**Подборка консультационного материала**

**для педагогов и родителей**

**«Психология может быть интересной!»**

«Мифы о психологии и психологах».

|  |
| --- |
| Всего каких-то десять лет назад профессия психолога у нас в стране считалась одной из самых экзотичных, а сама психология как наука казалась неким таинственным знанием, сродни религиозному. И если в западных странах иметь личного психолога и посещать его с такой же регулярностью, как, например, стоматолога или парикмахера, считается обычным делом, то у нас это могут себе позволить далеко не все. И дело здесь не только в ограниченных финансовых возможностях большинства наших граждан (консультация у психолога стоит не дороже приема у платного врача). Просто сказанные про кого-либо такие слова "консультировался у психотерапевта", имеют в сознании наших граждан пугающе негативную окраску. В западной же культуре это могло бы означать, что у человека несколько дней было плохое настроение и ему нужно было облегчить душу. Или человек пережил какое-либо потрясение, например, утрату близкого человека, и ему легче перенести потрясение, чувствуя поддержку психолога. Если "болит" душа, если все валится из рук, если тяжело выйти из подавленного состояния, если потерян смысл жизни и при многих других "если" на Западе принято обращаться к психологу-консультанту.  Давайте рассмотрим несколько мифов, сложившихся в нашем сознании по поводу психологической помощи.  **Зачем идти к психологу, ведь можно просто излить душу другу?**  Так думают многие. Да, друг, конечно, выслушает и поддержит. И вам очень повезло, если у вас есть тот, кого бы вы назвали настоящим другом. Но другу трудно быть с вами объективным, - вы же друзья. Психолог же нейтрален по отношению к вам, ему легко смотреть на ситуацию со стороны. Во-вторых, профессионал обладает более широким кругозором в области человеческого поведения, научными и практическими знаниями о закономерностях возникновения, проявления и формах протекания проблемных ситуаций, возможных способах коррекции. Все это позволяет ему лучше понять вашу ситуацию и наметить пути выхода из проблемы.  **Психология - это то, что позволяет одному человеку видеть другого насквозь, а это не всегда приятно**  Здесь необходимо сказать, что о многих вещах, на которые в данной культуре наложено табу, психология говорит как о реально существующих явлениях и фактах человеческой психики. И психолога тяжело разочаровать или удивить какими-либо подавляемыми в данной культуре или сообществе проявлениями человеческой души.  Психолог представляет всю сложность человеческого существа и понимает, что нельзя судить о море, ориентируясь только на то, что происходит на его поверхности. Подводный мир может многое рассказать о жизни моря. И глубина - это постоянный предмет профессиональной деятельности психолога. Психологи используют свои знания для более точного познания законов человеческого бытия, а вовсе не для разоблачения каких-то тщательно замаскированных черт.  **Психологи иногда ассоциируются с магами и колдунами**  Если вы ждете, что вашу жизнь кто-то может изменить без вашего участия, путем заключения договора с некими могущественными силами, то вы ошибаетесь. Измени себя, и ты увидишь, как изменился мир. Задача психолога - помочь вам построить свою жизнь по-новому. Но строить ее вы будете сами. И психолог может показать вам, куда идти, но идти придется вам.  Мифы о психологии и психологахУстановка "вот я пришел, сделайте так, чтобы все было хорошо", здесь не срабатывает. В результате психотерапевтического процесса могут происходить непосредственные изменения только на уровне психической реальности клиента. То есть меняется субъективное восприятие событий внешнего мира, но не сам мир, его физическое и событийное содержание. Изменения же во внешней реальности человека, включенного в психотерапевтический процесс, всегда есть опосредованный результат изменений происходящих на внутреннем, психическом плане бытия. В самом упрощенном виде это выглядит как причинная связь "стимул - реакция". Меняется субъективное восприятие людей и событий - меняется и отношение к ним. Меняется поведение человека - меняется реакция окружающих на это его поведение. Оккультизм же во всех своих многообразных проявлениях указанные условия-самоограничения отрицает. Колдуны и экстрасенсы, как правило, наоборот, делают в своей практике акцент на том, что жизнь и судьбу человека могут изменить либо они сами, либо действующие через их посредство некие "высшие силы". Причем, согласие самого человека на такое изменение для этого вовсе не обязательно. Главной задачей психотерапевта является максимальное расширение свободы выбора человека, возможности руководствоваться в жизни дарованной от Бога свободой воли. Задача же оккультиста - прямо противоположна. Максимально ограничить свободу воли человека, а при возможности и вовсе лишить его таковой. Тем самым они получают возможность манипулировать людьми в своих целях. Это и есть суть любого зомбирования вне зависимости от того, какими конкретно средствами оно проводится.  **Психология - это нечто абстрактное, непонятное, искусственно созданное и занимающееся тем, что и так давно известно**  Так, вероятно, думают те, у кого давно есть готовые ответы на любые жизненные вопросы. Но все ясно и давно известно может быть только от отсутствия знаний. Любой образованный человек знает, что, изучая какую-либо науку, какую-либо сферу жизни, познавая ее закономерности, мы каждый раз убеждаемся, что "все не так сложно, как мы думаем, - все намного сложнее". И нельзя понять этот мир и других людей в нем, пытаясь втиснуть индивидуальный, неповторимый и динамичный мир каждого человека в свою схему мировоззрения. И когда мудрый Сократ говорил: "Я знаю лишь то, что ничего не знаю", - он не лукавил. А .Камю как-то сказал: "Человек мыслящий занимается обычно тем, что старается сообразовать свое представление о вещах с новыми фактами, которые его опровергают. В этом-то сдвиге, в этой-то изменчивости мыслей, в этой сознательной поправке и заключается истина, то есть урок, преподаваемый жизнью".  **Некоторых людей пугает приставка «пси» в слове «психология»**  Представление об этой науке в их сознании тесно переплетено со словами "псих", "психушка", "психиатрия". Мнение, что психология имеет дело только с психическими отклонениями, что ее цель - обнаружить таковые у всех, кто обращается за помощью, очень живуче. В переводе с греческого "психе" означает "душа". Психология, т.е. наука о душе существует для самопознания. Лишь разобравшись в своей душе, можно понять всю сложность, все своеобразие и уникальность других людей и принять их. |