

Зачем нужны психологи и кто они такие?

Психологи пришли в наши школы сравнительно недавно, поэтому далеко не каждый знает, а чем же, собственно говоря, они занимаются. За это недолгое время родилось много смешных (равно как и печальных) "мифов" о психологах и их клиентах, которые, честно говоря, очень мешают. Поговорим об этих мифах и о том, кто такие психологи и чем они занимаются на самом деле.

Миф 1. *Если ты консультируешься у психолога ты - псих. Психолог и психиатр - одно и то же.*

Правда: психолог отличается от психиатра, как сумасшедший день от сумасшедшего дома. Врач-психиатр - это специалист в области лечения психических заболеваний (напр. шизофрения). Использует преимущественно медикаментозные методы лечения (лекарства, таблетки). Психолог - специалист, который консультирует **ЗДОРОВЫХ** людей в ситуациях затруднения в различных сферах жизни (проблемы в учёбе, семейные отношения, отношения в коллективе, отношения между детьми и родителями, проблемы в общении, выбор жизненного пути, саморазвитие, конфликтные ситуации и многое другое).

Миф 2. *К психологу приходят только слабые и глупые люди, которые сами не могут решить свои проблемы.*

Правда: к психологу обращается человек, который ощущает потребность изменить своё поведение, свою жизнь в ту или иную сторону и ищет грамотный способ, эффективный путь осуществления этих изменений. Психолог - специалист, который может помочь найти такой путь, свой, уникальный для каждого. Если у вас болит зуб, вы ведь не находите ничего зазорного в том, чтобы обратиться к стоматологу?

Миф 3. *Если ты обратился к школьному психологу - об этом станет известно всей школе.*

Правда: основное правило работы психолога, и особенно школьного психолога - конфиденциальность. Это значит, что никто без вашего согласия не узнает, с каким вопросом вы обратились к психологу, о содержании вашей с ним беседы, а зачастую даже и о самом факте вашего обращения. Это же касается и результатов психологического тестирования, которое проводится в школе. О ваших конкретных результатах знает только психолог. Классному руководителю предоставляются материалы только в обобщённом виде (напр. так: 70% учеников класса выполнили тест с высокими показателями; 30% - получили средние результаты и т.д.).