

ГАПОУ КО «Медицинский техникум»

# Психопрофилактика

Цингистер Полина Юрьевна

09.04.2020

# План

- Определение
- Виды:
  - 1) Первичная
  - 2) Вторичная
  - 3) Третичная
  - 4) Индивидуальная, семейная, групповая
- Задачи
- Методы
- Принципы психопрофилактической работы
- Показания для психологической профилактики
- Вывод
- Список литературы



АКТУАЛЬНЫЙ РЕЖИМ РАБОТЫ

# Определение

**Психопрофилактика** – это система мероприятий, цель которых – изучение причин, способствующих возникновению психических заболеваний и нарушений, их своевременное выявление и устранение.

**Психопрофилактика** - область психологии, задачей которой является предоставление специализированной помощи практически здоровым людям для предотвращения психосоматических заболеваний, а также для облегчения острой психологической реакции.

Что включает в себя психопрофилактика?

Беседу, диагностическое тестирование, наблюдение за поведением клиента во время проведения исследования, сбор и анализ анамнеза, сопоставление экспериментальных данных с историей жизни обратившегося и психологическое консультирование. Цель сбора диагностических данных направлена для моделирования целостной системы познавательных процессов, мотивов и особенностей личности человека.



# Виды: первичная

Первичная психопрофилактика включает охрану здоровья будущего поколения, профилактику наследственных заболеваний (медико-генетические консультации), охрану здоровья будущей матери и предупреждение вредных влияний на плод (алкоголизм, курение, нарко- и токсикомания, профессиональные вредности), правильную и квалифицированную организацию родовспоможения, профилактику родовых травм, раннее выявление пороков развития у новорожденных и своевременное лечение их на всех этапах развития. Первичная психопрофилактика включает диспансеризацию здорового населения, создание здорового психологического



# Виды: вторичная

Вторичная психопрофилактика направлена на выявление заболеваний на самых ранних этапах, на уровне предпатологии и донологии по характерным компенсаторно-декомпенсаторным функциональным сдвигам. Здесь большую роль играет ранняя диагностика, применение эффективных методов и средств лечения, длительная поддерживающая терапия, исключая возможность рецидивов. Вторичная психопрофилактика имеет дело с лечением уже имеющих заболевания, а третичная направлена на предотвращение рецидива или инвалидности.

## Схема оценки функциональных состояний «Светофор»

### Условные обозначения:

1. ЗЕЛЕНый - «З» (Индексы - 1,2,3) Удовлетворительная адаптация;
2. ЖЕЛТый - «Ж1» (Индексы - 4,5) Напряжение механизмов адаптации;
3. ЖЕЛТый - «Ж2» (Индексы - 6,7) Неудовлетворительная адаптация;
4. КРАСный - «К» (Индексы - 8,9,10) Срыв механизмов адаптации.



Система «Светофор» благодаря своей наглядности отражает сущность донозологического подхода, который дает возможность вовремя определить переходные от здоровья к болезни состояния и принять необходимые меры по сохранению здоровья.

# Виды: третичная

Третичная профилактика — это профилактика рецидивов и обострений, потери трудоспособности, инвалидизации при хронических заболеваниях. При этом важную роль играет правильное использование медикаментов, применение лечебной (физкультура, ортопедия) и педагогической коррекции.



# Виды: индивидуальная, семейная, групповая

**По способу организации работы** выделяют следующие формы психопрофилактики: **индивидуальная, семейная, групповая** работа. В целях предупреждения отклоняющегося поведения используются различные социально-психологические методы. Среди ведущих методов психопрофилактической работы: информирование, групповые дискуссии, тренинговые упражнения, ролевые игры, моделирование эффективного социального поведения, психотерапевтические методики.



# Задачи психопрофилактики

Работа по адаптации детей, подростков и молодежи к условиям образовательных учреждений, выработка конкретных рекомендаций педагогам, родителям, воспитателям и др. по оказанию помощи детям в адаптационный период.

Осуществление мероприятий по предупреждению и снятию психологической перегрузки педагогического коллектива и др.

Создание условий, содействующих предупреждению дезадаптационных состояний при переходе на новые ступени в системе образования (из начальной школы в неполную среднюю, из неполной средней в среднюю образовательную, из средней образовательной в профессиональную и пр.)

Проведение различных видов работ по созданию благоприятного психологического климата в учреждении образования.

Создание программ индивидуальной работы с участниками образовательного процесса, предназначенные для адаптации учащихся к процессу обучения и обеспечения всестороннего и гармоничного развития личности.

# Методы психопрофилактики

**В зависимости от используемых методов** психопрофилактическая работа может осуществляться в форме тренингов, образовательных программ (например, школьного спецкурса), психологического консультирования, кризисной помощи (телефон доверия), а также психотерапии пограничных состояний и нервно-психических расстройств.



# Показания к психопрофилактической работе

· комплексность (организация воздействия на различных уровнях социального пространства, семьи и личности)

· адресность (учет возрастных, половых и социальных характеристик)

· массовость (приоритет групповых форм работы)

· позитивность информации

· минимизация негативных последствий

· личная заинтересованность и ответственность участников

· максимальная активность личности

· устремленность в будущее (оценка последствий поведения, актуализация позитивных ценностей и целей, планирование будущего без девиантного поведения)

# Вывод

В настоящие дни почти каждый человек, проживающий в многомиллионном городе имеет невроз, тревожное расстройство, сниженный фон настроения, жалобы: "я ничего не чувствую, не получаю удовольствие, жизни имеет пресный вкус и т.д." Время в огромном городе летит быстро! Люди не успевают даже задуматься, как пробегают месяцы, меняются числа в календаре с бешеной скоростью, жизнь наполняется различными страхами, жизнь не удается созерцать! И, чтобы предотвратить дальнейшее развитие душевного заболевания необходимо регулярно проводить психологическую профилактику личного психического аппарата.

Психопрофилактика является течением в общей психологической профилактике (душевного) здоровья человека, а значит, она связана с целым рядом медицинских и общественных наук и необходима всем. Известно, что проще предупредить

# Список литературы

<https://unsait.ru/psiholog-ceny-i-uslugi/psihoprofilaktika/>

<https://studopedia.org/5-24741.html>

<https://students-library.com/library/read/101988-celi-i-zadaci-psihoprofilaktiki-urovni-psihoprofilaktiki>

<http://proskurin-fund.ru/5364.php>

<https://www.referat911.ru/Psihologiya/psihoprofilaktika/250035-2521394-place1.html>

<https://psyera.ru/psihoprofilaktika-harakteristika-ee-vidov-1100.htm>

<https://psyera.ru/profilaktika-otklonyayushchegosya-povedeniya-282.htm>