

Psychodiagnostika a psychoterapia



Lenka Puháková
I.A

Obsah:



- [Čo je psychodiagnostika?](#)
- [Čo je psychoterapia?](#)
- [Úlohy psychodiagnostiky:](#)
- [Metódy psychoterapie:](#)
- [Psychohygienu- cesta k duševnému zdraviu](#)
- [Online psych.testy- Online Recruitment – Psychodiagnostika](#)
- [Zdroje:](#)

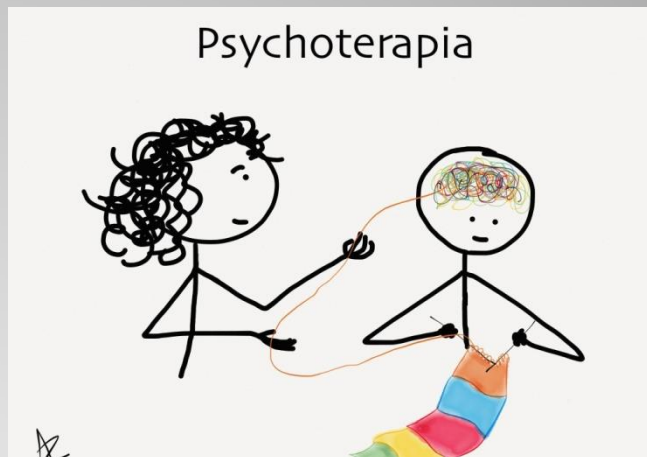
Čo je psychodiagnostika?

- *Psychodiagnostika je psychologická disciplína, ktorá zisťuje a meria duševné vlastnosti a stavy, poprípade iné charakteristiky jednotlivcov. Vychádza z psychologie osobnosti a diferenciálnej psychologie.*



Čo je psychoterapia?

- *Psychoterapia je upravovanie narušenej činnosti organizmu (choroba, porucha). Jej cieľom je vyliečiť a odstrániť tento problém prostredníctvom psychologických prostriedkov. Psychologické prostriedky: slovo, mimika, mlčanie, emotivita a emočné vzťahy, učenie a iné.*



Úlohy psychodiagnostiky:

1. Podanie obrazu o psychickom stave jedinca
2. Sledovanie možných príčinných vzťahov medzi psych. činiteľmi a ochorením či poruchou, vplyv poruchy na psychiku.
3. Posúdenie úrovne schopností .
4. Robenie rozboru štruktúry osobnosti jedinca, posudzovanie postojov, záujmov a motivačných síl, ďalej rozbor sociálnych vzťahov.
5. Posudzovanie vplyvu prostredia na priebeh ochorenia a liečby, účinnosť terapie.



Metódy psychoterapie:

- *hypnóza*
- *autogénny tréning*
- *sugescia a autosugescia*
- *racionálna terapia*
- *relaxačná a imaginačná terapia*
- *psychoterapia rozhovorom*
- *nácviková psychoterapia*
- *pracovná terapia*
- *skupinová psychoterapia*
- *rodinná psychoterapia*
- *psychoanalýza*



- *Hypnóza*- psychologicky navodený stav zmeneného vedomia.
- *Racionálna*- pôsobí na pacienta logickými myšlienkovými postupmi (výklad, podstata choroby, riešenie, rady) ,základom je rozhovor.
- *Nácviková*- učenie sa novému, sustavnému a cielené opakovanie úlohy a zvyšovanie jej náročnosti.
- *Terapia empatickým rozhovorom*- pacient hovorí o tom, čo ho trápi, terapeut počúva, zapisuje a priateľsky na to reaguje.
- *Relaxačná a imaginačná*- relaxacia je využitá k vizuálnym predstavám rôznych motívov, tému pacient dotvorí, aby do nej dosadil svoje problémy.

Psychohygienu - cesta k duševnému zdraviu

- *Psychohygienu sa zaoberá všetkými oblasťami života človeka, pričom kladie dôraz na jeho duševnú pohodu, psychickú vyrovnanosť. V dôsledku uplatňovania jednotlivých zásad psychohygieny sa tak posilňuje nielen zdravie duševné, ale následne aj zdravie telesné.*
- *Psychohygienu nám totiž ukazuje nielen to ako žiť dlhšie, ale súčasne aj to, ako žiť lepšie.*



The screenshot shows a web browser window with the URL <http://online-recruitment.cz/psychodiagnostika/>. The website header includes the logo 'TQC online' and navigation links: HOME, O NÁS, PRODUKTY, CENÍK, KONTAKT, PŘIHLÁŠENÍ, and a search icon. The main content area displays 16 tests arranged in a 4x4 grid, each with a circular icon and a text label:

- Multifaktorový osobnostní profil
- Kariérový kompas
- Dotazník zvládnání zátěže
- Týmový profil
- Obchodní profil FULL
- Obchodní profil QUICK
- Manažerský styl QUICK
- Dotazník komunikačního stylu – asertivity
- Multifaktorový pracovní profil
- Verbální zdatnost BASIC
- Abstraktní myšlení BASIC
- Test sluchové paměti
- Test pozornosti
- PRESS test
- Numerický test
- Anglický jazyk TEST

The Windows taskbar at the bottom shows the system tray with the date 17.1.2015 and time 16:18.

Online psych.testy- Online Recruitment – Psychodiagnostika

Zdroje:

- <http://www.wikiskripta.eu/index.php/Psychoterapie>
- http://matusek.wbl.sk/dokumenty/prakticke_vyuzitie_psychologických_poznatkov.docx
- <http://online-recruitment.cz/psychodiagnostika/>
- [Referaty.sk - Psychodiagnostika a psychoterapia](http://Referaty.sk)



Ďakujem za pozornosť 😊

