



Тетрадь

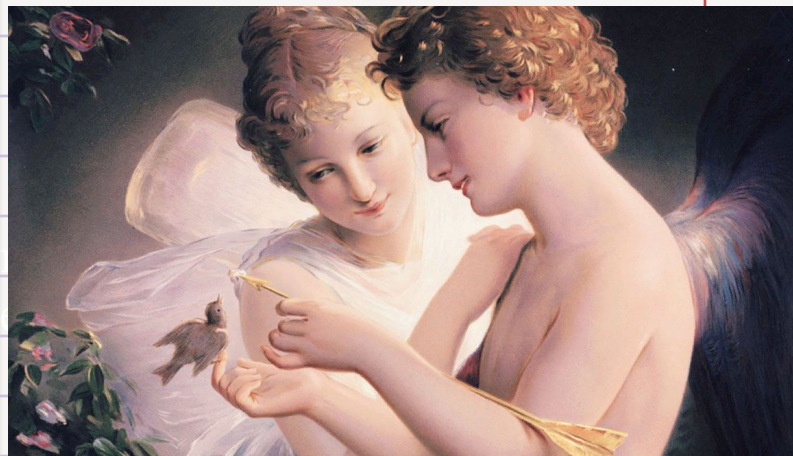
Тема 1.

Что такое психология?

и Кто такой психолог?

Легенда про Амура и Психею

«Легенда о странствиях человеческой души, жаждущей слиться с любовью. С помощью Зефира Амур получил в жены царскую дочь Психею. Однако Психея нарушила запрет никогда не видеть лица своего загадочного супруга. Ночью, сгорая от любопытства, она зажигает светильник и восхищенно смотрит на юного бога, не замечая горячей капли масла, упавшей на нежную кожу Амура. Амур исчезает, и Психея должна вернуть его себе, пройдя множество испытаний. Преодолев их и даже спустившись в Аид за живой водой, Психея после мучительных страданий вновь обретает Амура, который просит у Зевса разрешения на брак с возлюбленной и примирения с Афродитой, злобно преследовавшей Психею».



Определение термина.

ПСИХОЛОГИЯ - происходит от греческих слов «психе» (душа) и «логос» (учение).

ПСИХОЛОГИЯ - наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики.

Психика человека обеспечивает функционирование его организма, взаимодействие с окружающим миром, восприятие информации, регуляцию поведения и деятельности.



Психика сложна и многообразна в своих проявлениях.
Выделяют три группы психических явлений:



ПСИХИКА

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ
ПРОЦЕССЫ

ПСИХИЧЕСКИЕ
СОСТОЯНИЯ

ПСИХИЧЕСКИЕ
СВОЙСТВА

Кто такой психолог?

определения в Интернете:

«Ученый, изучающий, как работает сознание, обычно, путем анализа экспериментальных данных или наблюдений над человеческим поведением. Здесь мы не говорим о психотерапевте или клиницисте, лечащем психические расстройства».



«Профессионал, специализирующийся на лечении психических или эмоциональных заболеваний. В лечении они используют психотерапию».

Кто такой психолог?

определения в Интернете:

«может работать в различных направлениях деятельности: педагогике, медицине, промышленности и т.д., осуществляя научно-практическую, исследовательскую, методическую работу». ...



«специалист с высшим гуманитарным образованием, получивший подготовку в области научной и прикладной психологии. Как правило, психолог имеет специализацию в одной или нескольких областях практической психологии: детская психология, социальная психология или организационная психология».

Психологи бывают:

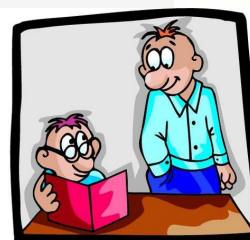
-**клинические:** работают в психологических центрах, больницах.

-- **школьные и педагогические:** работают в учебных заведениях;

-- **организационные:** их можно встретить в организациях;

-- **психологи-консультанты:** помогают решать проблемы, возникающие в отношениях между людьми, в том числе семейные.

-Еще есть юридические, военные, экологические психологи; психологи рекламы и религии.



Что может психолог?

Многое!

- провести диагностику и выявить ваши сильные и слабые черты.** Помочь вам понять, как можно эффективнее воспользоваться сильными и как преодолеть слабые;
- помочь определиться в выборе профессии;**
- помочь адаптироваться в новой ситуации:** при поступлении на учебу, на новую работу, при занятии новой должности.

- помочь в трудной жизненной ситуации:** потеря работы, развод, смерть близкого;
- дать новые знания,** которые вы сможете использовать на практике: как научиться разрешать конфликты? Как контролировать свои эмоции?
- И многое, многое другое.**



Мифы о Психологах

1. Психолог и психиатр - по сути, одно и то же.

или

«Я не больной, чтоб идти к психологу!».



2. Психолог решает за людей их проблемы.



Психолог лишь создаёт такую атмосферу и такие условия, при которых человек сам оказывается способен решить свою проблему.

Сюда же следует добавить, что психологи работают только с человеком, обратившимся за консультацией. И помочь он может только в том случае, когда клиент готов к изменению себя, а не окружающего мира.

3. Психолог видит людей насквозь.



Психолог способен в некотором смысле прогнозировать возможные действия того или иного человека в той или иной ситуации.

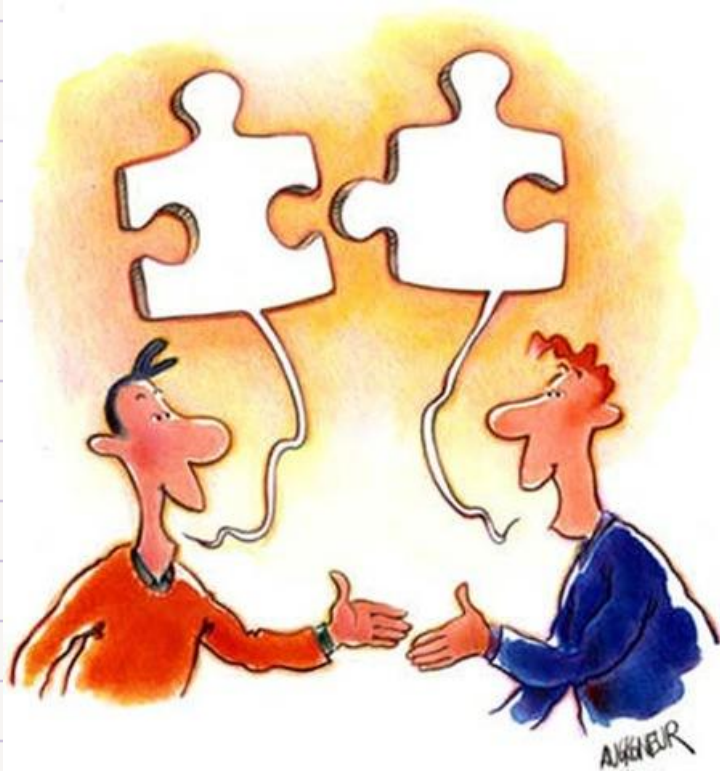
4. Психолог обладает сверхспособностями.

Ясновиденье, открытие третьего глаза, получение информации из космоса...

Всё вышеперечисленное нисколько не относится к области психологических знаний, и не входит в число дисциплин, изучаемых психологом в ВУЗе. Сверхспособности изучает наука парапсихология.



5. У психолога не может быть своих проблем



Если бы! :) Сказать, что у психолога не может быть личных проблем, это всё равно, что сказать, что врач-терапевт не может простудиться, а травматолог - сломать ногу. Зачастую, психолог способен более эффективно решать свои проблемы. Но они у него тоже могут быть и даже должны быть, потому, что на ошибках учатся.

An abstract painting with a complex, layered composition. The background is a mix of warm tones like yellow, orange, and red, interspersed with cooler colors like blue and green. The brushstrokes are visible and expressive, creating a sense of movement and depth. A white rectangular box is superimposed over the center of the painting, containing text.

И еще они бывают такими!!!!

Творческими и креативными



Заботливыми и ответственными



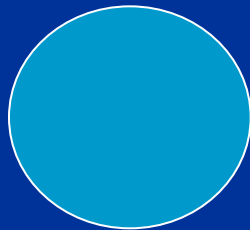
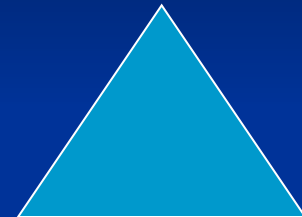
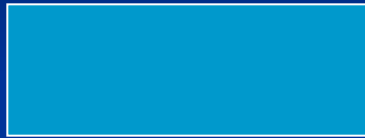
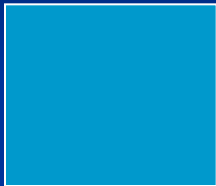
**Стремящимися к
развитию**



Свободными

ТЕСТ «КТО ВЫ?».

Из этих фигур выберите одну, которая Вам больше всего понравилась.



КВАДРАТ. Трудолюбие, усердие, потребность доводить дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы. Выносливость, терпение и методичность. Любит раз и навсегда заведенный порядок: всё должно находиться на своих и происходить в своё время. Идеал Квадрата - распланированная, предсказуемая жизнь, ему не по душе «сюрпризы» и изменения привычного хода событий.

ТРЕУГОЛЬНИК. Эта фигура символизирует лидерство. Главная черта - способность концентрироваться на главной цели. Это энергичные, неудержимые, сильные личности, честолюбивые и прагматичные. Они умеют представить вышестоящим значимость собственной работы и работы своих подчинённых.

Основной стиль - соперничество.

ПРЯМОУГОЛЬНИК. Временная фигура личности, которую могут «носить» остальные фигуры в определённые периоды времени. Эти люди, не удовлетворённые тем образом жизни, который они ведут сейчас, и потому занятые поиском лучшего положения. Ведущие качества - любознательность, пытливость живой интерес ко всему происходящему и смелость. Они открыты для новых идей и жизни, но психологически не устойчивы.

КРУГ. Самый доброжелательный. Обладает высокой чувствительностью, развитой эмпатией - способностью сопереживать, сочувствовать, эмоционально отзываться на переживания другого человека. Не любит конфликтов, всегда стремится к миру и ладу.

ЗИГЗАГ. Фигура, символизирующая творчество. Комбинирование абсолютно различных, несходных идей и создание на этой основе чего-то нового, оригинального – вот что нравится им. Самый восторженный самый возбудимый знак, открытый для мира со своими идеями, увлекающийся и могущий увлечь ими.

