

Современные методы клинической психологии

Подготовила
Студентка 3 курса ФП
ПСИ-Б-0-3-2018-2
Савицкая Анна Олеговна

Клиническая психология

— часть прикладной психологии, в которой рассматриваются психические явления, характерные для некоторых заболеваний и выполняется диагностика личностных отклонений. Деятельность клинического психолога связана с гармонизацией психологического здоровья человека, повышением его адаптационных возможностей и психологической реабилитацией. Специалисты ведут профилактическую работу и способствуют скорейшему преодолению недугов.

- В отличие от психиатрии, объектом внимания которой являются различные патологии, требующие лечения в спецучреждениях, такие как эпилепсия, различные психозы или шизофрения, клинической психологией изучаются «пограничные» отклонения и дезадаптации – нарушение способности организма приспособливаться к различным условиям.

Основные направления

- Психология аномального развития — направление, которое ставит целью изучение психического дезонтогенеза и работает с клиническими нарушениями развития человека.
- Нейропсихология — объединяет нейронауку и психологию. Изучает структуру и функционирование головного мозга, его связь с поведением и психическими процессами живых существ.
- Патопсихология — изучает, с использованием психологических методов, расстройства психических процессов, характерные для ряда психических заболеваний.

Основные направления

- Психотерапия — воздействие с лечебной целью на психику и через нее на организм больного человека ради избавления от личностных и других проблем. Проводится с использованием самых разных средств, в том числе и медикаментозных.
- Психосоматика — рассматривает проблемы больных, связанные с соматическими расстройствами. (Включая психологическую помощь при онкологии и острых психических травмах).
- Еще одно серьезное направление, отличающее клиническую психологию — помощь детям с особенностями психического развития. Психологи анализируют их поведение, помогают им осваивать новые навыки, работают с родителями.

Современные методы

Выбор методики в клинической психологии всегда связан с задачей, стоящей перед специалистом, тяжести психических нарушений, образованности пациента и его психического состояния.

Правильно подобранные методы позволяют квалифицировать патологии и дифференцировать их. Это, прежде всего:

- Анамнестический метод — сбор необходимых сведений о причинах, вызвавших расстройство, его течении и лечении.
- Биографический метод — изучение личности пациента в историческом контексте, диагностика и коррекция его жизненного пути.
- Психофизиологический метод — изучение связи биохимических и физиологических изменений в нервной системе, влияние на память, сон и сновидения, эмоции.

Современные методы

- Анализ продуктов творчества, арт-терапия ;
- Экспериментальные методы, гипноз
- Использование телесно-ориентированных практик, исключающих из мышления пациентов негативные паттерны.
- Наблюдение за поведением пациентов, выражением их чувств и мыслей.
- Метафорические образы и символ-драмы, позволяющие абстрактно выразить глубокие чувства и скрытые намерения.
- Беседа.

Психотерапия

1. Психотерапия — основной метод психологической коррекции, осуществляемый клиническим психологом, в общем виде представляющий собой набор техник и методик, применяемых психотерапевтом для проведения изменений психоэмоционального состояния человека, его поведения и коммуникативных паттернов, улучшению его самочувствия и улучшению способности к адаптации в социуме. Психотерапии проводятся как в индивидуальном порядке, так и в группах.
2. Существует множество различных направлений психотерапии: психодинамическая психотерапия, когнитивная психотерапия, гуманистическая психотерапия, семейная психотерапия, гештальттерапия, эмоционально - образная терапия, телесно-ориентированная психотерапия; в последние десятилетия также наблюдается выделение трансперсональных видов психотерапии.

Проблема психической нормы и патологии

- Клиническая психология занимается проблемой определения, что же такое психическая норма и патология. В рамках нозологического подхода принято выделять два состояния человека — здоровье и болезнь.
- Типичными признаками *здоровья* считаются структурная и физическая сохранность нервной системы и органов человека, индивидуальная приспособляемость к физической и социальной среде, сохранность стабильного привычного самочувствия.
- *Болезнь* характеризуется общим или частным снижением приспособляемости, при этом выделяют следующие возможные исходы болезни: полное выздоровление, выздоровление с наличием остаточных явлений, инвалидизация (получение дефекта) и летальный исход.
- Также выделяют *патологическое психическое состояние*, обусловленное этиологией процесса и не имеющее исхода.

Вопрос определения нормы и патологии является крайне сложным и затрагивает различные сферы человеческой деятельности — от медицины и психологии до философии и социологии. Был совершён ряд попыток вывести критерии психической нормы, в число которых включали соответствующую возрасту человека зрелость чувств, адекватное восприятие действительности, наличие гармонии между восприятием явлений и эмоциональным отношением к ним, умение уживаться с собой и социальным окружением, гибкость поведения, критический подход к обстоятельствам жизни, наличие чувства идентичности, способность планировать и оценивать жизненные перспективы. Во многих случаях под психической нормой определяют то, насколько индивид адаптирован к жизни в социальной среде, насколько он продуктивен и критичен в жизни.

При постановке диагноза психиатры и клинические психологи пользуются как личным опытом и общими рекомендациями, так и Международной классификацией болезней (МКБ-10) и Диагностическим и статистическим руководством по психическим расстройствам (DSM-5).