



ЧЕЛОВЕЧЕСТВО НУЖДАЕТСЯ В ПСИХОЛОГИИ

Что психологи и психология предлагают человечеству?

Что такое психология и что делают психологи?

Психологическая наука генерирует знания о природе и развитии человеческих мыслей, эмоций и поведения как на уровне индивида, так и на уровне общества. Психология — это самостоятельная научная дисциплина, которая применима почти ко всем аспектам нашего безграничного опыта. Психологи работают в самых разных учреждениях - практически в любом месте, где важна человеческая деятельность. Психологическая наука помогает глубже понять человеческое поведение, объясняет, как влияют на него социальный, культурный и лингвистический контексты¹. Психологи играют важную роль в поддержании здоровья и благополучия во всем мире в рамках прав человека с целью улучшения жизни.

Зачем государству нужны психология и психологи?

Для государства не только гуманно, но и финансово выгодно признать, что психологи вносят важный самостоятельный вклад в облегчение страданий и улучшение жизни². Социальные детерминанты здоровья, такие как образование, качественные продукты и надлежащее питание, разумные стандарты жизни, возможности работы и справедливое отношение, признаны основными правами человека, закрепленными в Целях Устойчивого Развития Организации Объединенных Наций^{3 4 5 6 7}. Неспособность решить проблемы психического здоровья, такие как депрессия и тревожность, которые часто являются следствием недостаточного внимания к социальным детерминантам здоровья, ежегодно обходится мировой экономике в 1 триллион долларов из-за потери производительности. В то время как доказано, что профилактика и психологическое вмешательство для улучшения состояния психологического здоровья, является экономически выгодным. Когда психологическая наука применяется к условиям, в которых люди живут, работают и играют, способности и производительность возрастают^{8 9}. Тем не менее, несмотря на существование как экономической выгоды, так и практически эффективных услуг для групп риска или для тех, у кого проявляются симптомы психических расстройств, большинство молодежи и взрослых почти во всех странах мира не получают помощи психолога из-за ограниченности ресурсов, стигмы и недостатка квалифицированных специалистов^{10 11}.

В чем уникальность психологии и психологов?

Психологи разбираются в биологических, социальных и экологических исследованиях и обучены применять доказанные наукой методы для улучшения жизни людей, говорящих на разных языках и из разных культур. Чтобы стать психологом, необходимо иметь высокие профессиональные, научные и этические знания и соответствовать стандартам профессии. Высокий уровень подготовки делает акцент на специальной и научной самостоятельности и независимой роли психолога в междисциплинарных командах для содействия благополучию людей во всех сферах жизни (например, в семье, школе, университете, больнице, на рабочем месте, государственной службе, в религиозных сообществах)¹². Психологи работают, применяя научный метод и в дополнение к нему навыки диагностики, оценки и логики, чтобы обеспечить комплексные и всесторонние подходы к здоровью человека. Наем психологов на независимые руководящие должности согласуется с высоким уровнем их квалификации. Поскольку мир сталкивается с беспрецедентными кризисами, вклад психологов в смягчение физических, эмоциональных и психических воздействий на отдельных людей, группы и сообщества имеет решающее значение¹³.

КОНТАКТНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Национальный Университет Узбекистана
Кафедра Психологии
Университетская, 4
Вузгородок
Ташкент

¹Hays, P.A. & Iwamasha, G.Y. (2006). Culturally Responsive Cognitive Behavioral Therapy: Assessment, Practice, and Supervision. American Psychological Association

² Chisholm, D., Sweeny, K., Sheehan, P., Rasmussen, B., Smit, F., Cuijpers, P., & Saxena, S. (2016). Scaling-up treatment of depression and anxiety: A global return on investment analysis. *Lancet Psychiatry*, Vol.3, 415–424. DOI: <http://doi.org/10.1016/S2215-0366>.

³ Adler, E. N., & Newman, K., (2002) Socioeconomic disparities in health: pathways and policies, *Health Aff (Millwood)*, Vol.21 Iss.2, DOI: <http://doi.org/10.1377/hlthaff.21.2.60>

⁴ Allen, J., Balfour, R., Bell, R., & Marmot, M., (2014) Social determinants of mental health, *International review of Psychiatry*, Vol. 26 Iss. 4 DOI: <http://doi.org/10.3109/09540261.2014.928270>

⁵ Saegert, S., Evans, G. W., (2003) Poverty, housing niches, and health in the United States, *Journal of Social issues*, Vol. 59 Iss. 3, 569-589. DOI: <https://doi.org/10.1111/1540-4560.00078>

⁶ Saxena, S., Thornicroft, G., Knapp, M., & Whiteford, H., (2007) Resources for mental health: scarcity, inequity, and inefficiency, *The Lancet*, Vol. 370 Iss. 9590, 878-889 DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61239-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61239-2)

⁷ Walker, R., Keane, C. R., & Burke, J., (2010) Disparities and access to healthy food in the United States: A review of food deserts literature, *Health & Place*, Vol. 16 Iss. 5, 876-884 DOI: <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2010.04.013>

⁸ Kelly J.G., Ryan A.M., Altman B.E., Stelzner S.P. (2000) Understanding and Changing Social Systems. In: Rappaport J., Seidman E. (eds) *Handbook of Community Psychology*. Springer, Boston, MA. DOI: https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4193-6_7

⁹ Weissman, M., & Cuijpers, P., (2007) Psychotherapy over the Last four decades, *Harvard Rev Psychiatry*, Vol. 25 Iss.4, 155-158,. DOI: <https://doi.org/10.1097/hrp.0000000000000165>

¹⁰ Mental Health America, 2019
<https://www.uncrushed.org/content/2019/9/23/the-state-of-mental-health-in-america-2020>

¹¹ Wang, P. S., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Angermeyer, M. C., Borges, G., Bromet, E. J., Bruffaerts, R., De Girolamo, G., De Graaf, R., Gureje, O., Haro, J. M., Karam, E. G., Kessler, R., Koveness, V., Lane, M. C., Lee, S., Levinson, D., Ono, Y., Et al., (2007) Use of mental health services for anxiety, mood, and substance disorders in 17 countries in WHO world mental health surveys, *The Lancet*, Vol. 370 Iss. 9590, 841-850. DOI: [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)61414-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)61414-7)

¹² Huppert, A. H., Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences, (2009) *Health and Well-Being*, Vol. 1 Iss. 2, 137-164. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>

¹³ Wandersman, A., & Florin, P., (2003) Community interventions and effective prevention, *American Psychologist* DOI: <http://doi.org/10.1037/0003-066X.58.6-7.441>