***Часть1.***

***1)Психология*** *–* это наука о закономерностях возникновения, формирования, развития, функционирования и проявлений психики людей в различных условиях и на разных этапах их жизни и деятельности.

**2)** Психология характеризуется тесными связями, прежде всего, с другими науками о человеке — философией, социологией, историей, физиологией, педагогикой.

Связи психологии с **философией** традиционны, поскольку до XIX века научные психологические знания накапливались в рамках философских наук, психология была частью философии.

Связи психологии **с биологическими** науками обусловлены тем, что психика человека имеет природную основу. Поэтому многие психологические проблемы должны решаться при взаимодействии психологов и биологов. Особенно плодотворно взаимодействие с физиологией. На стыке этих двух наук появилась психофизиология. Глубокое физиологическое понимание работы мозга помогает в решении многих психологических проблем.

**Медицина** помогает психологии лучше понять возможные механизмы нарушения психики людей и находить пути для ее лечения (психокоррекции и психотерапии). На стыке медицины и психологии находятся такие ветви психологии, как «Медицинская психология» и «Психотерапия».

Психология взаимодействует с **социологией**, поскольку психика человека социально обусловлена. Объекты их исследования очень тесно переплетаются. В поле изучения обеих наук оказываются личность, группа, межгрупповые отношения, происходит взаимный обмен фактами, заимствование теоретических концепций и идей. Порой бывает трудно провести строгое разграничение социально-психологических и социологических исследований. Для успешного изучения групповых и межгрупповых отношений, проблем национальных отношений, политики и экономики, конфликтов необходимо сотрудничество социологов и психологов. На стыке этих двух наук появилась социальная психология.

Тесные связи прослеживаются у психологии с **историей**. Психика человека развивалась в ходе исторического процесса.

Поэтому знание исторических корней тех или иных психических явлений абсолютно необходимо для правильного понимания их психологической природы и особенностей. Исторические традиции и культура людей в значительной степени формируют психологию современного человека. На стыке психологии и истории возникла культурно-историческая психология.

Давние связи у психологии с **педагогикой**. Многие выдающиеся педагоги отмечали необходимость психологических знаний для педагогической науки и практики. С другой стороны, глубокое изучение процессов психического развития ребенка возможно только на основе понимания педагогических закономерностей обучения и воспитания. В решении любых вопросов, касающихся ребенка, необходимо взаимодействие психологов и педагогов. На стыке психологии с педагогикой появилась педагогическая психология.

**3)** Это типичные представители четырех типов темперамента.

### 4) Синестезическая память.

### Он чувствовал запах, цвет, вкус каждого слова.

Х.,буквально видел всю длинную цепочку слов, но представлял их совсем не так, как мы. И часто образы не совпадали со значением слова.

**5)** **Референтная группа -** социальная группа, которая является для человека значимым эталоном, способом организации как для себя, так и для других, а также исходной точкой вырабатывания ценностных ориентаций и социальных норм.

В социальной психологии и социологии понятие референтной группы применяется обычно для пояснения социально-психологических механизмов, которые участвуют в развитии индивидуальных ценностно-нормативных установок и регуляции сознания личности.

Влияние референтной группы на человека немаловажно. Поэтому эти группы выявляют с целью проведения социологических исследований, которые связаны с освоением эффективных пропагандистках и педагогических воздействий. Референтометрия помогает изучать направленность личности и искать пути для ее целенаправленного формирования.

**Часть2.**

**Эссе: “Психологическая помощь. Виды психологической помощи”.**

**Целью любого психологического вмешательства является изменение психического состояния и поведения индивида, в случае психологической помощи это устранение психологических проблем и нарушений поведения.**

**Психологическая помощь сродни таким понятиям, как поддержка, любовь к ближнему, благотворительность, попечительство. Однако все они различаются формой и содержанием, хотя и похожи тем, что направлены на облегчение жизни людей.**

**Психологическая помощь-область практического применения психологии, ориентированная на повышение социально-психологической компетентности людей. Может адресоваться как отдельному субъекту, так и группе, организации. Основные способы ее оказания – индивидуальное консультирование и групповые формы психологической работы. Возможны психопрофилактическая и психокоррекционная направленность, использование в ситуациях преодоления различного рода психологических затруднений. Психотерапия как лечебное психологическое воздействие – частный случай помощи психологической.**

**Никто не застрахован от стрессовых ситуаций, неприятностей, что, в свою очередь, несут за собой негативные изменения в самочувствии человека. Порой, такие перемены являются причиной**[**плохого настроения**](http://womanadvice.ru/plohoe-nastroenie-bez-prichiny)**, а иногда - результатом тяжелых психических расстройств. Так, существует несколько видов психологической помощи, каждый из которых имеет свою специализацию, направленность.**

**1. Психологическое консультирование – непосредственная работа с людьми, направленная на решение различного рода психологических проблем, связанных с трудностями в межличностных отношениях, где основным средством воздействия является определенным образом организованная беседа. Суть психологического консультирования состоит в том, что психолог, пользуясь специальными профессиональными научными знаниями, создает условия для другого человека, в которых он переживает свои новые возможности в решении его психологических задач. Психологическое консультирование как вид психологической помощи адресовано психически нормальным людям для достижения ими целей личностного развития.**

**2. Психологическая коррекция – это деятельность специалиста по исправлению тех особенностей личности и психического развития клиента, которые не являются для него оптимальными. Целью является выработка и овладение навыками адекватной для индивида и эффективной для сохранения здоровья психической деятельности, способствующей личностному росту и адаптации человека в обществе.**

**3. Психотерапия – это система комплексного лечебного вербального и невербального воздействия на эмоции, суждения, самосознание человека при различных заболеваниях. Основная цель – купирование психопатологической симптоматики, посредством чего достигается внутренняя и внешняя гармонизация личности.**

### **Все виды и формы психологической помощи имеют и какие-то общие черты, и свои отличия и характерные для них особенности. Но у них есть общая цель - помощь и поддержка личности в процессе ее становления и развития, избавление человека от того, что мешает ему быть счастливым и гармоничным в окружающем мире.**

**Важно не бояться обращаться за психологической помощью: проблемы, которые кажутся нам незначительными, могут однажды завести жизнь в тупик. Не стоит бояться психотерапевтов, считая, что они работают только с шизофрениками. Депрессия, скажем, — это не просто плохое настроение, нередко это расстройство требует медикаментозного лечения.**

**Берегите свое психическое здоровье так же, как бережете физическое: нет ничего постыдного в том, чтобы обратиться за помощью к специалисту.**