**[Психологи́ческая корре́кция (психокорре́кция)](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F)**— один из видов [психологической помощи](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D0%BE%D0%BC%D0%BE%D1%89%D1%8C) (среди других: [психологическое консультирование](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5_%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%81%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B5), [психологический тренинг](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%82%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%BD%D0%B3), [психотерапия](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D1%82%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D0%B8%D1%8F)); деятельность, направленная на исправление особенностей психологического развития, не соответствующих оптимальной модели, с помощью специальных средств психологического воздействия; а также — деятельность, направленная на формирование у человека нужных психологических качеств для повышения его [социализации](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%BE%D1%86%D0%B8%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) и [адаптации](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%90%D0%B4%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F_%28%D0%B1%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F%29) к изменяющимся жизненным условиям.

Психокоррекционные воздействия могут быть следующих видов: убеждение, [внушение](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BD%D1%83%D1%88%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5), подражание, подкрепление. Различают индивидуальную и групповую психокоррекцию. В *индивидуальной* [психолог](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3) работает с клиентом один на один при отсутствии посторонних лиц. В *групповой* — работа происходит сразу с группой клиентов со схожими проблемами, эффект достигается за счёт взаимодействия и взаимовлияния людей друг на друга.

* [1 Общие положения](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.9E.D0.B1.D1.89.D0.B8.D0.B5_.D0.BF.D0.BE.D0.BB.D0.BE.D0.B6.D0.B5.D0.BD.D0.B8.D1.8F)
* [2 Методы психокоррекции](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.9C.D0.B5.D1.82.D0.BE.D0.B4.D1.8B_.D0.BF.D1.81.D0.B8.D1.85.D0.BE.D0.BA.D0.BE.D1.80.D1.80.D0.B5.D0.BA.D1.86.D0.B8.D0.B8)
* [3 История психокоррекции](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.98.D1.81.D1.82.D0.BE.D1.80.D0.B8.D1.8F_.D0.BF.D1.81.D0.B8.D1.85.D0.BE.D0.BA.D0.BE.D1.80.D1.80.D0.B5.D0.BA.D1.86.D0.B8.D0.B8)
* [4 Основные виды психологической коррекции](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.9E.D1.81.D0.BD.D0.BE.D0.B2.D0.BD.D1.8B.D0.B5_.D0.B2.D0.B8.D0.B4.D1.8B_.D0.BF.D1.81.D0.B8.D1.85.D0.BE.D0.BB.D0.BE.D0.B3.D0.B8.D1.87.D0.B5.D1.81.D0.BA.D0.BE.D0.B9_.D0.BA.D0.BE.D1.80.D1.80.D0.B5.D0.BA.D1.86.D0.B8.D0.B8)
	+ [4.1 Сфера применения психокоррекции](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.A1.D1.84.D0.B5.D1.80.D0.B0_.D0.BF.D1.80.D0.B8.D0.BC.D0.B5.D0.BD.D0.B5.D0.BD.D0.B8.D1.8F_.D0.BF.D1.81.D0.B8.D1.85.D0.BE.D0.BA.D0.BE.D1.80.D1.80.D0.B5.D0.BA.D1.86.D0.B8.D0.B8)
	+ [4.2 Психокоррекционные технологии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.9F.D1.81.D0.B8.D1.85.D0.BE.D0.BA.D0.BE.D1.80.D1.80.D0.B5.D0.BA.D1.86.D0.B8.D0.BE.D0.BD.D0.BD.D1.8B.D0.B5_.D1.82.D0.B5.D1.85.D0.BD.D0.BE.D0.BB.D0.BE.D0.B3.D0.B8.D0.B8)
* [5 См. также](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.A1.D0.BC._.D1.82.D0.B0.D0.BA.D0.B6.D0.B5)
* [6 Примечания](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.9F.D1.80.D0.B8.D0.BC.D0.B5.D1.87.D0.B0.D0.BD.D0.B8.D1.8F)
* [7 Литература](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.9B.D0.B8.D1.82.D0.B5.D1.80.D0.B0.D1.82.D1.83.D1.80.D0.B0)
* [8 Ссылки](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#.D0.A1.D1.81.D1.8B.D0.BB.D0.BA.D0.B8)

**Общие положения**

Психокоррекция определяется как направленное психологическое воздействие на те или иные структуры [психики](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%BA%D0%B0) с целью обеспечения полноценного развития и функционирования [личности](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C). С позиции данного определения диктуются различия в средствах и приёмах психокоррекции. Так например в [психоаналитическом подходе](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7) психокоррекционная работа направлена на смягчение симптомов внутреннего конфликтного взаимодействия между [«Я»](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%AF_%28%D0%AD%D0%B3%D0%BE%29) и [«Оно»](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%98%D0%B4) через преодоление неадекватных [психологических защит](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B0%D1%89%D0%B8%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D0%B5%D1%85%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D0%B7%D0%BC). В [гуманистическом подходе](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%83%D0%BC%D0%B0%D0%BD%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) психокоррекция понимается как создание условий для позитивных личностных изменений: [личностного роста](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9B%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%82), [самоактуализации](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%B0%D0%BA%D1%82%D1%83%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7%D0%B0%D1%86%D0%B8%D1%8F) и так далее. При этом задача психолога заключается в ориентации на уникальные возможности и потенциал личности.

**Методы психокоррекции**

Деятельностная парадигма связывает психокоррекцию с формированием системы действий и чёткой структуризации деятельности. В этом плане выделяются две группы методов:

1. Методы усиления регулирующих функций психики, развитие эмоционального самоконтроля, улучшение психической саморегуляции;
2. Методы нормативно-ценностной коррекции, объектами которой выступают нормативные [комплексы](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%BE%D0%BC%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81_%28%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%B7%29), обуславливающие отказ от подчинения совместным принципам, целям, задачам деятельности.

Методы психокоррекции направлены на выработку норм личностного поведения, межличностного взаимодействия, развитие способности гибко реагировать на ситуацию, быстро перестраиваться в различных условиях, группах, то есть на методы социального приспособления.

1. Динамическое содержание периода возрастного развития может быть разнообразным, а значит и результативность одного и того же воздействия не одинакова.
2. Эффективность психокоррекции определяется качеством содержания, своевременностью и адекватностью.
3. Эффективность работы зависит от степени соответствия психокоррекционной работы индивидуальным особенностям психического развития человека.

Симптоматические методы психокоррекции:

* аутогенная тренировка;
* метод условных рефлексов;
* оперантное научение;
* система патогенетической психотерапии (Мясищев В. И. и др.)[[1]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F#cite_note-.D0.9A.D0.B0.D0.B1.D0.B0.D0.BD.D0.BE.D0.B2-1).

**История психокоррекции**

Психокоррекция возникла в рамках специализации [психологии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F) и [дефектологии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%94%D0%B5%D1%84%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F). Первый период — описательный, связан с описанием медицинских наук и педагогических вопросов коррекции аномального развития. Э. Сеген предложил комплексный подход к воспитанию умственно отсталых детей и описал оригинальные методы коррекции и диагностики [перцептивного](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%BE%D1%81%D0%BF%D1%80%D0%B8%D1%8F%D1%82%D0%B8%D0%B5) и умственного развития детей (методика «Доска Сегена»). Пётр Трошин предложил оригинальные методы диагностики и психокоррекционных воздействий, направленных на изучение перцептивных, [мнемических](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%BD%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0), познавательных процессов.

Второй период — этап возникновения теории и практики психокоррекции. Психокоррекция на этом этапе тесно связана с внедрением экспериментально-психологических методов в систему психологических исследований; появляются методы коррекционной работы. Этот этап связан с именем М. Монтессори. Она разработала коррекционные материалы, направленные на развитие познавательных (сенсо-моторных) процессов ребёнка. Центральным звеном её теории является «концепция сензитивных периодов развития ребёнка».

А. Н. Граборов разработал систему коррекционных занятий по развитию памяти, произвольного движения. В. П. [Кащенко](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9A%D0%B0%D1%89%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE) — методы педагогической коррекции, направленные на коррекцию трудного поведения детей.

Третий период связан с именем [Л. С. Выготского](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D1%8B%D0%B3%D0%BE%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9%2C_%D0%9B%D0%B5%D0%B2_%D0%A1%D0%B5%D0%BC%D1%91%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87), который создал единую концепцию аномального развития, наметил основные направления коррекции и заложил методологические понятия психокоррекции как самостоятельного направления. Также разрабатывались [психодиагностические](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8%D0%BA%D0%B0) и коррекционные процедуры к другим категориям детей (дети с нарушением речи, зрения, слуха).

Четвёртый период связан с интенсивным формированием практической психологии. В это время создаются системы психологической помощи конкретным группам детей с конкретными дефектами; вводится должность [практического психолога](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3) в специальных и учебных учреждениях.

**Основные виды психологической коррекции**

* По коррекционным задачам:
	+ семейная коррекция;
	+ игровая коррекция;
	+ [нейропсихологическая коррекция](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D0%B5%D0%B9%D1%80%D0%BE%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B0%D1%8F_%D0%BA%D0%BE%D1%80%D1%80%D0%B5%D0%BA%D1%86%D0%B8%D1%8F);
	+ коррекция личностного роста.
* По характеру направленности:
	+ симптоматическая коррекция (коррекция симптомов) — вид психокоррекции, предполагающий, как правило, кратковременное воздействие с целью снятия острых симптомов отклонений в развитии, которые мешают перейти к коррекции каузального типа;
	+ каузальная (причинная,) коррекция — вид психокоррекции, направленный на источники и причины психических отклонений.
* По способу коррекционных воздействий:
	+ директивные виды;
	+ недирективные виды.
* По форме организации:
	+ общая психокоррекция (мероприятия общепедагогического порядка, нормализующие социальную среду ребёнка; нормализация и регуляция психофизических и эмоциональных нагрузок ребёнка, работа по психогигиене и психопрофилактике, педагогической этике, лечебно-оздоровительные мероприятия, организация специальных занятий по плаванию, усиленному питанию детей);
	+ частная психокоррекция (набор психолого-педагогических воздействий, то есть системы специально разработанных психокоррекционных мероприятий, применяемых в общей системе образовательных процессов. Игровая, музыкальная, драмотерапия);
	+ специальная психокоррекция (комплекс приёмов, мер, методов, методик, работы с конкретным ребёнком или группой детей по решению психологических проблем).

**Сфера применения психокоррекции**

1. коррекция эмоционального развития ребёнка;
2. коррекция сенсо-перцептивной и интеллектуальной деятельности;
3. психокоррекция поведения детей и подростков;
4. коррекция развития личности.

Применительно к проблемам детей в школе:

1. коррекция недостатков когнитивной деятельности;
2. коррекция недостатков эмоционально-волевой сферы;
3. коррекция поведения.

Все выделенные виды психокоррекции в целом дают системное представление об организационно-содержательных началах психокоррекционного процесса.

**Психокоррекционные технологии**

«Психокоррекционная технология — это совокупность знаний о способах, средствах проведения психокоррекционного процесса.» (Мамайчук). Психокоррекционная технология — это комплексная система коррекционного воздействия, которая содержит в себе три взаимосвязанных и взаимообусловленных компонента:

1. методологический компонент (формулируются идеи, целевые характеристики, задачи, исходные теоретические положения — психологические, педагогические, философские, правовые, экономические и так далее).
2. содержательный компонент (этапы работы, задачи каждого этапа и содержание этапа).
3. технологический (методы, формы, средства использования).
* Свойства психокоррекционных технологий:
1. психокорекционные технологии и сложные системы, решающие стратегические и тактические задачи. Стратегическими задачами являются разработка психокорекционных программ и психокорекционных комплексов. В тактические задачи входит разработка методов, приёмов, психокорекционных техник, форм проведения работы, подбор и комплектование групп, продолжительности занятия и режима.
2. нельзя создать универсальную психокорекционную программу, особенно это касается детей с проблемами развития, это обусловлено тем, что при составлении программы приходится учитывать различные факторы: структуру дефекта и степень его тяжести; психологическую проблему и причины её возникновения; время возникновения дефекта и психологической проблемы; уровень развития межфункциональных связей; типологические индивидуально-психологические особенности ребёнка; предшествующую социальную ситуацию развития ребёнка.
3. психокорекционная работа с конкретным ребёнком должна строиться как целостная осмысленная деятельность по изменению отдельных психологических образований, по изменению условий жизни по воспитанию ребёнка.
4. важно, чтобы психологическая коррекция носила опережающий, предвосхищающий характер. Она должна стремиться к тому, чтобы активно формировать то, что должно быть достигнуто ребёнком в ближайшей перспективе в соответствии с требованиями возраста и формирования личности, то есть с учётом ориентировки на перспективу развития.
5. специфика задач психокорекционной программы зависит от типа детского учреждения, класса или группы. Важно, чтобы данная программа была согласована с программами других специалистов, работающих с ребёнком (врачами, логопедами, учителями, воспитателями и соцработниками).

[**Психогигиена**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0)— наука о сохранении и достижении [психического здоровья](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%BE%D0%B5_%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8C%D0%B5).

|  |
| --- |
| * [1 История](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#.D0.98.D1.81.D1.82.D0.BE.D1.80.D0.B8.D1.8F)
* [2 Задачи психогигиены](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#.D0.97.D0.B0.D0.B4.D0.B0.D1.87.D0.B8_.D0.BF.D1.81.D0.B8.D1.85.D0.BE.D0.B3.D0.B8.D0.B3.D0.B8.D0.B5.D0.BD.D1.8B)
* [3 Литература](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#.D0.9B.D0.B8.D1.82.D0.B5.D1.80.D0.B0.D1.82.D1.83.D1.80.D0.B0)
* [4 Примечания](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#.D0.9F.D1.80.D0.B8.D0.BC.D0.B5.D1.87.D0.B0.D0.BD.D0.B8.D1.8F)
 |

**История**

Этот термин был введён в [1900 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1900_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) немецким психиатром [Робертом Зоммером](http://en.wikipedia.org/wiki/Robert_Sommer) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%97%D0%BE%D0%BC%D0%BC%D0%B5%D1%80,_%D0%A0%D0%BE%D0%B1%D0%B5%D1%80%D1%82&action=edit&redlink=1)(1864—1937), который основал в [1896 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1896_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) психиатрическую клинику в городе [Гиссене](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B8%D1%81%D1%81%D0%B5%D0%BD). Однако термин получил большее признание только благодаря усилиям [Клиффорда Уиттингема Бирса](http://en.wikipedia.org/wiki/Clifford_Whittingham_Beers) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%91%D0%B8%D1%80%D1%81,_%D0%9A%D0%BB%D0%B8%D1%84%D1%84%D0%BE%D1%80%D0%B4_%D0%A3%D0%B8%D1%82%D1%82%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D0%B5%D0%BC&action=edit&redlink=1), направленным на улучшение ситуации с психически больными: «*начало современной психогигиены было закреплено в литературе с появлением книги Клиффорда У. Бирса (США) „Разум, который нашёл себя“*[[1]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#cite_note-1)»[[2]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#cite_note-2). Книга Бирса основывалась на его собственном опыте в качестве пациента.

Основные задачи психогигиены, постулированные К. У. Бирсом и [Адольфом Мейером](http://en.wikipedia.org/wiki/Adolf_Meyer_%28psychiatrist%29) (англ.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9C%D0%B5%D0%B9%D0%B5%D1%80,_%D0%90%D0%B4%D0%BE%D0%BB%D1%8C%D1%84_%28%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%B8%D0%B0%D1%82%D1%80%29&action=edit&redlink=1) в [1908 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1908_%D0%B3%D0%BE%D0%B4), таковы:

1. забота о сохранении психического здоровья, профилактика психических и нервных заболеваний и дефектных состояний;
2. улучшение лечения психически больных и ухода за ними;
3. разъяснение значения психических аномалий для проблем воспитания, экономической жизни, [преступности](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%80%D0%B5%D1%81%D1%82%D1%83%D0%BF%D0%BB%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D0%B5) и вообще человеческого поведения.

Эти задачи должны выполняться посредством социального обеспечения и взаимодействия с общественными и частными благотворительными организациями.

В [1909 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1909_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) Бирс основал Национальный комитет психической гигиены, чтобы продолжать свою реформу лечения психически больных людей. В [1913 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1913_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) он основал Клинику Клиффорда У. Бирса в [Нью-Хейвене](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9D%D1%8C%D1%8E-%D0%A5%D0%B5%D0%B9%D0%B2%D0%B5%D0%BD_%28%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D0%B5%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D1%82%29).

В [1924 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1924_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) немецким психиатром Р. Зоммером была основана Немецкая ассоциация психогигиены. 20 сентября [1928 года](http://ru.wikipedia.org/wiki/1928_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) в [Гамбурге](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B0%D0%BC%D0%B1%D1%83%D1%80%D0%B3) прошёл первый съезд Немецкой ассоциации психической гигиены.

Первый Международный конгресс по психической гигиене состоялся в мае [1930 года](http://ru.wikipedia.org/wiki/1930_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) в [Вашингтоне, округ Колумбия](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%92%D0%B0%D1%88%D0%B8%D0%BD%D0%B3%D1%82%D0%BE%D0%BD_%28%D0%BE%D0%BA%D1%80%D1%83%D0%B3_%D0%9A%D0%BE%D0%BB%D1%83%D0%BC%D0%B1%D0%B8%D1%8F%29).

Идея психогигиены, именуемой также психической гигиеной, сыграла свою роль в гетто Терезин (Ghetto Theresienstadt) / [концлагере Терезиенштадт](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B7%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D1%88%D1%82%D0%B0%D0%B4%D1%82_%28%D0%BA%D0%BE%D0%BD%D1%86%D0%B5%D0%BD%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%86%D0%B8%D0%BE%D0%BD%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BB%D0%B0%D0%B3%D0%B5%D1%80%D1%8C%29), где венский врач и основатель экзистенциального анализа [Виктор Франкл](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D0%BB%2C_%D0%92%D0%B8%D0%BA%D1%82%D0%BE%D1%80) создал «Отдел психогигиены» — своего рода вмешательство в кризисных ситуациях. Большинство прибывших были неподготовлены и, следовательно, шокированы тем, с чем они столкнулись в Терезиенштадте. Франкл исходил из того, что при соответствующей помощи шансы на выживание будут выше, и попросил о сотрудничестве [Регину Йонас](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%99%D0%BE%D0%BD%D0%B0%D1%81%2C_%D0%A0%D0%B5%D0%B3%D0%B8%D0%BD%D0%B0). Её задача состояла в приёме вновь прибывших. Кроме того, в этих условиях она продолжала также свою преподавательскую и проповедническую деятельность.

Заключенный в Терезиенштадт философ [Эмиль Утиц](http://de.wikipedia.org/wiki/Emil_Utitz) (нем.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A3%D1%82%D0%B8%D1%86,_%D0%AD%D0%BC%D0%B8%D0%BB%D1%8C&action=edit&redlink=1) также использовал это понятие; уже 24 ноября [1942 года](http://ru.wikipedia.org/wiki/1942_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) он сделал там доклад под названием «Гигиена души в Терезиенштадте».

[Генрих Менг](http://de.wikipedia.org/wiki/Heinrich_Meng) (нем.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%9C%D0%B5%D0%BD%D0%B3,_%D0%93%D0%B5%D0%BD%D1%80%D0%B8%D1%85&action=edit&redlink=1), который в [1929 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1929_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) стал одним из основателей [Франкфуртского психоаналитического института](http://de.wikipedia.org/wiki/Frankfurter_Psychoanalytisches_Institut) (нем.)[русск.](http://ru.wikipedia.org/w/index.php?title=%D0%A4%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D1%84%D1%83%D1%80%D1%82%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B0%D0%BD%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%B8%D0%BD%D1%81%D1%82%D0%B8%D1%82%D1%83%D1%82&action=edit&redlink=1), после роспуска института в [1933 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1933_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) по предложению швейцарского воспитательного учреждения отправился в [Базель](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D0%B7%D0%B5%D0%BB%D1%8C), чтобы там совершенствоваться в области педагогики и психогигиены. Уже через 4 года он стал преподавателем [Базельского университета](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%91%D0%B0%D0%B7%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D1%83%D0%BD%D0%B8%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%81%D0%B8%D1%82%D0%B5%D1%82), а в [1945 году](http://ru.wikipedia.org/wiki/1945_%D0%B3%D0%BE%D0%B4) был приглашён на специально созданную для него первую в Европе кафедру психогигиены.

Здесь Менг создал в послевоенные годы научно-исследовательский центр, который посещали учёные со всего мира. При щедрой поддержке швейцарских издательств он создал научную библиотеку психогигиены. Одновременно были основаны в [Швейцарии](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A8%D0%B2%D0%B5%D0%B9%D1%86%D0%B0%D1%80%D0%B8%D1%8F) и в других странах общества психогигиены, которые посвящали себя разнообразным, преимущественно практическим задачам охраны психического здоровья.

**Задачи психогигиены**

К. Мирке видит три уровня психогигиены:[[3]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#cite_note-3)

* превентивная психогигиена имеет своей целью сохранение здоровья человека и общества;
* реститутивная психогигиена пытается заблаговременно принять восстановительные и корректирующие меры в жизненных кризисах или конфликтных ситуациях;
* лечебная психогигиена берёт на себя уже существующие ограничения, чтобы исцелять их клиническими или психотерапевтическими методами.

Э. Шомбург формулирует следующие основные потребности жизни:[[4]](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D0%B3%D0%B8%D0%B5%D0%BD%D0%B0#cite_note-4)

1. любовь,
2. безопасность,
3. признание, утверждение, чувство успеха,
4. пространство для свободной, творческой деятельности,
5. опыт позитивных воспоминаний,
6. самоуважение.

Психогигиена нацелена на удовлетворение этих основных потребностей.