

Страница школьного психолога

Психолог - это не врач и не само совершенство, он не ставит диагнозы, не выписывает лекарства, не дает четкие инструкции «делай именно так и будет тебе счастье». Задача психолога - помочь человеку, что-то изменить в себе, помочь разрешить проблему, а не найти виноватого. Он готов быть рядом с вами, когда вам тяжело, готов выслушать, понять, поддержать, объяснить причины. Это человек, обладающий профессиональной информацией, интуицией, но без готовых ответов на все случаи жизни. Ведь каждый человек, а следовательно, и случай, индивидуален.

Просить о помощи не стыдно - нужно жить, не погружаясь в проблемы и ничего не пытаясь изменить.

Но получить помощь, можно только искренне желая ее. Если ни у вас, ни у ребенка нет желания, стремления изменить что-то в себе и своего отношения к проблеме - никто не сможет вам помочь.

Не рассчитывайте, что вам укажут точно, какой путь выбрать, решение всегда останется за вами. А за решением последует труд. Каждодневный труд по изменению устоявшегося порядка и знакомых вариантов поведения. Психолог может подсказать направление, в котором нужно двигаться, объяснить Ваши эмоции, научить некоторым методам, но решение, ответственность за поступки остаются за Вами.

Зато с какой гордостью вы сможете потом оглянуться на проделанный путь, почувствовать в себе силу, уверенность.

Обращаясь к психологу, помните, что от того, что Вы расскажите, насколько искренни и тактичны будете, зависит результат совместной работы. Часто даже самый опытный психолог оказывается бессилён против хамства и лжи, и реальной помощи в таких случаях, конечно, не будет. Не ждите от психолога моментального решения ваших проблемы. Реальную помощь вы получите, только тогда, когда попросите.