

"Психология — это умение жить".



Человек обращается к психологии, чтобы познать себя и лучше понимать свое окружение. В чем истинные мотивы моих поступков? Психологию называют наукой о душе

, мы «вспоминаем» о

душе, когда начинаем задавать себе вопросы, — "

кто я?", "зачем я здесь?".

Познать себя – исключительно человеческая потребность.

Зачем это человеку нужно? Чтобы пройти свой путь в многообразной жизни и не сломаться, не потерять себя, не споткнуться и не упасть. А если уж упал, то найти в себе силы подняться и идти дальше.

Интерес к психологии возрастает тем серьезнее, чем крупнее и отчетливее мы всматриваемся в себя и в мир людей. Двигаясь в направлении своих целей, выстраивая отношения с людьми, преодолевая трудные ситуации. Психология активно вливается в обучение и воспитание, в бизнес, в искусство. Чем сложнее устроен социум, тем важнее для нас понимание микрокосма человека, его чувств и эмоций. Его представления об этом мире.

Сегодня без знания психологии никуда. Продать себя или произведенный продукт - нужны определенные знания. Сохранять благополучие в семье и уметь улаживать конфликты, также необходимы знания психологии. Понимать мотивы поведения людей, учиться управлять своими эмоциями, суметь донести до собеседника свою мысль, выстроить коммуникацию с другим человеком— и здесь на помощь придут психологические знания. Психология начинается там, где появляется человек и, **зная основы психологии, можно избежать многих ошибок в жизни**

Психология (греч. — душа; греч. — знание) — это наука, изучающая поведение и психические процессы людей и животных. **Психика** — это высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем.

Посредством психики человек отражает закономерности окружающего мира.

Мышление, память, восприятие, воображение, ощущение, эмоции, чувства, задатки, темперамент, — все это изучает психология. Но основной вопрос остаётся, — что движет человеком, его поведением в той или иной ситуации, каковы процессы его внутреннего мира? Спектр вопросов, решаемых психологией достаточно широк. Так, в современной психологии выделяют большое количество разделов: общая психология, возрастная психология, социальная психология, психология религии, патопсихология, нейропсихология, семейная психология, психология спорта и т.д.

В психологию проникают и другие науки и отрасли научного знания (**генетика, логопедия, юриспруденция, антропология, психиатрия** и др.). Происходит **интеграция классической психологии с восточными практиками, квантовой физикой**.

Чтобы жить в гармонии с собой и с окружающим миром, современному человеку необходимо овладение основами психологии.

Психодиагностика

Начало начал. Слово "**психодиагностика**" знакомо каждому. Да, всевозможные психологические тесты можно найти в интернете, в журналах и книгах. Но не все так просто.

Психодиагностика (греч. psyche — душа и diagnostikos — способный распознавать) — область психологической науки и, одновременно, важнейшая форма психологической практики, связанная с разработкой и использованием разнообразных методов распознавания индивидуальных психологических особенностей и перспектив развития

человека.



Психодиагностика как отдельное направление выделилось **в начале XX века** из экспериментальной психологии. Термин психодиагностика появился в 1921 г. и принадлежит швейцарскому психологу **Герману Роршаху**.

Долгое время психодиагностика отождествлялась с тестированием. Однако психодиагностика прочно вошла в психологию после применения не тестирования, не психометрии, а проективных методов, которые не ставили прямого диагноза.

Цель психодиагностики - сбор информации об особенностях человеческой психики.

Виды и методы психодиагностики

Существует множество классификаций психологической диагностики. По критерию формализованности (точное соблюдение инструкций, единообразие процедуры проведения, структурированности самой методики) выделяют:

- **Высокоформализованные методики** — анкеты, опросники, тесты;
- **Малоформализованные методики** — наблюдение, беседа, интервью, анализ продуктов деятельности.

Обычно оба вида этих методик использует комплексно для составления более полного представления о личности человека.

Важно отметить, что психодиагностика даёт не только представление об актуальном состоянии человека, но и обозначает *"зону ближайшего развития"*, т.е. направление роста и развития, исходя из индивидуальных особенностей человека. Важно отметить также, что в психологическом заключении даются для этого конкретные рекомендации.

Психологическая диагностика может проходить в группе или индивидуально. Психолог, в зависимости от целей и индивидуальных особенностей клиента, может предложить опросник или тест с бланком для ответа, нарисовать человека или другой рисунок, предложить закончить предложение или даже сочинить сказку.

Для кого?

Психодиагностика может быть полезна в совершенно разных контекстах и жизненных ситуациях. Например:

- если вы хотите лучше узнать себя, найти направления для роста и развития;
- если нужно определить готовность ребёнка к обучению в школе, а также оценить его психическое развитие в соответствии с возрастными нормами;
- чтобы помочь подростку определиться с выбором профессии (профориентация);
- чтобы оценить степень сплочённости и структуру коллектива (социометрия) и т.д.

Психолог, проводящий диагностику, действует в рамках **Этического кодекса**, куда входит принцип объективности, конфиденциальности, профессиональной подготовки и др. Поэтому не стоит бояться разглашения информации и постановки "страшных" диагнозов.

Психодиагностика может стать для вас как первым шагом в работе с психологом или психотерапевтом, так и самостоятельным инструментом на пути самопознания!

Перейти к Оглавлению:

[Психология и диагностика](#)

[Психологическое консультирование](#)

[Гештальт-терапия](#)

[Клиент-центрированная психология](#)

[Когнитивная психология](#)

[Психология восприятия](#)

[Психосоматика](#)

[Семейное консультирование](#)

□