



Обзор Важности И Функций Психологической Службы

Абдурашид Абдуманнобович Тургунов

доктор психологических наук, доцент

Абдуманнобова Мубинабону Абдурашид кизи

Учащийся средней школы №4 Булакбашинского района, Республика Узбекистан

ABSTRACT

Психологическая служба является неотъемлемой частью современной жизни и приобретает все большее значение в последние годы в связи с растущим признанием важности психического здоровья человека. В этой статье дается обзор роли и функций психологической службы, включая оценку, диагностику, лечение и профилактику психических расстройств. Также, в статье подчеркивается история психологической службы и необходимость увеличения ресурсов для поддержки предоставления высококачественных психологических услуг, особенно в свете растущего спроса на услуги в области психического здоровья во всем мире.

ARTICLE INFO

Received: 1st June 2023

Revised: 6th July 2023

Accepted: 8th August 2023

KEY WORDS:

психологическая служба, консультирование, диагностика, терапия, тест, методика, психологическая техника, когнитивная функционирования, эмоциональная функционирования, исследование.

Введение

Психологическая служба относится к спектру услуг, предоставляемых психологами отдельным лицам, группам и организациям для содействия психологическому благополучию и решения психологических проблем. Эти услуги включают оценку, терапию, консультирование и консилиум. Важность психологической службы трудно переоценить, особенно в современном мире, где число проблем с психическим здоровьем растет.

Одной из основных функций психологической службы является оценка. Психологическая оценка включает в себя использование различных тестов и методик для оценки когнитивного, эмоционального и поведенческого функционирования индивида. Он используется для диагностики психологических расстройств, выявления сильных и слабых сторон и предоставления рекомендаций по лечению. Психологическая оценка часто используется в клинических условиях, таких как больницы, клиники психического здоровья и частные практики.

Основная часть

Терапия и консультирование являются еще одним важным аспектом психологической службы. Терапия включает в себя использование различных техник, чтобы помочь людям справиться с психологическими проблемами, такими как тревога, депрессия и травма. Консультирование, с другой стороны, является более краткосрочным подходом, который фокусируется на оказании помощи людям справиться с конкретными проблемами, такими как проблемы в отношениях или переходы в карьере.

Терапия и консультирование, как правило, проводятся лицензированными психологами, которые имеют специальную подготовку и опыт работы с людьми с психологическими проблемами.

В дополнение к индивидуальной терапии и консультированию психологическая служба может также включать групповую терапию и группы поддержки. Групповая терапия включает в себя объединение людей со схожими психологическими проблемами для совместной работы над достижением общих целей. Группы поддержки, с другой стороны, предоставляют отдельным лицам форум для обмена своим опытом и получения поддержки от других, которые сталкиваются с аналогичными проблемами. Групповая терапия и группы поддержки могут быть особенно эффективны для людей, которые чувствуют себя изолированными или стигматизированными из-за своих психологических проблем.

Консультация - еще одна важная функция психологической службы. Психологи могут предоставлять консультации отдельным лицам, организациям и сообществам, чтобы помочь решить психологические проблемы и способствовать психологическому благополучию. Например, психолог может проконсультироваться со школой, чтобы разработать программу по борьбе с издевательствами, или сотрудничать с бизнесом, чтобы разработать программу управления стрессом для сотрудников.

История психологических служб восходит к древним временам, когда люди обращались к священникам и другим религиозным лидерам за советом по личным и эмоциональным вопросам. Однако развитие современной психологии и ее применение в клинических условиях началось в конце 19-го и начале 20-го веков [1].

В Соединенных Штатах создание Лайтнером Уитмером в 1896 году первой психологической клиники при Пенсильванском университете положило начало психологическим службам. Уитмер использовал психологические тесты для диагностики неспособности к обучению у детей и разработал новую форму терапии, известную как клиническая психология [2].

Во время Первой мировой войны психологам было предложено оценить психическое здоровье солдат и выявить тех, кто подвергался риску развития посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Американская психологическая ассоциация (АРА) была основана в 1892 году и стала ведущей профессиональной организацией психологов в Соединенных Штатах [3].

В 1920-х и 1930-х годах область психологии расширилась, включив промышленную и организационную психологию, психологию образования и психологию консультирования. В центре внимания консультативной психологии было предоставление терапии людям с проблемами эмоционального и психического здоровья. Рост консультативной психологии привел к созданию Американской ассоциации консультативной психологии (ААСАР) в 1946 году [3].

Во время Второй мировой войны психологов снова призвали оценить психическое здоровье солдат и разработать стратегии профилактики и лечения ПТСР. После войны многие психологи вернулись к гражданской жизни и начали оказывать психологические услуги в частной практике, больницах и поликлиниках [3].

1950-е и 1960-е годы ознаменовались развитием новых подходов к терапии, включая когнитивно-поведенческую терапию (КПТ) и гуманистическую психологию. КПТ - это краткосрочная терапия, которая фокусируется на изменении негативных моделей мышления и поведения. Гуманистическая психология делает акцент на личностном росте и самоактуализации [4].

В 1970-х и 1980-х годах произошел сдвиг в сторону более эклектичного подхода к терапии, когда терапевты использовали множество терапевтических подходов, чтобы наилучшим образом обслуживать своих клиентов. Разработка компьютеризированных психологических тестов и использование технологий в терапии также стали более распространенными в это время [5].

Как и развитые страны, Узбекистан имеет уникальную историю психологической службы в сфере образования. Содержание психологической службы в Узбекистане зависит от деятельности педологии и педагогической службы 1930-х годов. Организация и развитие образовательного процесса основаны на психологических факторах, связанных с деятельностью ученика и учителя, и это дало несколько эффективных результатов. Если в то время работа, выполняемая на основе психологии в школах, осуществлялась только на основе педагогических подходов, то П.И.Иванов, В.Е.Чудновский, М.Г.Давлетшин и М. Вохидовыми разработаны научно-методические рекомендации, которые стали основой для применения школы к деятельности психологической службы [6].

В 1960-70 годах сотрудниками Научно-исследовательского института педагогических наук Узбекистана П.Зиминым, В.А.Токаревой, М.Ш.Расулевой и М.Дададжоновыми был проведен ряд исследований по внедрению психологической службы в школу. Научные исследования также проводились в Ташкентской, Андижанской и Самаркандской областях, посвященные проблемам нравственного и семейного воспитания, умственного развития [6].

В 1970-80 годах психологами Ташкентского государственного университета была проведена научно-практическая работа по внедрению психологической службы [6].

Сегодня психологические услуги предоставляются в самых разных учреждениях, включая частную практику, больницы, поликлиники, школы и государственные учреждения. Психологи лицензированы и регулируются государственными и национальными профессиональными организациями, такими как АРА и Национальная ассоциация школьных психологов (NASP) [7].

Область психологии продолжает развиваться, разрабатываются новые исследования и методы лечения для удовлетворения меняющихся потребностей отдельных людей и общества. Психологические услуги стали неотъемлемой частью современного здравоохранения, помогая людям преодолеть проблемы с психическим здоровьем и улучшить качество их жизни.

Исследования показали, что психологические услуги, такие как психотерапия, консультирование и другие формы лечения психического здоровья, могут быть весьма эффективными в улучшении результатов в области психического здоровья. Исследования показали, что люди, получающие психологические услуги по вопросам психического здоровья, испытывают значительное уменьшение симптомов и улучшение общего функционирования и качества жизни. Психологические услуги также могут быть полезны людям, которые испытывают стресс, проблемы в отношениях или другие жизненные трудности. Исследования показали, что консультирование и психотерапия могут быть эффективными в оказании помощи людям в разработке стратегий совладания, улучшении навыков общения и решения проблем, а также в повышении жизнестойкости и общего благополучия. Исследования психологических услуг проводились многими людьми на протяжении многих лет, включая психологов, психиатров, социальных работников и других специалистов в области психического здоровья. Некоторые из известных исследователей в области психологических услуг включают:

Карл Роджерс - известен своей работой по клиенто-ориентированной терапии и уделял большое значение значению терапевтических отношений в психологических услугах [8].

Зигмунд Фрейд - известен своим развитием психоанализа, который фокусируется на исследовании бессознательных мыслей и чувств, чтобы понять психологические проблемы [9].

Аарон Бек - известен своей разработкой когнитивной терапии, которая фокусируется на выявлении и изменении негативных образов мышления, которые способствуют психологическим проблемам [10].

Альберт Бандура - известен своей работой по социальной теории обучения, которая подчеркивает роль наблюдения и моделирования в изменении поведения [11].

Мартин Селигман - известен своей работой в области позитивной психологии, которая подчеркивает важность фокусирования на сильных сторонах и положительных эмоциях в психологических услугах [12].

Альберт Эллис: Эллис был американским психологом, который разработал рационально-эмоционально-поведенческую терапию (RENT), форму когнитивно-поведенческой терапии, в которой особое внимание уделяется выявлению и изменению иррациональных убеждений, которые способствуют эмоциональному стрессу [13].

Ирвин Ялом: Ялом - американский психиатр, разработавший экзистенциальную психотерапию, которая фокусируется на оказании помощи людям противостоять экзистенциальным вызовам жизни, таким как смерть, бессмысленность и изоляция, и жить более полно и подлинно [14].

Эти исследователи и многие другие внесли свой вклад в наше понимание того, как психологические услуги могут использоваться для помощи людям в преодолении проблем психического здоровья и улучшении их общего благополучия.

Однако важно отметить, что не все психологические службы созданы равными. Исследования показали, что качество терапевтических отношений между клиентом и психотерапевтом является

решающим фактором эффективности психологических услуг. Важно найти квалифицированного и опытного терапевта, который хорошо соответствует вашим индивидуальным потребностям и предпочтениям.

В целом, исследования подтверждают использование психологических услуг для улучшения психического здоровья и общего благополучия. Если вы рассматриваете возможность обращения за психологическими услугами, важно провести свое исследование и найти психотерапевта, который может обеспечить высококачественное лечение, основанное на фактических данных.

Психологическая служба в образовании - это система оказания психологической помощи учащимся, педагогам и родителям в образовательном учреждении. Это важный компонент учебного процесса, который помогает решать психологические проблемы и препятствия, которые могут возникнуть в процессе обучения.

Психологическая служба включает в себя широкий спектр деятельности, включая диагностику и консультирование учеников, организацию психологических тренингов и занятий, поддержку детей, испытывающих трудности в обучении, а также поддержку педагогов и родителей.

Основная цель психологической службы в образовании - помочь ученикам достичь оптимальных результатов в учебе и развитии, а также создать благоприятную образовательную среду. При этом психологическая служба также занимается профилактикой и предупреждением нарушений психического здоровья учеников, их адаптацией в школе и среди сверстников, а также работает с родителями, помогая им в воспитании детей и разрешении конфликтов. Психологическая служба в образовании является неотъемлемой частью образовательной системы и помогает создать условия для развития психологической готовности учеников к жизни и социальной деятельности.

Также, психологические услуги относятся к целому ряду услуг и вмешательств, направленных на улучшение психического здоровья и благополучия отдельных людей. Исследователи изучили различные аспекты психологических услуг, включая их эффективность, доступность и факторы, влияющие на их использование.

Эффективность психологических служб:

Исследователи провели многочисленные исследования эффективности психологических услуг, таких как психотерапия, консультирование и психиатрическое лечение. В целом, исследование показывает, что психологические услуги могут быть эффективными при лечении широкого спектра психических расстройств, включая депрессию, тревогу и посттравматическое стрессовое расстройство. Однако эффективность этих услуг может варьироваться в зависимости от конкретного человека, типа лечения и других факторов.

Доступность психологических услуг:

Исследователи также изучили доступность психологических услуг, включая факторы, которые могут мешать людям получить доступ к необходимым им услугам. Некоторые из этих факторов включают стоимость, географическое положение, стигматизацию и отсутствие квалифицированных специалистов в области психического здоровья. Исследования показали, что лица из маргинализированных или находящихся в неблагоприятном положении групп населения могут сталкиваться с дополнительными препятствиями на пути доступа к психологическим услугам.

Факторы, влияющие на использование психологических услуг:

Исследователи также изучили факторы, влияющие на то, обращаются ли люди за психологическими услугами и пользуются ли ими. Некоторые из этих факторов включают осознанную потребность, отношение к лечению психических заболеваний и социальную поддержку. Исследования показали, что люди, которые ощущают большую потребность в услугах по охране психического здоровья и которые более позитивно относятся к лечению, с большей вероятностью обратятся за этими услугами и воспользуются ими.

Следует отметить, что психологические услуги являются важным аспектом охраны психического здоровья, и исследователи изучили различные аспекты этих услуг, чтобы повысить их доступность и эффективность. Необходимы постоянные исследования, чтобы лучше понять факторы, влияющие на использование психологических услуг, и разработать более эффективные и доступные вмешательства для нуждающихся лиц.

Вывод

В заключение, психологическая служба является важнейшим компонентом укрепления психологического благополучия и решения психологических проблем. С помощью оценки, терапии, консультирования, групповой терапии, групп поддержки и консультаций психологи могут помочь отдельным лицам, группам и организациям решить целый ряд психологических проблем. Если вы испытываете психологические проблемы, обращение за помощью к лицензированному психологу может стать важным шагом на пути к улучшению вашего психологического благополучия.

Библиографический список

1. https://en.wikipedia.org/wiki/Psychological_Services.
2. https://en.wikipedia.org/wiki/Lightner_Witmer.
3. <https://www.apa.org/about/apa/archives/apa-history>
4. <https://psychcentral.com/lib/history-of-psychotherapy>
5. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/6249710/>
6. Maktabgacha ta'lim tizimi psixologik xizmatini tashkiliy–metodik rivojlantirish mexanizmlari: Psixologiya fanlari doktori (DSc) dissertatsiyasi. – Toshkent., 2022. – 261 b.
7. <https://www.nasponline.org/>
8. https://en.wikipedia.org/wiki/Carl_Rogers#cite_ref-1
9. https://en.wikipedia.org/wiki/Sigmund_Freud
10. https://en.wikipedia.org/wiki/Aaron_Beck
11. https://en.wikipedia.org/wiki/Albert_Bandura
12. https://en.wikipedia.org/wiki/Martin_Seligman
13. https://en.wikipedia.org/wiki/Albert_Ellis
14. https://en.wikipedia.org/wiki/Irvin_D._Yalom