

## РОЗДІЛ 1

# ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ

### Тема 1. ПСИХОКОРЕКЦІЯ – ОДИН З ОСНОВНИХ НАПРЯМІВ РОБОТИ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА

- 1.1. Поняття психологічної корекції.
- 1.2. Види психокорекції.
- 1.3. Основні принципи, цілі і завдання психокорекційної роботи.

#### 1.1. Поняття психологічної корекції

**Психокорекція** – це один з видів надання психологічної допомоги. Її здійснює психолог чи психотерапевт, який має базову психологічну освіту.

Корекція дослівно означає «виправлення», «внесення поправок» і стосується тих психологічних феноменів, які є нефункціональними чи перешкоджають психологічному розвитку та функціонуванню.

**Психокорекція** – це система дій, спрямованих на виправлення недоліків емоційного, інтелектуального та поведінкового аспектів особистості за допомогою спеціальних засобів психологічного впливу. Це – психозаміна усталених характеристик суб'єкта, стабілізованих у процесі життєдіяльності, що має на меті актуалізацію внутрішнього потенціалу «Я» суб'єкта; шлях аналізу цілісних явищ психіки в єдності свідомого і несвідомого аспектів психіки суб'єкта.

Психокорекції підлягають явища, яким притаманна *статичність, незмінність, фіксованість*. Але ці психологічні явища *не повинні мати органічної основи* (ураження головного мозку) і не повинні сформуватися настільки рано, що в подальшому практично не змінюються (сила нервової системи, ступінь рухливості нервових процесів).

### **Особливості психокорекції:**

- підлягають лише здорові люди, які мають певні психологічні труднощі;
- орієнтована на розвиток здорової частини особистості, її потенціалу;
- частіше орієнтована на теперішнє і майбутнє;
- орієнтована на середню тривалість зустрічей (довша за консультацію, але коротша за психотерапію).

Психокорекція спрямована на подолання певних психічних розладів, що істотно впливають на деформацію особистості. Для відновлення повноцінного функціонування використовують довготривалі процедури (психотерапія).

Психокорекція орієнтована на незначні зміни, на розвиток і формування відсутніх і недостатньо розвинутих якостей особистості.

**Об'єктами** психокорекції можуть бути особистість, сім'я, група.

Психологія – наука про душу, внутрішній і психічний світ людини, а саме та її частина, що практичною покликана допомогти людині вирішити життєво важливі проблеми.

Шкільний психолог працює безпосередньо у навчальному закладі, де він має можливість поєднувати вивчення конкретного життєвого аспекту свідомості дитини з поглибленим аналізом її індивідуальних психологічних особливостей, що сприяє розвитку основ дитячої практичної психології.

Шкільна психологічна служба здебільшого застосовує метод тестування, визначення коефіцієнта розумової обдарованості. Останнім часом намітилася тенденція до збільшення частки методів, спроможних забезпечити проникнення в індивідуальну неповторність психіки учнів. Відбувається зближення психологічної служби з психотерапією, що виявляється в наданні психологічної допомоги тим, хто її потребує. Значна увага приділяється консультуванню персоналу шкіл щодо психічного розвитку дітей і надання допомоги в розв'язанні власних психологічних проблем.

На жаль, у нашому суспільстві ще не достатньо розвинена **психологічна культура**, тобто турбота про своє психічне здоров'я, вміння виходити з кризи, допомагати близьким.

В психологічній культурі виділяють **3 основні компоненти**:

1. Самопізнання і самооцінка.
2. Пізнання інших людей.
3. Вміння керувати своєю поведінкою, емоціями, спілкуванням.

У «Положенні про психологічну службу в системі освіти України», розробленому Міністерством освіти і науки України, чітко визначено **мету діяльності цієї служби**:

- виявлення і створення соціально-психологічних умов для розвитку особистості;
- сприяння виконанню виховних та освітніх завдань навчальних закладів.

За своїм статусом працівники психологічної служби прирівнюються до педагогів.

✓ **Діагностика** у Положенні зводиться до обстеження дітей і підлітків, їх груп і колективів;

✓ **корекція** – до здійснення психолого-педагогічних заходів для усунення відхилень;

✓ **профілактика** – до своєчасного запобігання відхиленням у становленні особистості;

✓ **реабілітація** – до надання допомоги дітям, підліткам, молоді в кризовій ситуації;

✓ **психологічна експертиза** – до участі в оцінюванні нових технологій навчання та виховання, визначенні доцільності їх упровадження.

У Положенні йдеться переважно про дії психолога без урахування найголовнішого – опосередкованості його рекомендацій, порад і результатів діяльністю педагогів, дирекції школи та батьків. У ньому не відображено вимог до особистості педагога, не вказано на необхідність **психокорекційної підготовки**, яка сприяла б розвитку його рефлексивних знань. Адже нерідко психолог (чи педагог) – це «швець без чобіт»: як людина він і сам іноді потребує допомоги, яку мав би отримати ще у процесі професійної підготовки.

Через певну невизначеність предмета практичної психології психологічна служба є занадто адміністративною. Положення недостатньо спирається на професіоналізм психолога-практика, на специфічні ви-

моги до його вмінь та навичок у галузі психологічної практики. В основу практичної психології треба покласти психокорекцію індивідуально неповторних якостей особистості в єдності психокорекційних і психодіагностичних процесів.

**Корекція** – це психологічний вплив на ті чи ті структури психіки з метою повноцінного розвитку і функціонування особистості. Елементи психокорекції можна спостерігати навіть у звичайному побутовому спілкуванні (хоча вони не завжди достатньо усвідомлені й цілеспрямовані).

**Корекція** – це внесення змін у явище, якому притаманна статичність та певна деструктивність суперечливих тенденцій.

**Психокорекція** в групі полегшується тим, що створюється атмосфера психологічної підтримки, захищеності, психологічної безпеки.

**Психокорекція** – це система заходів, спрямованих на виправлення недоліків психологічного розвитку чи поведінки людини з допомогою спеціальних заходів психологічного впливу.

**Психокорекція** – це сукупність прикладних психологічних знань, умінь і навичок, пов'язаних з наданням людині практичної психологічної допомоги у виправленні її психології або поведінки.

**Психокорекція** – це зміна певних усталених характеристик. Тому дітей потрібно виховувати, а світогляд й поведінку дорослих – за потреби коригувати. Важливо не втрачати гуманістичної орієнтації на конструктивні (позитивні) засади (потенціал) людського «Я», що суперечить настановам психологічної служби, викладеним у Положенні: зосереджувати увагу на відхиленнях, кризових явищах та девіантній поведінці. Предметом дослідження гуманістичної психології є норма.

Невід'ємним чинником набуття професіоналізму в галузі психологічної практики є **групова психокорекція** – це найекономічніший і найоб'єктивніший метод, тому що думка психолога та його інтерпретації завжди подаються суб'єкту в контексті зворотного зв'язку, який він отримує від інших членів групи.

**Психокорекція** часто зводиться до психологічного керівництва, яке полягає у практичному втіленні наукових знань та певних рекомендацій психолога, застосовуваних щодо дитини педагогами й батьками.

Справжня сутність практичної психології виявляється в такому її різновиді, як *психокорекційна практика*, результатом якої є отримання рефлексивних знань та розвиток соціально-перцептивного інтелекту.

Проблемою практичної психології є розвиток такої її ланки, як **психокорекційна практика**, що має набути наукової самостійності завдяки цілісному підходу до розуміння психіки суб'єкта в єдності виявів свідомого й несвідомого та специфічності результатів у вигляді рефлексивних знань, що мають досвідний характер і є основою мудрості суб'єкта.

В психокорекційній практиці важливо дотримуватися у взаємодії учасників навчання таких організаційних принципів, які б знижували активність ситуативних захистів. Цьому сприяють групові принципи, взаємопідтримка, довіра, рівність позицій усіх учасників навчання і т. ін.

Модель взаємин, за якою відбувається навчання у психокорекційних групах, формується в ситуації «тут і тепер» – з обмеженим стимулюванням до виконуваних дій. За такої ситуації пробуджуються внутрішні спонуки, зумовлені несвідомими потягами психіки, які своєрідно виявляються у поведінці суб'єкта.

**Психокорекційна практика** спрямована на зміну сформованої психіки чи окремих її аспектів, які можуть виявлятися у деструктивно-суперечливих характеристиках. Об'єктивно дослідити характер деформацій психіки конкретної особи дає змогу невимушена взаємодія між членами групи, що регулюється груповими принципами.

Загалом, коригувати певні усталені, стабілізовані та ригідні характеристики можна, спираючись на розумові можливості людини. Тому це краще робити зі старшокласниками й дорослими. **Психокорекцію ж щодо дітей краще застосовувати у випадках девіантної поведінки.**

Процес виховання не збігається з процесом психокорекції, що покликаний нівелювати деформації особистості, оптимізувати її стосунки з оточенням. Проте і психокорекція, й виховання зорієнтовані на розвиток особистості, тоді як методи та засоби досягнення мети в них різні.

Виховання пов'язане з впливом на особистість вихованця та внесенням корективів у його поведінку, що лише побічно позначається на структурних особливостях його психіки. Результативність виховання

залежить від виховних прийомів, гнучкості психічних процесів та авторитету вихователя.

Натомість процес психокорекції покликаний відродити гнучкість, мобільність психічної організації суб'єкта, а тому апелює до статичних якостей психіки та виявлення певних дисфункцій.

**Психокорекція** слугує відродженню та розвитку лабільності й пластичності особистісних якостей суб'єкта.

Якщо виникає потреба у переробці, «перековуванні» певних особливостей психіки, виховання поєднується з психокорекцією. Це добре ілюструє теорія «вибуху» А. С. Макаренка. Слід пам'ятати, що поняття **«виховання» стосується передусім дітей, а «психокорекція» – дорослих; якщо в першому випадку це вплив на суб'єкта, то психокорекція передбачає модель «разом із суб'єктом» – «звернення до суб'єкта».**

Успішна психокорекція передбачає взаємне поєднання зусиль у пошуку причин труднощів у спілкуванні та стосунках між людьми. Розробки теоретичних питань групової психокорекції спрямовані на розкриття глибинних психологічних першопричин особистісних проблем, які переживає людина під час спілкування з іншими, а не на внесення «косметичних» змін.

Психокорекція орієнтована на клінічно здорову особистість. Орієнтується на здорові сторони особистості незалежно від ступеня їх порушень.

В психокорекції орієнтуються на теперішнє і майбутнє клієнтів.

Психокорекція орієнтується на **середньотермінову допомогу, (короткотермінова – 15 зустрічей при консультуванні, довготермінова – до кількох років при психотерапії)**

Психокорекційні впливи спрямовані на зміну поведінки і розвиток особистості клієнта.

Психокорекція відрізняється від психологічного розвитку тим, що психокорекція має справу з вже сформованими якостями особистості чи видами поведінки і спрямована на їх переробку, в той час як основна задача розвитку полягає в тому, щоб при недостатньому розвитку сформувані в людини психологічні якості.

Сьогодні психологічна корекція широко використовується в системі психологічної допомоги дітям і підліткам. Незважаючи на широкий

спектр застосування поняття психологічної корекції, існують **розбіжності відносно її використання**.

Наприклад, деякі автори розглядають психологічну корекцію як **спосіб профілактики нервово-психічних порушень в дітей** (А. С. Співаковська). Інші розуміють її як **метод психологічного впливу, спрямований на створення оптимальних можливостей і умов розвитку особистісного та інтелектуального потенціалу дитини** (Г. В. Бурменська, О. А. Караванова, А. Г. Лидерс), чи як **сукупність прийомів, які використовує психолог для виправлення психіки чи поведінки психічно здорової людини** (Р. С. Немов).