

## Оглавление

Предисловие .....	7
Глава 1. Введение в психологию социальной работы .....	9
1.1. Социальная работа как профессиональная деятельность .....	9
1.2. Психологическая компетентность социального работника .....	15
1.3. Источники психологических знаний социального работника .....	19
1.4. Психология социальной работы: определение, объект и предмет .....	24
1.5. Цели, категории и модели социальной работы .....	26
1.6. Психологические принципы и особенности социальной работы .....	28
1.7. Этика и психология личности социального работника .....	32
Тест для самоконтроля .....	37
Глава 2. Структура и особенности коммуникативных процессов в социальной сфере .....	39
2.1. Определение, функции и виды общения .....	39
2.2. Стили, уровни, стратегии и средства общения .....	46
2.3. Этапы и структура общения .....	49
2.4. Общение как коммуникация .....	52
2.5. Общение как восприятие .....	53
2.6. Стереотипы и установки при восприятии партнера .....	57
2.7. Формы межличностного взаимодействия в общении .....	62
2.8. Социальное влияние: суггестия, конформизм, нонконформизм .....	69
Тест для самоконтроля .....	74
Глава 3. Психологические основы физического, психического и социального здоровья .....	77
3.1. Определение понятия «психологическое здоровье» .....	77
3.2. Здоровье и здоровый образ жизни .....	80
3.3. Мотивации здоровья и здорового образа жизни .....	82
3.4. Здоровье и счастье .....	84
3.5. Стресс как источник заболеваний человека .....	88
3.6. Признаки и механизм протекания стресса .....	92
3.7. Виды профессиональных стрессов и синдром опустошения .....	96

3.8. Основные последствия стресса: депрессия, суицид, шизофрения . . . . .	100
3.9. Невроз: причины, клинические формы, профилактика и лечение . . . . .	109
3.10. Общее представление о фобиях и их признаках, классификация и лечение . . . . .	125
Тест для самоконтроля . . . . .	131
Глава 4. Синдром эмоционального выгорания как профессиональный риск социальной работы . . . . .	134
4.1. Синдром эмоционального выгорания у социальных работников: личностная деформация под влиянием профессиональных стрессов . . . . .	134
4.2. Основные группы симптомов синдрома эмоционального выгорания . . . . .	139
4.3. Социально-психологические, личностные и профессиональные факторы риска эмоционального выгорания . . . . .	144
4.4. Диагностика и принципы профилактики синдрома эмоционального выгорания . . . . .	155
4.5. Модели профилактических программ и стратегии предотвращения синдрома эмоционального выгорания у специалистов «помогающих» профессий . . . . .	162
4.6. Профессиональная поддержка специалистов социальной работы в преодолении синдрома выгорания . . . . .	166
4.7. Современные копинг-стратегии в профилактике синдрома эмоционального выгорания . . . . .	172
Тест для самоконтроля . . . . .	177
Глава 5. Психологические технологии обеспечения социального благополучия, физического, психического и социального здоровья . . . . .	180
5.1. Психодиагностика, ее методологическая основа . . . . .	180
5.2. Соотношение понятий «психокоррекция» и «психотерапия» . . . . .	183
5.3. Принципы и алгоритм психокоррекции в социальной работе . . . . .	185
5.4. Основы психотерапии, область ее применения . . . . .	186
5.5. Психологическая модель психотерапии . . . . .	188
5.6. Психологическое консультирование в социальной работе . . . . .	193
5.7. Психопрофилактика и психореабилитация . . . . .	195
Тест для самоконтроля . . . . .	196

Глава 6. Психологические методы и технологии в практике социальной работы с несовершеннолетними и молодежью . . . . .	199
6.1. Методика выявления психопатий и акцентуаций характера у подростков . . . . .	199
6.2. Психологические методы поддержки детей группы риска . . . . .	213
6.3. Особенности помощи несовершеннолетним правонарушителям . . . . .	218
6.4. Психологические особенности социальной работы с одаренными детьми . . . . .	224
6.5. Психосоциальная реабилитация детей с ограниченными возможностями в условиях специализированного учреждения . . . . .	227
6.6. Психологические технологии социальной работы с молодежью . . . . .	238
Тест для самоконтроля . . . . .	242
Глава 7. Специфика социально-психологической помощи различным категориям граждан . . . . .	245
7.1. Психологические особенности работы с лицами зрелого возраста . . . . .	245
7.2. Помощь пожилым людям, утратившим семейные связи . . . . .	248
7.3. Помощь военнослужащим и уволенным с военной службы . . . . .	252
7.4. Социально-психологическая помощь бывшим заключенным . . . . .	255
7.5. Психологическая помощь женщинам с алкогольной зависимостью . . . . .	264
7.6. Психосоциальная реабилитация лиц, страдающих психическими расстройствами . . . . .	270
7.7. Психологические особенности социальной реабилитации инвалидов . . . . .	284
7.8. Социально-психологическая помощь гражданам, пережившим потерю близких . . . . .	293
Тест для самоконтроля . . . . .	302
Глава 8. Социально-психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях . . . . .	305
8.1. Экстремальная психология и экстремальная ситуация . . . . .	305
8.2. Психические состояния в экстремальных ситуациях . . . . .	314
8.3. Адаптация личности к экстремальным условиям . . . . .	324

8.4. Помощь в кризисных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях . . . . .	332
8.5. Психологический дебрифинг как метод социальной помощи . . . . .	338
8.6. Самопомощь в трудных жизненных ситуациях . . . . .	340
8.7. Самозащита в социогенных экстремальных ситуациях . . . . .	350
Тест для самоконтроля . . . . .	355
Глава 9. Методы и технологии психической регуляции и саморегуляции в практике социальной работы . . . . .	357
9.1. Защитные механизмы, техники и приемы приспособления . . . . .	357
9.2. Практикум снятия стресса . . . . .	361
9.3. Совладание и переживание . . . . .	364
9.4. Аутогенная тренировка . . . . .	366
9.5. Ребефинг и медитация . . . . .	371
9.6. Релаксация . . . . .	375
9.7. Гипнотерапия . . . . .	377
9.8. Психодрама . . . . .	384
9.9. Музыкотерапия . . . . .	388
9.10. Танцетерапия . . . . .	405
9.11. Другие методы . . . . .	410
Тест для самоконтроля . . . . .	412
Глоссарий . . . . .	415
Ключи к тестам для самоконтроля . . . . .	432
Литература . . . . .	433