



адаптироваться к изменениям в состоянии здоровья и как можно дольше сохранять дееспособность.

Основной способ лечения – *медикаментозный*.

**Психотерапевт.** *Врач*, имеющий подготовку в области психотерапии и оказывающий помощь как психически здоровым людям, так и людям с пограничными расстройствами личности (неврозы, депрессия и т.д.). Психотерапевт работает с менее тяжелыми расстройствами, нежели психиатр. Методы лечения: как *медикаментозный* (как и у психиатра), так и *психологические методы* помощи (беседы, специальные упражнения, которые направлены на то, чтобы разобраться во внутренней жизни клиента т.д.).

При этом в нашей стране, вопреки официальным позициям на этот вопрос, психотерапевтом также может назвать себя любой, кто прошёл специальные курсы в рамках какой-либо из современных психотерапевтических школ (когнитивная, бихевиоральная (поведенческая), экзистенциальная, гештальт-терапия и т.д.). Такие специалисты могут использовать в своей работе *только психологические средства оказания помощи*.

**Психолог.** Это *специалист*, имеющий завершенное высшее психологическое образование или прошедший переподготовку на базе высшего образования по специальности «Психология». Занимающийся изучением психики и особенностей поведения человека в различных областях деятельности. Психолог оказывает помощь *психически здоровым людям*, которые испытывают трудности в преодолении различных жизненных ситуаций (конфликты, одиночество, принятие решений, управление эмоциями, потеря уверенности в себе и многое т.д.).

Психолог – это *не врач*. Психолог *не имеет права прописывать лекарства*, *ставить медицинские диагнозы* *и назначать* в соответствии с этим какое-то *медикаментозное лечение*.

Основа психологического консультирования *- помощь через межличностное общение.*

*.*