

Самые распространенные заблуждения о психологах и психологии

Заблуждение №1. Психология — наука о душе.

На самом деле, предметом психологии, как науки, является не душа, а психика, материальной основой которой является мозг. Кроме того, функционирование психики рассматривается в психолого - динамическом аспекте.

Заблуждение №2. У психолога не бывает проблем!

Сколько раз психологи слышали фразу: «Ты ж психолог!?!». Обычно ее произносят знакомые и родственники психолога в тех ситуациях, когда он ведет себя, как обычный человек. Но ведь это так и есть! Вне стен своего кабинета, психолог — обычный человек со своими проблемами и заботами.

Психолог – обычный человек, как и все остальные. У него возникают трудности и проблемы на работе и в семье, которые иногда приводят к стрессу.

Заблуждение №3. После встречи с психологом клиенту должно становиться «хорошо».

Возможно, но лишь после применения соответствующих методов психологической помощи. Таких методов, например, как релаксация, психологическая разгрузка, то есть снятие напряжения и достижения расслабленного комфортного состояния. Конечно, это приятно. Но если целью психологического консультирования является Ваш личностный рост или другие изменения, связанные с ломкой поведенческих стереотипов, то, возможно, вам придется столкнуться с болью — естественным спутником личностных трансформаций. Особенно в начале пути.

Заблуждение №4. Психолог работает только с теми у кого «проблема с головой»

Вы удивитесь, но **психолог работает со здоровыми людьми**, проблемы которых, в основном, лежат в области мыслей и представлений. Основные направления работы — это психологическое консультирование, психодиагностика и психологическая профилактика (так называемый психологический ликбез). Проблемы, которые возникают из-за нарушения баланса химических веществ в головном мозге или по причине органических его поражений обычно занимаются психотерапевты, психиатры и неврологи, то есть люди с медицинским образованием.

Заблуждение №5.

Оно часто встречается среди педагогов и родителей. Обычно они приводят в кабинет психолога ученика или своего ребенка и говорят: «Сделайте с ним что-нибудь!». Опытный психолог не станет тотчас же делать «что-нибудь», а, скорее всего, предположит наличие проблем у человека, приведшего этого несчастного упирающегося ребенка. Возможно, эти проблемы лежат в области коммуникации и в понимании (а точнее, в непонимании) индивидуальности каждого человека, ведь все люди разные. Конечно, это не отменяет наличие проблем у ребенка.

Заблуждение №6. Психологи дают советы.

Психолог не дает советы! Он работает с Вами, Вашей неосознанной психической жизнью, с Вашими убеждениями и ценностями. Здесь уместно будет сравнение психолога с хирургом, которые не дает советы, как удалить аппендицит, а просто берет это и делает. Если психолог и дает советы, то только самые общие или советы, основанные на изучении Вашей личностной истории и с учетом Вашей индивидуальности, ведь как мы уже говорили ранее, все люди разные!