

Петров Сергей Викторович
Психолог, гештальт-терапевт

Кто же он хороший психолог.

Вот задался я над таким вопросом - а что за люди идут работать психологом? И даже больше – а кто из них становится хорошим, востребованным психологом? Родилось в результате следующее. И так, работа психолога сводится к выслушиванию жалоб, вопросов, обвинений и тд. своих клиентов к родственникам, коллегам, родителям, детям, а то и всему миру в целом. В общем обращаясь к психологу людям в момент обращения плохо, психологически плохо. Их, как правило, не устраивает то, как они живут. И вот задача психолога сделать так, чтобы качество жизни у человека стало лучше. В идеале для клиента это решить за него трудные вопросы, ну или в худшем случае, сделать так, чтобы клиент особо не напрягаясь, используя чудодейственные психологические приемы, решил свои трудности. В принципе по-человечески это понятно. Однако общение с разными людьми, редко позитивными вызывает у психолога много разных эмоций и не всегда легко переносимых и не всегда этот поток можно остановить. В общем, работа достаточно сложная. Не зря профессия психолога стоит на одном из первых мест по профессиональному выгоранию. Тогда возникает резонный вопрос – а кто же эти мужественные люди, которые решили сделать психологию (психотерапию) своей профессией, и заниматься ею немалую часть времени?

Тут я перейду к анализу своей собственной истории. На настоящее время я практикующий психолог, это моя основная работа. Занимаюсь я также научной и образовательной деятельностью в области психологии. Однако основную энергию вкладываю в свое обучение практической психологии и в частности в совершенствование в гештальт-терапии и в развитие своей практики. Как я и большинство моих коллег по гештальту пришли в психологию, а точнее в гештальт-терапию? По-разному, но в основном у всех было одно – недовольство сложившейся в свое время жизненной ситуацией. Каждый что-то искал. Скажу о себе. Я был недоволен своей трудовой деятельностью, да и семейная жизнь оставляла желать лучшего. Далее из своих наблюдений. Обучение гештальт-терапии происходило в основе своей в терапевтических группах. Где вольно невольно каждый раскрывается, показывает свои разные стороны. По моим наблюдениям большинство участников групп были и остаются очень чувствительными, ранимыми людьми. У каждого были и остаются (я говорю и о себе тоже) масса различных своих собственных особенностей, которые затрудняли и затрудняют полноценную жизнь. И глядя на своих учителей, в большинстве своем успешных, востребованных психологов, гештальт-терапевтов я для себя отметил, что в основном самые успешные, самые востребованные и самые полагающие психологи, это чувствительные, осознающие, внутренне свободные, ранимые, с массой своих собственных особенностей (иногда называемых – собственные загоны) люди.

Тогда читатель, особенно не занимающийся вплотную психологией может воскликнуть – так что же нам помогают, мягко говоря, проблемные люди (это я о психологах)? Раз у них куча всего разного, так как они могут другим то помочь?

Намекая на то, что психолог должен быть очень продвинутым, хорошо пролеченным, непогрешимым человеком. А я думаю, что психолог может реально помочь, прежде всего, если он осознает свое несовершенство. И, на мой взгляд, основным достоинством «хорошо пролеченного психолога» является то, что он достаточно много знает о своих сильных и слабых сторонах, о своем несовершенстве, о своих особенностях. Умеет переживать связанные с этими знаниями эмоции, чувства, мысли, образы в контакте со своими клиентами. То есть фактически такой психолог ведет себя адекватно с клиентом, осознает степень своей адекватности и дает возможность клиенту быть собой в контакте с ним, изучать себя, свои особенности и научиться их переживать.

А что же тогда за эти пресловутые тараканы, которых так много у психологов и почему их у них так много, такое ощущение, что гораздо больше, чем у других людей? Во-первых, «тараканы» у психологов, в принципе, как и у других людей, существуют благодаря человеческому несовершенству. Во вторых я бы все-таки назвал их – особенностями человека. И то, что эти особенности у нас (у психологов, у врачей, у педагогов и др.) есть делает нас не имею в виду всех людей) отличными друг от друга и дает возможность нам не сосоваться друг другом. У психологов этих тараканов хватает по той простой причине, что они посвятили не один час личной терапии для узнавания себя, для изучения своих особенностей. Дело в том, что если себя лучше знаешь, то есть возможность пользоваться этим эффективнее (предупрежден – вооружен). Так что не знание своих особенностей (своих тараканов) не говорит об их отсутствии. Ну и лучше знать себя требует наша профессия. Как не крути, а психолог, особенно если он занимается терапией, работает с клиентами, прежде всего собой, не техниками, а именно собой.

Так что еще важно в нашей профессии. Это живой интерес к людям. Способность каждодневно удивляться контакту с другим человеком, способность за всеми масками которые мы регулярно таскаем за собой, увидеть настоящего, живого человека. Без этого качества в нашей профессии тоскливо. Так что не удивительно, что среди психологов такой высокий процент профессионального выгорания.

И в заключении немного о лирике. До того как я начал профессионально работать психологом я можно сказать романтизировал эту профессию. Как же – психологи это люди, которые помогают другим людям приобрести душевное спокойствие. Но как оказалось на практике – это тяжелая, ответственная работа, требующая серьезного обучения, постоянного совершенствования и человеколюбия.

Так кто же он хороший психолог? На мой взгляд, настоящими профессионалами своего дела становятся фактически некоторые бывшие клиенты, которые смогли помочь себе, обучились данной профессии, полюбили все то, что она дает, и сделали ее скорее даже не ремеслом, а искусством.

Петров Сергей Викторович

Психологи на b17.ru

Опубликовано на сайте: 14 ноября 2014, 524 просмотра

https://www.b17.ru/article/horoshij_psiholog/