**14-дәріс. Психологиялық консультация беру процесі**

1. **Дағдарыс отбасылық психологиялық кеңес беру**
2. **Ойын отбасылық психологиялық кеңес беру**
3. **Позитивті отбасылық психологиялық кеңес беру**
4. **Мінез құлық терапиясы**
5. **Арт-терапия**

Тәжірибелік психологияның ерекше саласы психологиялық кеңес беру деп аталады. Психологиялық кеңес беру маман-психолог тарапынан психологиялық көмекті көмекті қажет ететін адамдарға кеңес, нұсқау ретінде тікелей жәрдем берумен байланысты. Кеңесті психолог адамда туындаған мәселені толық меңгерген жағдайда жеке әңгімелесу барысында береді. Көп жағдайларда психологиялық кеңес беру алдын-ала белгіленген уақытта, арнайы жабдықталған, шиеленісті жағдайлардан, басқа да адамдардан бөлектетілген бөлмеде жүргізіледі.

Қазіргі кезде білім беру жүйесінде және әлеуметтік ортада психологиялық кызмет көрсетуді ұйымдастыруға өте үлкен назар аударылуда. Мектептерде жөне мектсптен тыс оқу- тәрбие мекемелсрінде психолог штаты бекітіліп, көптеген мамандар кәсіби кызмет атқаруда. Білім беру жүйесінен басқа да көптеген салаларда психолопарға сұраныс мол болып отыр. Осы мамандарга қажеттілікті канағаттандыру үшін жоғары оқу орындары психологтарды даярлаіг жатыр.

Білім беру жүйесінде кәсіби қызметін аткару барысында психолог оқушыларға, олардың ата-аналарына, педагогтарға көптеген мәселелерді тиімді шешуге психологиялық жағынан көмек көрсетеді. Балалардың мектепте оқытуға даярлытын аныктаудан бастап, мектепке кабылдау, бастауыш сыныптарда жетелеу, орта және жоғарғы сынып оқушылары мектеп бітіргеннен соң өмір жолын тауып алу проблемаларын шешуге бірінші кеңесші және көмекші болатын адам - мектеп психологы. Ол оқушылардың жекелік қасиеттерін диагностикалап, зерттеу нәтижелеріне сүйене отырып, олардың күнделікті дамуына ықпал жасайтын іс-шаралар жүргізеді. Сонымен катар дамуында нормадан ауытқуы бар балалармен жеке дара, қажеттілік туғанда - топпен, түзету және дамыту жұмыстарын ұйымдастырады. Ерекше қиын жағдайларда баланы басқа мамандарға көрсетіп, оның психологиялық дағдарысын оңтайландыру жолдарын анықтауға ат салысады.

Жаңадан қалыптасып келе жатқап психологиялық қызметтің жұмыс мазмұнын анықтау, психодиагностикалық әдіс-тәсілдерді жинақтап алу, әр буында оқитын балаларға тиімді қызмет көрсету жолдарын табу психологтарға қиын болып отыр.

Психологиялық қызметтің мазмұны ашылып, әр жас кезеңіндегі балалардың даму ерекшеліктерін бағалау әдістемелері берілген.

Психологиялық кеңес беру және психокоррекциялық жұмысты ұйымдастыру формаларының негізгі түрлері сипатталған. Сонымен катар психокоррекцияда қолданылатын көптеген әдіс-тәсілдерді пайдалану ерекшеліктерін көрсетуге, осы кызмет барысында пайда болатын сұрақтарға жауап беруге жасалған әрекет болып табылады.

Екінші кітап жеті тараудан тұрады. Оларда психологиялық кеңес берудің ерекшеліктері, психокоррекция жургізудің теориялық негіздсрі мен оларды ұйымдастыру және жүргізу технологиясы, психологиядық кеңес беру және түзету-дамыту жұмыстарын жүргізу барысында пайдаланылатын психодиагностикалық және коррекциялық әдіс-тәсілдер мен ойындар жинағы берілген.

Психологтың кеңес беру және психологиялық, коррекция жүргізудің технологиясы мен мазмұнын анықтау XIX ғасырдың аяғынан бері зерттелінуде. Соған қарамастан бұл саладағы қызметтің көптегсн қыр-сырлары әлі толық анықталмаган. Олардың үлгісін жасаган Г. Айзенк, Ф.М. Александср, А.А. Бодалев, А. Лазарус, К.Роджерс, Б.Ф. Скиннер, А.С. Спиваковская, М.Фельденкрайс, 3. Фрейд, А. Химед, К. Юнг, И.Д. Ял, т.б. ғалымдар психологиялық қасиеттердің бұзылуымен байланысты жүргізілетін коррекциялардың негізін анықтап, пайдаланылатын әдіс-тәсілдер үлгілерін жасаған. Осы ғалымдардың еңбектеріне негізделе отырып баланың даму ерекшеліктеріне байланысты олардың түлғалык касиеттеріндегі орын алғаи ауытқуларды түзету, ата-аналарымен қарым-қатынас проблемаларын талдау, ата- аналардың өз балаларымен карым-қатынасындағы туатын қиындықтарды саралау және оларға тиімді көмек көрсету нұсқасы, балалардың әр түрлі жас кезеңдеріндегі даму заңдылықтарымен байланысты орын алатын мазасыздану, тұлғааралық қатынасқа түсу проблемаларын зерттеп, олардың көрінісін бағалауға қолданылатын психодиагностикалық әдістемелер жүйеге қарастырылады.

Психологиялық кеңесті бір сеансы психологтың клиентпен жеке әңгімелесу формасында өтеді, 10 минуттан 1,5-2 сағатқа дейінгі уақыт аралығында созылады.жеке әңгімелесу барысында клиент өзі, өзінің жеке мәселесі туралы әңгімелейді. Психолог клиенттің әңгімесін бөлмей, артық сұрақ қоймай, зейін қойып мұқият тыңдап, клиент душар болған жағдайға, проблемаға енуге тырысуы қажет, клиенттің айтып отырған мәселесін дұрыс қабылдап түсінуі қажет.

**"Мінез - құлық терапиясы"**

"Мінез - құлық терапиясы" ұғымын 50- ші жылдардың аяғында бірінші болып бір- біріне тәуелсіз Арнольд Лазарус және Ганс Айзенг тәжірибеге ендірді.

1912 ж. В.М.Бехтерев истерияның конверсиондық көрінісін емдеуге үйлесімді рефлекстер жүйесін қалыптастыруды ұсынды. Мысалы, "сал" болған аяқ - қолға индифферендік сәуле рефлексін немесе дыбыс тітіргендіргіші әсерін ауыртатын тітіркендіргіш әсерімен ұштастыру арқылы истерия ауруына шалдыққан адамның "сал" болған аяқ - қолын жазуға болатындығын дәлелдеген. Бехтеревтің тұжырымдамамы бойынш индефференттік тітіркендіргіш әсеріне қалыптасқан рефлекс негізінде аурудың "сал" болған аяқ - қолын қозғалтуға мүмкіндік туса, ол адам параличтен қол үзеді. 1938 ж. АҚШ- тағы көрнекті физиолог және психолог Скинердің "Поведение организмов" деген монографиясы басылымнан шықты. 1958ж. Австрия психотерапевті Д.Вольпеннің "Психологиялық кеңес беру рицепторным торможением" деген кітабы жарық көрді. Бұл еңбектер мінез - құлық терапиясының дамуына үлкен дем берді.

Вольпеннің пікірінше невроздың негізгі себебі орынсыз мазасыздану және қорқыныш сезіміне бөлену. Өзінің осы тұжырымдамасына сүйене отырып Вольпе қазіргі кезде кең тараған "Мінез- құлық терапиясы" әдісін жасап шығарды. Бұл әдістің негізгі тәсілі- ауруды жүйелі түрде дисенсибилизациялау. Жабысқақ идеяларға және фобияға ұшыраған сырқатты Джекобсонның прогрессивтік релаксациясына үйретеді. Сонан соң, дәрігер пациентпен әңгімелесу барысында оның уайым- қайғысының түрін анықтап алғаннан соң сырқаттың асқынуына себеп болатын жағдайлар мен заттардың аурудың психикасының жарақаттануына тигізетін әсерінің күшіне байланысты ретке келтірілген тізімін жасайды.

Бұл әдістеменің көптеген варианттары бар: слайд, арнайы аудио және видео таспалар, релаксацияны күшейтуге арналған дәрілер. "Фединг" әдісі пайдаланғанда қиялға дем беру үшін ең бірінші фобия объектісін немесе жағдайын бейнелейтін слайдтар көрсетіледі де, артынша жұбататын, тыныштандыратын слайдтар көрсетіледі. Ал "иммерсия" әдістемесі пайдаланылғанда фобия объектілері релаксациямен ұштастырылмай көрсетіледі.

1928ж. Данлоб парадоксалдық болжам жасаған. Бұл болжам бойынша жаман әдеттен құтылу үшін оны саналы түрде бірнеше рет қайталау керек. Кейіннен бұл әдіс негативтік әсер ету деп аталып кетті. Франкель осы әдісті негізге ала отырып, "парадоксалдық интенсия" тәсілін жасады. Ауруға қолданылатын емдік шараның мәні түсіндіріледі, сонаң соң оған өзі қорқатын нәрсені әзіл- сықақ түрінде істеген болып, өзін - өзі мазақтау ұсынылады.

Мінез - құлық терапиясы арсеналды тәжірибеде кеңінен пайдалануға болатын бағалы әдістер мол.

**Арттерапия**

Арттерапия - адамның психоэмоционалды халіне шығармашылық арқылы әсер ету және емдеу мағынасын білдіреді.

"Арттерапия" - көбіне ағылшын тілді халықтар қоныстанған елдерде кеңінен тараған. Арттерапия өнерге, бірінші орында шығармашылық пен өзіндік өнерін көрсетуге негізделген психологиялық кеңес берудің мамандандырылған бөлімі.

Алғаш бұл термин 1938ж. Адриан Химед туберкулез ауруына шалдыққандар санаториясында емдеушілердің көңіл - күйлерін көтеру жұмысында қолданылады. Кейіннен бұл термин өнерге қатысты барлық терапияның салаларында қолданыла бастады. Бірақ, көптеген мамандар мұндай анықтамалар өте кең әрі нақты емес деп санайды. Тарихқа сүйенсек, арттерапия мамандары ұзақ уақыт психиатрлар мен психотераптевттердің көмекшісі болған, олар пациенттің салған суреттерін сырқаттың диагнозын дәлірек анықтауға немесе ем жүргізуге көмектесетін қосалқы әдіс ретінде пайдаланылған. Біртіндеп арттерапевттер ешкімге тәуелсіз маман статусын иемденді.

1969 ж. тәжірибеленуші арттерапиевтерді біріктірген американдық арттерапия ассоциациясы құрылды. Осы сияқты ассоциациялар кейіннен Ұлыбритания, Голландия, Жапония, Ресей елдерінде пайда болды. Бұл ұйымдар қазігі кездегі психологиялық кеңес беруда өнер мен шығармашылықты қолдану үлкен сұранысқа ие болғанын және оны пайдану жолдарын анықтау қажеттілігі туғанын дәлелдеді. Арттерапияға қатынасушыларға шығармашылық сипаттағы әр түрлі жұмыстар ұсынылады. Өнер мен шығармашылықтың адамның жан - дүниесіне әсері, біріншіден, психотерапевтпен қарым - қатынас жасау белсенділігін қамтамасыз етеді, екіншіден қатынасушы топта өзінің уайым - қайғысын толық әрі нақты бейнелеуіне мүмкіндік туады, үшіншіден, ішкі қайшылықтарын өнер арқылы шығарады, төртіншіден ол өзін шығармашылық адамы ретінде қабылдайды.

Дәл қазіргі уақытта арттерапияға - видио - арттерапия, инсталяция, перферманс, компьютерлік шығармашылық деген түрлері қосылған. Мұндағы қарым - қатынаста визуалды канал негізгі рөл атқарады.

Арттерапия фактілі материялдардың жеткілігінен қарамастан теориялық жағынан әлі эмпирикалық қорытындылау сатысында тұр. Арттерапияның емдік қасиеті туралы теория әлі қалыптасқан жоқ.

**Арттерапия түрлері**

Кратохвил арттерапияны - сублимациялы, проективті және әрекетшіл деп бөлген. Дельфина-Бейли арттерапияны қолдануда төрт негізгі бағытты бөліп көрсетеді:

* 1. Енжар арттерапия. Дайын өнер туындыларын пациентпен талдау және интерпритация жасау арқылы оның емдік әсерін қолдану.
  2. Белсенді арттерапия. Клиенттің өзіндік шығармашылығын ояту арқылы оның емдік әсерін қолдану. Шығармашылық актінің өзі негізінде емдік фактор болып саналады.
  3. 1 және 2 қағидаларды бір мезгілде қолдану.
  4. Психотерапевттің өзіндік рөлін, оның клиентпен қосылып істеген шығармашылық жұмысын қабылдау және талдаудағы қарым - қатынасына мән беру.

Арттерапия әдісі - сурет салғанда, скульптура жасағанда - ойланбай істеседе адамның ішкі өзіндік " Менін " көрсетіп отырады деген сенімді тұжырымдайды.