

УДК 159.98

## СОВРЕМЕННЫЕ ТЕХНИКИ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

**Обносов Владимир Николаевич**

кандидат психологических наук, доцент

vladimirobnosow@yandex.ru

Мичуринский государственный аграрный университет

г. Мичуринск, Россия

**Аннотация.** В статье показана зависимость конкретных психологических техник от теоретической концепции, в рамках которой они были разработаны, анализируются особенности их применения.

**Ключевые слова:** теоретическая концепция, психологическая техника, внушение, убеждение, личностные перспективы.

Современная психология располагает широким арсеналом техник, разработанных в рамках различных психологических концепций. Многие психологические техники включают в себя элементы внушения и убеждения. Под внушением в психологии понимается воздействие человека на человека, группы на человека, человека на группу, при котором осуществляется особым образом организованное влияние на правое полушарие мозга, на эмоциональную сферу, на подсознание, на инфантильные пласты опыта человека. Логический анализ, который требует обращения к разуму и точным научным фактам, при этом в значительной степени ослабляется [2-6].

Внушающее воздействие складывается из целого ряда элементов. Во-первых, это авторитет человека, который осуществляет внушение. Имеет значение должность, которую он занимает, ученое звание, степень, внешний вид, манера поведения и т.д. В психологической практике внушающее воздействие оказывает теоретическая концепция, которой придерживается психолог. Клиенты узнают, что будут заниматься психоанализом, гештальттерапией, участвовать в тренинге личностного роста и т.д. Магия таких терминов создает определенную установку на успех предстоящей работы [8, 10].

Внушение усиливается под влиянием группы, которая активно включается в работу, поддерживает авторитет руководителя и заставляет отдельных ее членов действовать в нужном направлении.

В отличие от внушения, убеждение предполагает доказательность, аргументированность, логичность. При использовании данного метода психолог должен на конкретных примерах показать научную обоснованность применяемой теории, эффективность ее практической реализации, логику предстоящей работы и ожидаемые результаты.

Психологические техники непосредственно связаны с основными теоретическими положениями тех или иных концепций. В частности, в психоанализе используются техники, позволяющие выявить скрытые подсознательные комплексы, актуализировать вытесненные инфантильные

переживания. Используются метод анализа сновидений, оговорок, спонтанных высказываний, клиническая беседа, метод спонтанного рисования. Широко известный в психологии метод незаконченных предложений также направлен на выявление неосознанных или недостаточно осознанных, вытесненных потребностей человека, его страхов и мотивов поведения. В отечественной и зарубежной психологии психоаналитический подход неоднократно подвергался самой серьезной критике, однако психоанализ остается одним из наиболее популярных направлений теоретической психологии и весьма распространен в психологической, психотерапевтической практике. Так, конфликтные отношения, которые могут приобретать особую остроту в подростковом возрасте [1, с. 24] в рамках концепции Фрейда рассматриваются не как проявление просчетов в воспитании, а как проявление врожденных агрессивных инстинктов.

В результате проведенной работы клиент должен освободиться от гнетущих его подсознательных переживаний, актуализировать, вскрыть, выплеснуть их. Это может сопровождаться бурной эмоциональной реакцией, аффектом, после чего должен наступить катарсис. Такое состояние может возникнуть и в ходе клинической беседы, стать результатом психодрамы, когда человек в специально созданных условиях, в ходе ролевого взаимодействия с другими членами группы «проигрывает» свою проблему, моделирует волнующую его ситуацию и находит выход из нее.

Психодраму можно рассматривать как элемент игровой терапии, в ходе которой не только выявляются психологические проблемы человека, но и организуется деятельность по их преодолению. В этом плане психодрама реализует положения бихевиоризма, придающего большое внимание отработке конкретных поведенческих навыков и умений вместо малоэффективной словесной стимуляции.

В рамках транзактного анализа Э.Берна ведется работа по выявлению содержания базовых ролей личности – Родителя, Взрослого и Ребенка, по уточнению того, в какой степени представлены эти роли в общей структуре

личности. Конкретные психокоррекционные техники предполагают проигрывание этих ролей, отработку общения в рамках разных ролевых позиций, преодоление ролевых конфликтов. В теории Берна большое внимание уделяется диагностике тех жизненных сценариев, которые возникли в подсознании человека под влиянием его образа жизни, ценностей родительской семьи, под влиянием сюжетов сказок, кинофильмов, биографий известных людей, его кумиров. В своей жизни человек неосознанно может проигрывать чей-то чужой сценарий, оказывается своего рода его заложником, и это особенно опасно, когда сценарий является непродуктивным. Так сын отца-алкоголика, несмотря на то, что с раннего детства видел самые тяжелые последствия такого поведения, может повторять его судьбу. Усилия психотерапевта здесь должны быть направлены на осознание субъектом патологического сценария, к которому он подключен и замены его на сценарий продуктивный. Сензитивным периодом для формирования жизненных сценариев является дошкольный возраст. События, которые в этот период переживает ребенок, с особой силой влияют на его психику, на определение стиля поведения в последующие годы. Поэтому очень важной является психолого-педагогическая помощь, направленная на сохранение здоровья детей дошкольников [9, с. 176], необходима своевременная диагностика и профилактика психических расстройств у дошкольников [1, с. 24; 7, с. 5].

Теоретическая концепция К.Роджерса направлена на развитие творческой активности личности, поэтому конкретные психотехники подчинены этой задаче. Это техники направлены на развитие воображения, образной и логической памяти, творческого мышления, спонтанного самовыражения, выявление индивидуальной неповторимости личности. Выделяя в структуре личности Я-реальное и Я-идеальное, К.Роджерс ориентирует педагогов, психологов и психотерапевтов на максимальную реализацию огромного потенциала, заложенного в каждом человеке. Только благодаря этому можно достичь полноценного психического здоровья,

преодолеть существующие личностные проблемы. В этом плане его идеи созвучны идеям А.С. Макаренко о решающей роли перспективы в развитии личности и в развитии коллектива. Поэтому конкретные психологические техники здесь должны быть направлены на развитие навыков целеполагания, планирования, прогнозирования, на организацию конкретной продуктивной творческой деятельности.

Согласно теории поля К.Левина, поведение человека во многом определяется не просто социальным окружением, но и многими конкретными предметами обстановки, вещами, особенностями интерьера жилища, уличной обстановки и т.д. В ряде случаев зависимость от поля так высока, что можно прогнозировать поведение человека в той или иной обстановке и направлять это поведение, определенным образом организуя нужную предметную среду. В этом плане важно обратить внимание на школьную обстановку, в которой изо дня в день, в течение многих лет проходит жизнь ученика. Неслучайно проблема психологической безопасности образовательной среды современной школы становится особенно актуальной [1, с. 24]. Поэтому психолог, работающий в рамках концепции К. Левина, внимательно изучает систему силовых линий, исходящих от предметной среды, в которой находится человек и старается её перестроить в нужном направлении. При необходимости надо полностью изменить обстановку, избавиться от ее деструктивного влияния. Мы это интуитивно чувствуем, когда хотим расстаться с предметом, вызывающим неприятные воспоминания и ассоциации, избегаем мест, где нам когда-то было плохо, и напротив, дорожим вещами, с которыми связаны наши успехи, радостные минуты жизни.

Изучая работу психологов в сфере образования, мы часто сталкиваемся с недостаточно продуманным отбором диагностических и психокоррекционных методов, конкретных методик. Не учитывается то, что эти методики разработаны в рамках разных теоретических концепций, о которых тот, кто их использует, часто не имеет даже общего представления.

Эти концепции базируются на разных представлениях о личности и основных факторах, влияющих на ее развитие. Эклектическое смешение разных методов и конкретных психологических техник не позволяет получать достоверные диагностические данные и отрицательно сказывается на качестве коррекционной работы. Поэтому основательная теоретическая подготовка в области психологии является необходимым условием практической работы.

### **Список литературы:**

1. Костюшина Е.В. Проблема конфликтов в подростковом возрасте / Е.В. Костюшина, Н.Н. Парусова // Наука и Образование. – 2018. – Т.1. - № 3-4. - С. 24.
2. Невзорова М.С. Критерии психологической безопасности образовательной среды в современной школе / М.С. Невзорова, И.Ф. Марухина // Наука и Образование. - 2018. – Т. 1. - № 3-4. - С. 27.
3. Обносков В.Н. Анализ результатов применения психогеометрического теста в начальных классах / В.Н. Обносков // Наука и Образование. - 2020. - Т. 3. - № 2. - С. 350.
4. Обносков В.Н. Диагностика и профилактика психических расстройств у дошкольников / В.Н. Обносков, А.С. Веселовская // Наука и Образование. – 2020. – Т. 3. - № 2. – С. 247.
5. Обносков В.Н. Психологическая структура способностей и педагогические технологии / В.Н. Обносков // Наука и Образование. - 2019. - Т. 2. - № 2. - С. 113.
6. Перышкова С.А. Психологические основы профессионального развития личности обучающихся вуза / С.А. Перышкова, Е.С. Полушкин // Наука и Образование. - 2019. - Т. 2. - № 2. - С. 154.
7. Попова Т.И. Будущим воспитателям об организации диагностико-коррекционной работы в детском саду / Т.И. Попова, Ю.В. Цариковский // Наука и Образование. – 2018. – Т.1. - № 1. – С. 5.

8. Тимохина Е.А. Психолого-педагогическое сопровождение процесса обучения младших школьников / Е.А. Тимохина, С.А. Перышкова // Наука и Образование. - 2020. - Т. 3. - № 2. - С. 354.

9. Трусова А.С. Психолого-педагогическое сопровождение психогенной школьной дезадаптации обучающихся / А.С. Трусова, Е.В. Корепанова // Сб.: Актуальные проблемы образования и воспитания: интеграция теории и практики. Материалы Национальной контент-платформы, 2019. - С. 185-187.

10. Хабарова А.А. Психолого-педагогическая коррекция неблагоприятных эмоциональных состояний у детей дошкольного и младшего школьного возраста / А.А. Хабарова, А.И. Пентюхина, С.А. Перышкова // Наука и Образование. - 2020. - Т. 3. - № 2. - С. 290.

**UDC 159.98**

## **MODERN TECHNIQUES IN THE WORK OF THE PSYCHOLOGIST**

**Obnosov Vladimir Nikolaevich**

PhD in Psychology, Associate Professor

vladimirobnosow@yandex.ru

Michurinsk State Agrarian University

Michurinsk, Russia

**Annotation.** The article shows the dependence of specific psychological techniques on the theoretical concept within which they were developed, the features of their application.

**Key words:** theoretical concept, psychological technique, suggestion, persuasion, personal perspect.