МИФЫ О ПСИХОЛОГАХ

*— Чего ты боишься?*

*— Темноты и психологов.*

*— Ну, психологов-то понятно! А темноты почему?*

*— А мало ли сколько в ней психологов!?*

Пожалуй, ни одна профессия не окутана таким количеством мифов, как профессия психолога. И всё потому, что представители других профессий работают с чем-то понятным и ощутимым, а с чем работает психолог – непонятно. Обычному человеку сложно представить, что такое психика, если даже учёные ещё не до конца понимают её суть?!

Вот и получается, что психолог – это какой-то загадочный полушаман, полулекарь, полушарлатан, который «лезет в душу», что-то непонятное там делает – и в результате с человеком что-то происходит. Отсюда и иррациональные верования, и многочисленные мифы:

1. *«Психолог может рассказать о человеке все, только посмотрев на него»*

На самом деле: человеческая психика толком не изучена, и изучить ее крайне трудно потому, что каждый индивидуален. И что там, в подсознании творится, никому не известно.

1. *«К психологу ходят только слабаки!»*

На самом деле: если человек делает такое заявление, то возможно это говорит о его собственном страхе оказаться слабым и беспомощным, неумении попросить о помощи у других.

1. *«Психологи сами не нуждаются в помощи и сами себе врачи»*

На самом деле: с такой позиции многие расхожие убеждения становятся очевидно нелогичными: — конечно, ведь, например, парикмахеры сами себя стригут! «Если психолог не может сам решить свои проблемы, то как он решит мои?» — действительно, если стоматолог не может сам себе поставить пломбу, то как он поставит мне? «Услуги психолога — для психически нездоровых людей» – правильно, а к юристам обращаются только преступники, а к финансовым консультантам – только нищие. И так далее.

1. *«Психолог способен дать такой совет, который в одночасье решит мою проблему»*

На самом деле: почти любому человеку радостно, когда есть кто-то умный, кто возьмет на себя ответственность, и скажет, как лучше. И не учитывается один нюанс – никто лучше самого человека не знает, что творится в его душе, и что ему делать в его жизни.

1. *«Помощь психолога нужна моим близким, я в полном порядке»*

На самом деле: часто люди приходят, чтобы психолог «вылечил» их близких. Но психолог не расшифровывает личностные особенности членов семьи и не судит, кто прав, кто виноват. Специалист может помочь определить причину ваших негативных эмоций и выработать наилучшие стратегии поведения.

1. *«Если я буду посещать психолога, всё станет так, как я хочу, а проблемы исчезнут»*

На самом деле: не всегда наши желания должны исполняться. Чтобы понять, что действительно нужно, стоит разобраться в себе. С этим может помочь психолог. Но, такая работа не всегда приятна. Иллюзии об идеальной жизни рассеиваются, возникает много вопросов к себе. Именно так и идёт рост и развитие личности.

1. *«Компетентен только психолог с безупречной личной жизнью»*

На самом деле: психолог – это профессия, но специалист ещё и просто человек. Неудачный брак не говорит о нем, как о непрофессионале. Подобные обвинения обычно выдвигают те, кто хочет защититься. Вспомните, зачем вы обратились к психологу, в чем пытаетесь разобраться. Переключите ваше внимание на собственные проблемы, а не на оценку других. Вам ведь не приходит в голову спрашивать травматолога о том, были ли у него сломаны ноги?

1. «*Хорошим может быть только платный психолог, и чем дороже, тем лучше»*

На самом деле: отчасти это утверждение верно. Образование психолога не заканчивается получением диплома. Хороший специалист проходит регулярные повышение квалификации, посещает семинары, лекции, мастер-классы и обучающие программы, работает с литературой. Чем опытнее психолог, тем больше он вкладывает в своё развитие - в том числе и денег.

Однако есть много специалистов, работающих в государственных учреждениях, и их услуги бесплатны, а помощь не менее эффективна.

1. *«Можно заставить пойти к психологу»*

На самом деле: ***насильно психологи ни с кем не работают***, и, если человек активно сопротивляется, значит попросту не готов работать, исследовать свою жизнь и свой внутренний мир. И это вполне нормально и естественно.

***Идти к психологу нужно,*** *когда у человека есть неудовлетворённость в жизни, он оказывается в повторяющихся ситуациях или проявляет интерес к собственному внутреннему миру, хочет понять себя и лучше в себе разобраться.*