психиатр, психотерапевт: в чем разница?

Психолог – это специалист с гуманитарным образованием, получивший подготовку в области научной и прикладной психологии. Психолог может иметь первичную специализацию в одной из областей практической психологии, например, психодиагностика, детская психология, психологическое консультирование.

Психотерапевтом может стать врач или психолог. Для этого необходимо получить дополнительное образование в области психотерапии сроком не менее трех лет.

Психиатр – это врач, то есть специалист с медицинским образованием, прошедший специальную подготовку в области диагностики психических заболеваний и их лечения. Психиатрия как область медицины рассматривает эмоциональные и поведенческие проблемы как форму болезни, симптомы которой могут быть облегчены или сняты лекарствами.

Существенным отличием психолога и психотерапевта от врача-психотерапевта, а также психиатра является то, что он не может прописывать таблетки, то есть проводить психофармакологическое лечение.



Что такое «телефон доверия»?

Телефон доверия — один из видов социально значимых услуг. Предоставляет возможность анонимной телефонной беседы с квалифицированным консультантом.

Телефон доверия - это психологическая служба, куда можно обратиться с любым вопросом, на который ты ищешь ответ. Ты вдруг почувствовал, что тебя никто не понимает? Хочешь подружиться с кем-то и не знаешь, как это сделать? Твоя любовь оказалась не нужна? Или тебя незаслуженно обидели учителя или родители? А может друг или подруга отказали в чем-то? Может быть, тебя втягивают или уже втянули в дурную компанию и теперь ты не знаешь, как быть? Предлагают наркотики? Тебя унижают, принуждают к чему-то? Бьют?... Позвонив по "Телефону Доверия", ты сможешь посоветоваться о том, как быть в сложной ситуации.

Каждый человек, который обращается на телефон доверия, вправе рассчитывать на следующее:

- **Конфиденциальность (тайну разговора)**

Телефоны доверия не имеют права разглашать любую личную информацию, которую сообщает им люди. Обычно на них существует стандартная регистрация звонков и сбор общих данных (пол, возраст и так далее). Консультант может обсудить звонок с другим сотрудником той же службы, но вне стен организации это должно быть запрещено.

- **Возможность выговориться**

Консультанты «Телефона доверия» - это «профессиональные слушатели». На самом деле искусство слушать не так просто, как может показаться. Нам редко предоставляется случай рассказать о своих проблемах, когда нас не перебивают, не стремятся



поставить «диагноз», помогают сформулировать мысли и дают понять, что не осуждают и полностью принимают нас такими, какие мы есть.

- **Помощь в поиске решения**

Задача консультанта - прояснить проблему человека и обсудить, как можно поступить. Консультант не должен учить «как надо жить» - его работа помочь перечислить максимум решений, обсудить плюсы и минусы различных действий.

- **Координаты других служб**

Телефон доверия - это так называемая «первичная служба». Человек, позвонивший на телефон доверия, может получить там информацию о других местах, где ему готовы предоставить помощь: у консультантов телефонов доверия есть базы данных по медицинским, социальным и психологическим службам.

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

**44-6-22 Пн., Вт., Ср., Чт. 08:00-17:00 Пятница
08:00-16:00 Сб. и Вскр – выходной**

**8-800-2000-122 – единый телефон доверия
для детей и подростков**



Прикладная психология

Прикладная психология занимается просвещением, поддержкой и помощью людям в различных жизненных ситуациях.

❖ *Клинические психологи* работают главным образом в больницах и центрах психического здоровья или в консультационных кабинетах. Чаще всего они имеют дело с людьми, которые жалуются на состояние тревоги, выражающееся в расстройствах эмоционального или физического плана. Психолог должен уяснить себе проблему путем бесед с клиентом или психологического обследования, с тем, чтобы выбрать и в конечном счете, применить наиболее подходящую терапию.

❖ Главная задача *психолога-консультанта* состоит в том, чтобы помочь людям, не нуждающимся в *психотерапии*; к нему в основном обращаются с проблемами, касающимися отношений между людьми, чаще всего супружеских или семейных. В таких случаях он должен облегчить налаживание конструктивного диалога между супругами или между родителями и детьми, с тем, чтобы они могли разрешить свои проблемы.

❖ *Школьному психологу* приходится оказывать психологическую поддержку учащимся, у которых возникают трудности, связанные с процессом адаптации; также в школе психолог помогает учащемуся, педагогам и родителям разрешить проблемы, связанные с обучением (неуспеваемость, невнимательность, забывчивость) либо отрицательно влияющие на учебу (конфликтность, обидчивость, агрессивность).



❖ *Педагогический психолог* занимается разработкой наиболее эффективных методов обучения, отвечает на такие вопросы: Как распределить нагрузку в течение учебного дня и недели? Как сделать урок интересным? Как организовать общение на уроке, чтобы все в нем участвовали?

❖ *Военный психолог* разрабатывает главным образом способы совершенствования методов командования или укрепления связей между разными группами. Она занимается также изучением методов, применяемых партизанами, и способов внедрения в войска агентов противника.

❖ Специалист по *Психологии религии* пытается понять и объяснить поведение верующих в целом или представителей различных сект.

❖ Специалисты по *психологии творчества* стремятся понять опыт художников, музыкантов, актеров, скульпторов. В их профессиональные интересы входят методы позволяющие изучить такие понятия, как «вдохновение», «озарение», «катарсис».

❖ *Социальные психологи* изучают поведение человека в группе; процессы, происходящие в организованных (коллектив, класс) и неорганизованных группах (толпа) – лидерство, давление, подчинение, копирование.