

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/325983>

**Тип работы:** Реферат

**Предмет:** Психология

Введение 2

Глава 1. Теоретические аспекты психологической помощи в кризисной ситуации 4

1.1 Понятие кризисного состояния человека 4

1.2 Причины возникновения 7

Глава 2. Деятельность психолога в работе с кризисным состоянием клиента 9

2.1 Понятие и значение психологического консультирования 9

2.2 Особенности консультирования клиента в состоянии кризиса 12

Заключение 16

Список использованных источников 17

Введение

В современном мире становится все популярнее забота о психическом здоровье среди подростков и взрослых людей. Большинство из них заинтересованы в познании себя и своей души, в поиске своего предназначения в этом мире, и как сохранить свое ресурсное состояние в столь кризисное непредсказуемое время. Мы продумываем каждый свой день, считаем продуктивность и успешность выполнения поставленных задач, ищем ресурсы, которые наполнят нас энергией, и возможности создания финансовой безопасности. Некоторые из нас, следует назвать их мазохистами, копаются в себе, находя новые недостатки на пути любви к себе. Следует представить сколько же мыслей заключается в нашей голове, которые не дают нам покоя даже во сне. Сожаления о прошлом и переживания о настоящем забирают огромное количество наших сил и отнимают много энергии, что может привести к нарушениям нервной системы и дать сбой в нашем ментальном состоянии. В таком случае, а именно в кризисном состоянии, люди часто обращаются за помощью к психологам, чтобы вновь вернуться к осознанной и гармоничной жизни.

В настоящее время намного больше подчеркиваются ситуации, выраженные неблагоприятными последствиями деятельности человека. Такие проблемы, связаны не только с экологией окружающей среды, но и нарастанием общественных противостояний на поверхности определенного индивидуума, семьи, коллектива, государства и межгосударственных отношений. Множество социальных конфликтов, дополняющихся насилием и жестокостью, сильнейшие природные катаклизмы и техногенные катастрофы сильнее затрудняют человеческую жизнедеятельность, по сравнению с прошлым веком.

Тема является особо актуальна в нашем мире, так как доминирующая позиция во главе здорового образа жизни лидирует среди других составляющих сфер жизни человека, а проблема нарушения ментального состояния человека может значительно повлиять на фундаментальные ценности и потребности человека. Цель заключается в рассмотрении кризисного состояния и путей решения проблемы в целом. Для подробного изучения необходимо выделить ряд задач, которые помогут эффективному анализу темы:

1. Изучить определения кризисного состояния и причины его появления.
2. Выделить подходы к выявлению синдрома.
3. Проанализировать особенности практической деятельности клинического психолога в кризисную помощь.

Научно-исследовательская работа состоит из введения, основной части, а именно двух глав, в каждой из них по два подпункта, разделенных на теоретическую и практическую части, заключения и списка использованных источников.

Глава 1. Теоретические аспекты психологической помощи в кризисной ситуации

1.1 Понятие кризисного состояния человека

Большинство ученых выделяют отдельную науку кризисологию, которая содержит в себе все необходимые знания для эффективной деятельности на пути решения кризисного синдрома человека. Кризис — это

воздействие на напряженные ситуации, которое ощущается как неполноценное существование человека. Сам термин «кризис» действительно отражает неблагоприятное событие или отрезок времени до осуществления определенного действия, важнейший жизненный момент.

В период кризиса человек не может найти решение, которое поможет ему выйти из возникшей ситуации. Появляется чувство отчаяния, на первый взгляд, порождающее серьезные волнения, однако, этот промежуток времени способен сформировать для человека новые возможности и получить ценный жизненный опыт. Следовательно, кризисное состояние несомненно считается неприятным и трудным, но может оцениваться как переломный момент, приводящий к лучшему или к худшему.

Критическая жизненная ситуация — это эмоционально переживаемые жизненные обстоятельства, которые в восприятии человека представляют сложную психологическую проблему, трудность, требующую своего решения или преодоления. [1, с. 48]

К характерным чертам кризиса следует отнести конкретную продолжительность, которую довольно трудно предсказать, она может длиться от нескольких часов до многих месяцев. Разумеется, ученые, проявившие интерес к знаниям психологии и внутреннего кризиса, отмечают три ступени в создании критического состояния человека:

Первая стадия – естественное взаимодействие с безысходностью. В период противостояния со сложившейся проблемой человек прежде всего применяет прошлый опыт, чтобы преодолеть ее. На данном уровне привлекаются традиционные и обычные пути решения и средства защиты для человека. В борьбе применяются уже известные и освоенные ресурсы, поддерживается адаптация и приспособляемость к решению проблемы; стресс и отдых соразмерены. Тем не менее, если знакомые методы не функционируют, то следует новая стадия.

Вторая стадия – тревога. В мыслях личности появляются и накапливаются эмоции неуверенности, страха, беспомощности. На этом уровне возникают попытки сформировать неизвестные пути устранения тревоги, снижается адаптация, стресс доминирует над расслаблением. В частности, данный момент времени требует от человека погружения в помощь от близких и сбору новых идей. Однако, если ему не удастся получить поддержку, приближается следующая стадия.

Третья стадия – кризис. Она свойственна своей эмоциональной и интеллектуальной дезорганизацией, чувством внутреннего беспорядка, человек ощущает себя в этот период истощенным, энергия закончилась, невозможность освободиться из напряженного кризиса. С учетом худшего развития событий, может возникнуть определенная зависимость, например, злоупотребление алкоголем или наркотиками, аморальное поведение и смертельные исходы. Находясь на данной ступени, консультант способен помочь потерянной личности урегулировать сложившийся хаос в жизни, воспользоваться определенными ресурсами, которые способны облегчить кризисное состояние и рассмотреть возможности выбора, который предоставляет жизнь.

1. Гнездилов, А. В. Психология и психотерапия потерь : пособие по паллиативной медицине для врачей, психологов и всех интересующихся проблемой. — Санкт-Петербург : Издательство «Речь», 2002. — 162 с.
2. Исмагилова, Ф.С. Основы профессионального консультирования : учеб. пособие / Ф.С. Исмагилова. – М., 2003. – 256 с.
3. Каплан, Г.И. Клиническая психиатрия : в 2 т. / Г.И. Каплан, Б.Дж. Сэдок. – М. : Медицина, 1994.
4. Л. Юрьев Книга «Кризисные состояния» глава 1 «Причины возникновения кризисных состояний», М., 2000г.;
5. Ляшенко, А.И. Практика участия психологов МСПП в работе по оказанию экстренной психологической помощи / А.И. Ляшенко // Психология экстремальных ситуаций ; под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М. : Психологический ин-т РАО, 2008. – 304 с.
6. Меновщиков, В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями / В. Ю. Меновщиков. — Москва: Смысл, 2002.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://studservis.ru/gotovye-raboty/referat/325983>