



ВЫСШАЯ ШКОЛА ЭКОНОМИКИ  
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

**А. К. Болотова**

# **ПРИКЛАДНАЯ ПСИХОЛОГИЯ ОСНОВЫ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**УЧЕБНИК И ПРАКТИКУМ  
ДЛЯ БАКАЛАВРИАТА И МАГИСТРАТУРЫ**

2-е издание, исправленное и дополненное

*Рекомендовано Учебно-методическим отделом  
высшего образования в качестве учебника и практикума  
для студентов высших учебных заведений, обучающихся  
по гуманитарным направлениям и специальностям*

*Рекомендовано Министерством образования и науки  
Российской Федерации в качестве учебника для студентов  
высших учебных заведений, обучающихся по направлению  
и специальностям психологии*

**Книга доступна в электронной библиотечной системе  
biblio-online.ru**

**Москва ■ Юрайт ■ 2017**

УДК 159.9(075.8)

ББК 88.4я73

Б79

**Автор:**

**Болотова Алла Константиновна** — доктор психологических наук, профессор, почетный работник высшего профессионального образования Российской Федерации, заведующая кафедрой общей и экспериментальной психологии факультета социальных наук Департамента психологии Национального исследовательского университета «Высшая школа экономики».

**Рецензенты:**

*Шадриков В. Д.* — доктор психологических наук, академик РАО;

*Петровский В. А.* — доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент РАО.

**Болотова, А. К.**

Б79

Прикладная психология. Основы консультативной психологии : учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры / А. К. Болотова. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 375 с. — Серия : Бакалавр и магистр. Академический курс.

ISBN 978-5-534-01099-2

Учебник представляет собой хорошо организованную методическую базу для университетской подготовки практических психологов в самых различных областях — от возрастного консультирования и диагностико-коррекционной работы до маркетинга, рекламы и управления персоналом, включая ассесмент, аудит, коучинг и т.д.

К учебнику также прилагаются материалы для практического применения, доступные в электронной библиотечной системе «Юрайт» (biblio-online.ru).

Содержание учебника соответствует актуальным требованиям Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования.

*Для студентов факультетов психологии, социологии, менеджмента, экономики и других гуманитарных специальностей высших учебных заведений.*

УДК 159.9(075.8)

ББК 88.4я73



*Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав. Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая компания «Дельфи».*

© Болотова А. К., 2006

© Болотова А. К., 2016, с изменениями

© ООО «Издательство Юрайт», 2017

ISBN 978-5-534-01099-2

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Развитие прикладной психологии и одного из важнейших ее направлений — психологического консультирования — в настоящее время идет весьма интенсивно, поскольку становится приоритетной областью знания в целом ряде гуманитарных наук, включая социологию, экономику, демографию, менеджмент и др. Практика психологического консультирования давно вошла в повседневную жизнь общества в самых разных формах от телефонов доверия, тренингов продаж, групп личностного роста до психологической работы с семьей, детьми и родителями. За последнее двадцатилетие прикладная психология реализовала себя в самых разных практиках, включая психологическую помощь, психотерапию, психокоррекцию, социально-психологические тренинги, коучинг и ассесмент. Как отмечает ряд исследователей, прикладная психология наряду с психологическим консультированием давно и прочно заявили о себе в ведущих вузах страны (Ф. Е. Василюк, В. В. Архангельская).

Издаются учебники и учебные пособия, посвященные этой проблематике (Е.Т. Соколова «Общая психотерапия», Р. Кочюнас «Основы психологического консультирования», Ю.Е. Алешина «Индивидуальное и семейное психологическое консультирование», Р. Мэй «Искусство психологического консультирования» и др.). Разрабатываются новые учебные планы в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования по направлению 030300.62 «Психология» подготовки бакалавра, где присутствует довольно обширный спектр специальных учебных спецкурсов и спецпрактикумов по прикладной психологии и психологическому консультированию. Конечно, есть еще различия в понимании дефиниций между предметом прикладной психологии, психотерапии и психологического консультирования. Однако все эти направления тематически принадлежат одной цели — психологической поддержки личности в сложных жизненных ситуациях, и могут рассматриваться как частный случай социокультурных практик. Эти практики включаются в групповую и семейную

психотерапию, в кадровый аудит и ассесмент в организациях, стратегии и тактики коучинга.

Все это множество теоретических разработок и концептуальных подходов — только попытка дать теоретическое изложение проблем в области прикладной психологии. Задача состоит в том, чтобы, осмыслив накопленный эмпирический материал, методические приемы и тактики работы отечественных и зарубежных психологов, собрать их воедино и описать организационные принципы, особенности и условия применения психодиагностических методов уже не на уровне имплицитном, теоретическом, а с точки зрения реальной практики и возможного внедрения в различные сферы деятельности человека и его частной жизни.

Эта довольно сложная задача была поставлена перед автором учебника «Прикладная психология и психологическое консультирование» и была успешно решена в соответствии с теми требованиями, которые предъявляются к деятельности практического психолога в интенсивно развивающихся новых областях и направлениях современной прикладной психологии. Оказание психологической помощи и поддержки личности — одно из важнейших предназначений прикладной психологии. Именно практические психологи помогают человеку адаптироваться к социуму, отыскать возможные пути и средства сбережения собственных личностных ресурсов жизнестойкости, сохранить психическое здоровье свое и своей семьи. Сегодня эта интенсивно развивающаяся область нуждается не только в теоретическом и методическом обеспечении, но и в разработке организационных основ деятельности психологов, обосновании принципов и требований освоения профессиональных компетенций.

Учебник «Прикладная психология. Основы консультативной психологии» представляет панорамную картину систематизации и обобщения опыта различных направлений психологической практики у нас и за рубежом, включая особенности многоаспектной подготовки практических психологов, маркетинг и рекламу психологических услуг, а также профессиональный и этический кодекс психолога. Подготовленный доктором психологических наук и самостоятельно практикующим психологом, профессором А. К. Болотовой, данный учебник включает описание подготовки и работы практикующего психолога в таких новых областях психологической практики, как кадровый аудит и ассесмент в организациях, консультирование в построении системы мерчендайзинга,



правила и условия успешных презентаций, а также эффективных стратегий и тактик коучинга и др.

В учебнике впервые последовательно освещается мера профессиональной и юридической ответственности практикующих психологов, правомочность и корректность использования психологических тестов и методик в средствах массовой информации.

Особая ценность данного издания состоит в том, что здесь анализируются не только основные направления психологического консультирования, но и особенности работы практического психолога в таких сферах прикладной психологии, как кадровая диагностика и кадровый аудит, оценка эффективности кадрового менеджмента, командообразование и тренинги коммуникативной компетентности.

Решение этих прикладных задач направлено на усвоение специальных профессиональных компетенций, поскольку требует знаний организационных основ и принципов деятельности практического психолога, в том числе правил организации рабочего места — кабинета, модель такого кабинета впервые представлена в этом учебнике. Знание и учет специфических условий предстоящей работы снимает многие проблемы профессиональной адаптации начинающих практических психологов. Особая ценность этого издания в том, что в нем не только интегрированы методический инструментарий и особенности проведения и интерпретации психодиагностических процедур, но и досконально представлена система стратегий конструирования и использования психодиагностических методик.

Методической инновацией данного учебника выступает то, что он носит междисциплинарный характер и объединяет теории и знания таких направлений и областей применения практической психологии, как психологическое консультирование, психологическая коррекция, психотерапия и принципы психотерапевтического воздействия, кадровый аудит и ассесмент организаций, консалтинг и коучинг, а также обучающие технологии в арсенале современной прикладной психологии.

Таким образом, новое издание учебника включает в себя не только организационные и теоретические основы прикладной психологии, но и методы и направления современного психологического консультирования.

Данное учебное издание ориентировано на изучение и исследование ведущих направлений психологической практики, таких

как методика диагностики, обработки и интерпретации психодиагностических процедур, методы профессиональной диагностики и консультирования в организациях, а также теории и практика современных обучающих тренингов.

В соответствии с этими выделенными областями организовано содержание предлагаемой книги. Книга адресована студентам бакалавриата, слушателям курсов повышения квалификации, а также различным специалистам, обучающимся по программам профессиональной переподготовки и дополнительного образования. Книга предназначена также для преподавателей, ведущих данную дисциплину, учебных ассистентов и студентов направления 030300.62 — «Психология» подготовки бакалавра.

Целями освоения дисциплины «Прикладная психология и психологическое консультирование» являются:

- формирование представлений об основных направлениях и предметных областях прикладной психологии и психологического консультирования;
- усвоение знаний об организационных основах, мерах профессиональной и юридической ответственности практических психологов, как в России, так и за рубежом;
- знание основ применения различных психодиагностических методов и умение грамотно их интерпретировать;
- усвоение навыков анализа конкретных случаев психологической помощи и поддержки личности, включая проблемы профессиональной этики и квалификационных требований к практике психологического консультирования.

В результате освоения дисциплины студент должен:

#### ***знать***

- основные принципы организации подготовки практических психологов;
- специфику основных направлений и методов диагностики в прикладной и консультативной психологии;

#### ***уметь***

- определять цели и задачи, условия и процедуры использования психодиагностического инструментария, личностных опросников и тестов;

#### ***владеть***

- способами интерпретации полученных результатов в практической деятельности;

- различными способами применения прикладной психологии и психологического консультирования в частной практике и в практике организационного консультирования;
- методами и техниками коррекционной и психокоррекционной работы, неукоснительно соблюдая этические и профессиональные принципы деятельности практического психолога.

С целью развития практико-ориентированных навыков и профессиональных компетенций учебник предполагает самостоятельное выполнение курсовых проектов, написание рефератов и эссе, а также выполнение творческих заданий и кейсов. С этой целью в каждой главе учебника четко прописаны методические основы, этапы и методы конструирования психодиагностических процедур, а также базовые методы психологического консультирования, основные модели психотерапевтической работы. Учебник сопровождается обширным списком рекомендованной литературы для самостоятельной работы студентов, в том числе с указанием современных зарубежных публикаций и ссылок на статьи ведущих отечественных и зарубежных журналов, а также рекомендации использования базы данных интернет-ресурсов.



# ЧАСТЬ I

## ОРГАНИЗАЦИОННЫЕ ОСНОВЫ ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ

---

---

Интенсивное развитие прикладной психологии и накопленный за последнее десятилетие теоретический и практический опыт оказания психологической помощи людям влекут за собой необходимость осмысления эмпирического материала, методических приемов и тактики работы. Переход прикладной психологии на новый этап своего развития связан с созданием целостной концепции профессиональной деятельности практического психолога, наиболее важным аспектом которой являются организационные вопросы и принципы практической психологии вообще, а также отдельных ее направлений и видов деятельности в частности. В данном учебнике раскрываются пути внедрения психологических знаний в практику оказания конкретной психологической помощи. Однако автора здесь в меньшей степени интересует содержательная сторона деятельности практического психолога, основной акцент им делается на рассмотрение организационной стороны. С чего начинать свою деятельность? Как организовать рабочее место? Как найти клиентов? Как правильно использовать диагностический инструментарий? Таков неполный перечень вопросов, ответы на которые читатель найдет в части I учебника.



## ГЛАВА 1

# Основные направления и принципы работы практического психолога

Решение прикладных задач связано не только с умением применять теоретические знания, но и с пониманием принципов организации деятельности практического психолога, в том числе этических и профессиональных, с необходимостью определения основных направлений и областей применения практической психологии, с соблюдением правил диагностических процедур.

### 1.1. Области применения прикладной психологии

Прикладная психология сегодня имеет самые разнообразные сферы применения. Широкое внедрение психологии в практику закономерно привело к развитию таких областей, как:

- психологическая служба в школе;
- психология управления;
- психология чрезвычайных ситуаций;
- индивидуальное и семейное консультирование;
- профориентация и профотбор;
- психологическое консультирование в бизнес-организациях.

#### *Психологическая служба в школе*

Такая служба давно и успешно развивается во многих странах. Ее исторические корни уходят в начало XX в., когда впервые были поставлены задачи диагностики степеней умственной отсталости, школьной успешности, а также дифференциации нормальных детей и взрослых по степени умственного развития. К.М. Гуревич полагает, что именно с момента создания так называемой шкалы Стэнфорд—Бине началось

изучение школьной успешности, в основу которого был положен коэффициент умственного развития [Гуревич и др., 1986]. По мере совершенствования психологической практики этот критерий стал приобретать универсальный характер и получил самое широкое распространение в армии, на производстве, при отборе специалистов разного профиля. Собственно психологическая служба начинается не с момента выделения и классификации учащихся, а с психолого-педагогического обследования, интерпретации его результатов и прямой психологической помощи учащимся и персоналу школы по вопросам психологии развития. Школьная психологическая служба в США имеет длительную историю и основывается на том, что психолог имеет возможности активного влияния на психолого-педагогическое изменение и оценку «школьного функционирования» детей и юношества, обеспечивая их когнитивное, аффективное и социальное развитие.

Психологическая служба в школе — это не только диагностика уровня умственного развития учащихся, но и разработка рекомендаций по психическому развитию ребенка или коррекции этого развития. Процедура диагностико-коррекционной деятельности школьного психолога достаточно сложна и ответственна. Впервые в нашей стране такая процедура была предложена Л.С. Выготским [1983] в виде схемы педологического обследования в применении к трудновоспитуемому и ненормальному ребенку. Такое тщательное, поэтапное описание диагностической работы психолога можно рассматривать как основание для начала функционирования школьной психологической службы в нашей стране. Однако ее деятельность получила резко негативную оценку в советский период, а вышедшее в 1936 г. тенденциозное постановление о педологии затормозило развитие школьной психологии. Только с конца 1960-х гг. начался активный поиск форм практического участия психологов в работе школы и других образовательных учреждений.

В настоящее время в России профессия практического психолога образования стала реальностью. Кроме того, начался процесс объединения психологов в профессиональные сообщества. Об этом свидетельствует состоявшийся в июне 1994 г. Съезд практических психологов образования, организованный по инициативе Минобразования РФ и Российской академии образования.

Введение практической психологии в систему образования способствовало постановке и решению задач перехода от унифицированного образования к вариативному образованию и от педагогики «знаний, умений и навыков» к педагогике развития, переориентации сознания учителя, от школоцентризма к детоцентризму, формирова-



нию культуры обращения к психологу как к междисциплинарному специалисту в образовательных учреждениях, разработке развивающих, коррекционных и компенсаторных программ обучения в дошкольном, общем, дополнительном, начальном профессиональном и специальном образовании, становлению экспертизы и проектирования развивающей среды.

Практическая психология содействовала переориентации образования на индивидуальное развитие личности, изменению общей образовательной ситуации в России. Логическим следствием этого процесса явилась организация основ службы практической психологии как сферы человековедения.

Служба практической психологии доказала свою эффективность в решении широкого спектра проблем: проектирования развивающего образа жизни личности, составления психологического портрета индивидуальности, оказания психологической помощи при работе с семьей ребенка, обеспечения психологической поддержки при выборе жизненного пути и профессиональной карьеры, например в процессе профессиональной адаптации, а также при выявлении причин отклонений в развитии личности, при профилактике и коррекции подобных отклонений. Практический психолог содействует гармонизации социально-психологического климата в образовательных учреждениях.

Следует отметить, что этап экстенсивного строительства службы практической психологии образования в России в основном завершен. Можно констатировать, что развитие практической психологии во многом подготовило почву для новой философии образования, обусловило переход от традиционной парадигмы «знаний, умений и навыков» к парадигме развивающего образования в контексте создания национальной доктрины образования России в XXI в.

### *Психология управления*

Широкое развитие практической психологии в сфере образования определило значительное ее место в управлении. Процесс подбора и расстановки кадров, или кадровый менеджмент, в организациях и на производстве — одна из задач практической психологии. Ее решение требует длительного, компетентного изучения людей, способных выполнять управленческую работу или претендующих на нее. Подбор и расстановка кадров на производстве должны осуществляться в соответствии с психологически выверенным и обоснованным результатами диагностико-психологической экспертизы заключением психоло-

га, свободным от сложившихся стереотипов и установок руководства во избежание эмоциональных оценок и импульсивных суждений. Не менее важна в этом аспекте работа практического психолога, связанная с ротацией кадров в организации или на производстве, в основе которой лежит соответствие или несоответствие психологии личности динамике усложняющихся требований к профессиональным качествам, уровню знаний и т.д. Практический психолог на производстве при подборе и расстановке кадров должен уметь ориентироваться не на отдельные парциальные характеристики психики, а на черты личности как целостные образования, ее системные свойства. Чем труднее для освоения профессия, тем крупнее должны быть блоки личностных свойств, принимаемых в качестве основы профессиональной пригодности. В организации важнейшим принципом решения кадровых вопросов становится принцип компенсации. Реализуя его, психолог может подобрать сотрудников, обладающих разными профессиональными качествами и взаимодополняющими личностными характеристиками. Такой подбор кадров в большей мере будет соответствовать решаемым профессиональным задачам, чем один, пусть даже универсально одаренный руководитель [Филиппов, 1995].

На промышленных предприятиях психологи занимаются разработкой и проведением в жизнь направленных на повышение эффективности производства мероприятий, связанных с изменением психологического климата в группах, бригадах, взаимоотношений на различных уровнях управления, а также принимают активное участие в переговорных процессах. В задачу психологов входит разрешение межличностных конфликтов, консультирование сотрудников по поводу личностных, производственных и семейных проблем.

### *Психология чрезвычайных ситуаций*

Особенно велика роль практической психологии при возникновении чрезвычайных ситуаций, связанных с событиями кризисного или катастрофического характера, затрагивающими общество в целом, отдельные регионы или населенные пункты. Ключевой проблемой в подобных обстоятельствах нередко выступают психологический стресс, различные неблагоприятные психологические состояния. В связи с этим умение своевременно определить наличие психологических проблем, организовать и провести при необходимости занятия по психологической разгрузке, снятию стресса, профилактике посттравматических стрессовых нарушений должно занимать важное место в деятельности практических психологов. В чрезвычайных ситуациях

наиболее распространенной и широко применяемой является групповая техника, называемая психологическим дебрифингом. Дебрифинг — это особым образом организованное обсуждение в группе людей, совместно переживших стрессогенное или трагическое событие. Общая цель группового обсуждения — минимизация психологических страданий, уменьшение индивидуального и группового напряжения, мобилизация внутренних резервов личности, усиление групповой поддержки, солидарности и понимания. Оптимальное время для проведения дебрифинга — не ранее чем 48 часов спустя после события, когда пройдут особые реакции и уже возможны рефлексия и самоанализ. Главное в работе практического психолога в чрезвычайных ситуациях — оказывать квалифицированную помощь в преодолении долговременных последствий посттравматического стресса.

### *Индивидуальное и семейное консультирование*

Наиболее известной широкому кругу потребителей сферой применения практической психологии на сегодняшний день является семейное консультирование. Эта область включает в себя множество отдельных направлений, среди которых можно выделить такие, как работа с супружескими парами, добрачное консультирование, решение детско-родительских проблем, совместное консультирование детей и родителей, психологическая помощь семьям в предразводный и послеразводный периоды, индивидуальное консультирование.

Психологическое консультирование осуществляется при непосредственном контакте психолога с людьми и представляет собой индивидуальную беседу, направленную на решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями, возникающими в межличностных отношениях, с переживанием одиночества и поиском привязанностей, с эмоциональными последствиями супружеских конфликтов.

Эффективность процесса консультирования во многом будет зависеть от степени включенности в беседу клиента, от того, насколько ярко и эмоционально он будет переживать все, что обсуждается с консультантом. Для того чтобы обеспечить такую включенность, психолог-консультант должен следить за тем, чтобы развитие разговора воспринималось клиентом как логичное и понятное, чтобы ему было интересно все, что обсуждается. Только в этом случае возможен взаимный поиск путей решения сложных житейских проблем. Хотя важнейшим показателем эффективности психологического консультирования считается удовлетворенность клиента, ситуация облегчения

эмоционального состояния не является прямой целью консультанта: его успех во многом зависит от того, как он будет выслушивать клиента. Действительной проблемой многих людей является то, что им не с кем поговорить о вещах, вызывающих у них тревогу и беспокойство. То, что консультант внимательно их выслушает, необычайно важно и само по себе может привести к положительным изменениям. И все же позитивным результатом консультативной беседы является готовность клиента принять на себя ответственность за происходящее с ним [Алешина, 1994].

### *Профориентация и профотбор*

Прикладная психология вносит весомый вклад в изучение профессиональной деятельности, решая диагностические профориентационные и прогностические задачи, обосновывая соответствие профессии психологическим качествам избравшего ее человека. На основе специфических методов и диагностических процедур, таких, как хронометраж, хроноциклография, метод экспертных оценок и др., практические психологи составляют профессиограммы, сопоставляют структуру конкретной профессии с индивидуальными структурами личности для решения задач профотбора и профориентации. Профессиограммы в работе практического психолога в Центрах занятости и Профориентационных центрах позволяют решать задачи профессиональной ориентации личности, осуществлять сравнительный анализ индивидуальных ее качеств и профессиональных требований, предъявляемых к избираемой профессиональной деятельности. Такой прогноз-анализ поможет предотвратить ошибки в выборе профессии, выбрать наиболее оптимальный алгоритм работы, построить соответствующий график профессионального обучения и предупредить возникновение трудностей в профессиональной адаптации, включая когнитивно-операциональные и эмоциональные компоненты деятельности. Например, для некоторых профессий весьма важным показателем является уровень развития сенсомоторной сферы, определенный «чувством времени», скоростью реакций, концентрацией и объемом внимания, включая эмоциональную устойчивость личности. Созданная профессиограмма деятельности практического психолога показала, что специфика освоения его профессии лежит в координации моторной сферы с сенсорными компонентами, следовательно, он должен разработать такую программу учебно-тренинговых занятий, которая обеспечила бы успешное освоение и формирование сложных двигательных навыков. При всем многообразии работ практического психолога в сфере профориентации и профотбора важнейшее место занимает про-

фессиональное психологическое консультирование, которое имеет свои организационные особенности и отличается от других форм консультирования [Климов, 1984].

## 1.2. Основные направления деятельности практического психолога

Практическая психология в нашей стране — сравнительно молодая отрасль психологической науки. Однако она уже положительно зарекомендовала себя и как прикладная отрасль психологии, и как учебная дисциплина в системе подготовки и переподготовки специалистов в области образования, социальной работы, управления и т.д. Возникновение практической психологии вызвано, с одной стороны, многоотраслевым развитием психологической науки, следствием которой явилась дифференциация психологического знания по различным частным отраслям, включая экопсихологию, психофармакологию, геронтопсихологию, акмеологию, психологию управления и т.д., с другой — стало ответом на социальный заказ общества в условиях социальной нестабильности, межнациональных конфликтов, событий кризисного и катастрофического характера.

Становление прикладной психологии происходит в тесной взаимосвязи с фундаментальными отраслями психологии — общей, возрастной, социальной, педагогической и психологией личности, основу которых составляют теоретические принципы и методы психологического познания, закономерности существования и развития психической реальности.

Основная задача прикладной психологии — не только познание психической реальности, но и выработка средств практической помощи и психологической поддержки личности, испытывающей затруднения в решении жизненных проблем, преодолевающей последствия социальных и природных аномалий и катастроф, в организации оптимальных условий жизнедеятельности, способствующих наилучшей социальной и психологической адаптации и снятию напряжения и следствий пережитых травмирующих ситуаций, преодолению посттравматических стрессовых нарушений.

Это наиболее общее представление о задачах прикладной психологии поможет описать и объект практической психологии как прикладной отрасли психологической науки. Объектом прикладной психологии является индивид, личность, испытыва-

ющая определенные психологические трудности и напряжение в решении конкретных жизненных проблем, переживающая события кризисного или катастрофического характера.

Реальным продуктом профессиональной деятельности практического психолога являются обсуждаемые и совместно с клиентом выработанные системы социальных взаимодействий и программы поведения, обеспечивающие оптимальные условия жизнедеятельности и нейтрализующие негативные последствия пережитых жизненных напряжений и проблем в соответствии с возрастными возможностями и индивидуально-личностными особенностями.

Практический психолог ориентирует клиента в его целях, помогает увидеть ситуацию с разных сторон и выбрать оптимальный способ решения проблемы и выхода из травмирующей ситуации. Поиск разрешения конфликтных социальных взаимодействий, а также формы работы с конкретными запросами и определяют основные направления деятельности практического психолога.

Среди этих направлений, описанных и представленных в разнообразных литературных источниках, считаем целесообразным выделить следующие:

- психодиагностическую работу;
- психологическое консультирование;
- психотерапевтическое воздействие;
- коррекционно-развивающую деятельность;
- психопрофилактическую работу.

### *Психодиагностическая работа*

Установление психологического диагноза — одна из задач, стоящих перед практическим психологом. Психологическая диагностика может пониматься в широком и узком смысле. В широком смысле она сближается с измерением вообще или с психометрикой — наукой об измерении индивидуальных различий и практикой использования психологического знания. В узком смысле имеется в виду измерение индивидуально-психологических особенностей личности, основу которого составляют классификация и ранжирование людей по психологическим и психофизиологическим признакам [Гуревич и др., 1986]. Психологическая диагностика базируется на использовании психодиагностических инструментов и методов, позволяющих осуществлять применение современного статистического аппарата, обеспечивающего надежность и достоверность данных.

В психодиагностическом обследовании можно выделить три основных этапа: сбор данных, переработка и интерпретация данных, вынесение решения (диагноз и прогноз) [Гриншпун, 1994]. Диагноз как основная цель психодиагностики может устанавливаться на разных уровнях: первый уровень — симптоматический, или эмпирический. На этом уровне диагноз ограничивается констатацией особенностей или симптомов (признаков); второй уровень — этиологический, учитывающий не только наличие характеристик, но и причины их возникновения; третий, высший уровень, — уровень типологического диагноза, заключающийся в определении места и значения выявленных характеристик в общей картине психической жизни человека [Бурлачук, Морозов, 1989]. В своей практической работе психолог часто ограничивается диагнозом первого уровня, в основе которого лежит применение того или иного психодиагностического инструмента.

Таким образом, психодиагностическая работа практического психолога предусматривает выбор метода или конкретной методики исследования, максимально отвечающей целям и задачам исследования.

Подробное описание и классификация методов психодиагностики представлены в части II.

### *Психологическое консультирование*

Важным направлением деятельности практического психолога, включающим в себя индивидуальное консультирование, профконсультирование, промышленное консультирование, консультирование руководителей и многое другое, является психологическое консультирование [Алешина, 1994]. Фактически в любой сфере деятельности, где используются психологические знания, в той или иной мере применяется консультирование.

Содержанием психологического консультирования является работа с конкретным запросом, идущим как от отдельного клиента, так и от группы или организации.

Наиболее широкая сфера применения психологического консультирования — семейное консультирование, связанное с решением проблем супружеских, детско-родительских отношений, добрачных, предразводных и послеразводных.

Возрастное консультирование направлено на решение проблем психического развития ребенка на разных возрастных этапах, в том числе в периоды возрастных кризисов.

Значительное место в деятельности практического психолога занимает консультирование организаций, связанное с отбором персонала,

управлением персоналом, формированием команды, планированием карьеры отдельных работников, прогнозом развития организации.

Психологическое консультирование можно определить как непосредственную работу с людьми, направленную на решение различного рода психологических проблем, связанных с преодолением трудностей в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом построенная беседа [Алешина, 1994]. Психологический смысл консультирования заключается в том, чтобы помочь человеку понять причины трудностей, проблем социальных взаимодействий в личных, семейных и профессиональных контактах. Основная задача психолога-консультанта — помочь клиенту посмотреть на свои проблемы и житейские сложности со стороны, изменить психологические установки как на свои трудности, так и на отношения с другими людьми.

### *Психотерапевтическое воздействие*

Психологическое консультирование, ориентированное на решение конкретной проблемы и достижение конкретной цели, служит своеобразной ступенькой к более длительной и глубокой психотерапевтической работе.

Психологическое консультирование — это ориентированная на проблему работа с клиентом, так называемое проблемно-ориентированное консультирование, а психотерапия — работа с глубинными уровнями самопознания личности, или личностно-центрированная терапия.

По традиции, существующей в психотерапии, обратившийся за психологической помощью человек называется пациентом, а не клиентом. Важное отличие психотерапии от психологического консультирования состоит в том, что между пациентом и психотерапевтом устанавливаются особые отношения, анализ которых в терминах переноса и контрпереноса является одним из важнейших средств углубления и расширения возможностей воздействия. В консультировании подобные вопросы не всегда становятся предметом обсуждения. Психологическое консультирование чаще бывает краткосрочным, в то время как психотерапия может длиться несколько лет. Кроме того, работа психотерапевта требует специальной подготовки, включающей ряд необходимых этапов: собственный индивидуальный психотерапевтический опыт в качестве клиента, затем длительный период супервизорской практики и, наконец, собственная психотерапевтическая практика под контролем супервизора [Алешина, 1994; Поляков,



Спиваковская, 1985]. Требования к образованию специалистов по психотерапии значительно более жесткие и включают в себя наряду с теоретической психологической подготовкой определенные медицинские знания.

### *Коррекционно-развивающая деятельность*

Под коррекционно-развивающей понимается деятельность психолога по устранению отклонений в психическом и личностном развитии ребенка и развитию его способностей.

Психокоррекционная деятельность тесно связана с диагностико-коррекционным и диагностико-развивающим воздействием. Практический психолог не только ставит диагноз, на основе которого разрабатывает коррекционную программу развития, но и сам осуществляет значительную часть коррекционной работы. Диагностико-коррекционное воздействие проводится по результатам обследования и предполагает соотнесение полученных данных с тем, как обнаруженные особенности проявляются в жизненных ситуациях и как они соотносятся с возрастными особенностями испытуемых.

Диагностико-коррекционная деятельность в школе достаточно сложна и многопланова, ее выполнение включает последовательный ряд действий:

- изучение практического запроса;
- формулировка психологической проблемы;
- выдвижение гипотез о причинах наблюдаемых явлений;
- выбор методов исследования;
- использование метода;
- формулировка психологического диагноза;
- разработка рекомендаций, программы психокоррекционной или развивающей работы;
- осуществление этой программы;
- контроль за ее выполнением.

Разумеется, в реальной жизни психолог вряд ли будет постоянно фиксировать последовательность выполнения каждого этапа, но ориентация на нее необходима всегда. Рекомендации должны быть конкретными и понятными тем, кому они предназначены. Психолог несет полную ответственность за реализацию рекомендаций и конечный результат.

Содержание психологического заключения зависит не только от удачно подобранных и валидных психодиагностических методов, но и от успешного индивидуально-личностного взаимодействия психоло-