 **Мифы и правда о работе психолога.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Миф № 1**  Психолог, психотерапевт и психиатр – одно и то же. | **Правда.**  Психолог занимается психически здоровыми людьми, не выписывает лекарства, не ставит диагнозы, а помогает клиенту наладить отношения с собой и с окружением.  Психотерапевт – это врач, который занимается лечением пограничных расстройств, имеет дело с глубокими психологическими травмами, личностными проблемами. Работает в основном при помощи терапии, медикаментозное лечение является дополнительным методом.  Врач-психиатр – это специалист в области лечения психических заболеваний. В своей работе использует преимущественно медикаментозные методы лечения (лекарства, таблетки). |
| **Миф № 2**  Психолог – волшебник. Ты приходишь, рассказываешь о том, что волнует, как всё вокруг тебе не нравиться, а психолог даёт тебе «волшебную палочку» в виде совета, или умного слова и сразу все проблемы решаются. | **Правда.**  Конечно, так не бывает. Психолог – человек, наделённый определёнными знаниями, умениями и психологическими инструментами.  Для каждого человека и для различных ситуаций, специалист может использовать различные виды помощи. При этом клиенту придётся приложить долю труда и целеустремлённости для достижения желаемой цели или же, оставить всё как есть, решает сам клиент. |
| **Миф № 3**  Психолог – человек, который просто слушает, жалеет, успокаивает. | **Правда.**   Конечно, психолог должен внимательно слушать клиента, иначе он не сможет понять ситуацию и то, в какой помощи нуждается человек. Иногда для клиента действительно важно, чтобы его просто выслушали, потому что он может проговорить на консультации то, что не может сказать близким людям, и вообще произнести вслух. Часто нам трудно разобраться в своих чувствах самостоятельно. Но чаще всего специалист не просто слушает, а задаёт наводящие вопросы, которые приводят к осознанию ситуации. |
| **Миф № 4**  Психологи дают советы, как поступить в данной ситуации. | **Правда**.  Профессионал не может дать совет по двум причинам. Первая – никто не может быть более компетентным в жизни другого, чем он сам. Для этого нужно прожить именно эту жизнь, с её перипетиями. И вторая – никто не может взять ответственность за выбор другого.  Все предложения носят рекомендательный характер – «можно попробовать так». |
| **Миф № 5**  Психолог научит манипулировать другими. Часто это выглядит так: «Помогите мне повлиять на мужа или жену, маму или папу, детей, для того чтобы они…» | **Правда.**   Это противоречит этическому кодексу психолога и не лучший способ отношений. Хороший специалист не будет манипулировать вами и не научит манипулировать другими. Но он поможет увидеть возможные способы изменения отношения к ситуации, на которую трудно повлиять. |

 