

Секция «Психология»

Восприятие деятельности психолога и психологического консультирования  
в современном российском обществе

*Бойко Анна Дмитриевна*

*Студент*

*Российский государственный профессионально-педагогический университет,*

*Институт психологии, Екатеринбург, Россия*

*E-mail: study\_2009@mail.ru*

*Бойко А.Д., Сёмина А.С.*

*Студентки*

*Российский государственный профессионально-педагогический университет, Институт психологии, Кафедра педагогической психологии, Екатеринбург, Россия*

*E-mail: study\_2009@mail.ru, a.syomina@mail.ru*

Данная тема является актуальной в современном российском обществе. Подтверждением этому является молодежная научно-практическая конференция, которая состоялась 17 февраля 2012 года в городе Екатеринбурге в УрГЭУ-СИНХ (Уральском государственном экономическом университете) «Актуальные проблемы работы психолога». В данном мероприятии участвовали студенты и практикующие психологи, которые заняты в психологических службах университетов. В качестве итогов было предложено ввести информирование об осуществлении психологического консультирования и формировании в личности каждого отдельного человека понимание необходимости помощи психолога.

Исходя из этого, мы предварительно провели анализ восприятия деятельности психолога и психологического консультирования в современном российском обществе.

Как говорил Зигмунд Фрейд, «нет здоровых людей, есть недообследованные», но российское общество считает, что к психологам и психотерапевтам обращаются только «нытики», ведь можно выговориться друзьям, залить горе алкоголем, прочитать книгу по психологии с сомнительным названием, либо излить душу случайному человеку.

Уже в детском возрасте людям прививают стыд за слабость, усмехаясь над слезами, порождая тем самым внутриличностные конфликты. В итоге люди подавляют свои желания, подстраиваясь под социум.

«Возможно, все дело в менталитете. Это не заведено у старших, гораздо проще обратиться со своими проблемами к близким, знающим тебя людям, чем к человеку, получающему за это зарплату». [6]

Есть исследование Санкт-Петербургского университета, показывающее, что в сложной кризисной ситуации только 2% россиян готовы обратиться к психологу (психотерапевту) за помощью. [4] Итак, попробуем разобраться по порядку.

Очень долгое время главным «психологом» в жизни практически каждого человека была церковь. Люди приходили на исповедь и им отпускали все грехи. В СССР считалось, что ни у кого нет проблем и всё хорошо, более того, психология была признана квазинаукой и была запрещена. На Западе с конца XIX века и по наше время практическая психология занимает значимое место в жизни общества и отдельного гражданина [5].

Значимой причиной негативного отношения к психологическому консультированию является недоверие к применяемым методам в этом направлении. Слова «психодрама», «телесно-ориентированная психотерапия», «экзистенциальная психотерапия» и многие другие звучат не как названия научно обоснованных методов, а как шарлатанские выдумки, для которых были сформулированы непонятные и трудновыговариваемые названия, которые пугают. Но давайте посмотрим на это с другой стороны: почему же научный метод, который применяется для «залечивания душевных ран» человека не может иметь красивое, привлекающее и в какой-то степени интригующее наименование?..

В наше время люди считают, что проще выговориться бесплатно друзьям и близким людям, которые знают твой характер и твои привычки, которые смогут что-то посоветовать, чем идти к незнакомому человеку – психологу, открывать ему самые сокровенные тайны и платить ему за это деньги, не получая при этом прямого руководства к действию. Более того, при работе с психологом отсутствует моментальный видимый результат, а его первое проявление часто бывает негативным и болезненным. Психолог смотрит на проблемную ситуацию «холодным взглядом» и может правильно мотивировать, но он не пожалеет человека и не решит за него всех проблем, так как это не входит в его компетенции.

Исходя из транзактного анализа Эрика Берна, можно говорить о том, что люди, имеющие такую позицию, придерживаются роли «Ребенка» в сложных жизненных ситуациях: они нуждаются в четких указаниях, постоянно требуют, чтобы их жалели, но при этом не стремятся к устранению своей проблемы. Психолог же не может всего этого обеспечить, отсюда разочарование в нём как в специалисте.

Люди, с которыми можно поговорить «по душам», сидя на маленькой кухне вместе с бокалом горячительного напитка, считаются действительно мощной поддержкой. Однако сама по себе такая помощь является недостаточной, ведь никто не сделает за Вас всю «грязную» и тяжелую работу по осмыслению и исправлению недостатков.

Откровенная беседа со «случайными» людьми ошибочно для многих компенсирует квалифицированную психологическую помощь. Часто, отправляясь в путешествие в поездах, самолетах завязываются знакомства, в которых буквально за первые часы общения собеседники рассказывают друг другу почти всю историю своей жизни.

Также люди не посещают психологов по причине низкого материального статуса и недостатка времени. Однако существуют «бюджетные» варианты психологического консультирования: групповая терапия, телефоны доверия и т.д. Согласно пирамиде потребностей А. Маслоу, психолог – это не первая необходимость. Человеку гораздо важнее (и проще) вкуснее покушать, красивее одеться, а свои нерешенные проблемы игнорировать. На наш взгляд, за недостатком времени и денег, скорее, кроются все страхи и установки человека.

И есть еще одна причина, о которой хорошо известно психологам. Это сопротивление изменениям, свойственное человеческой психике. Дело в том, что любые неприятные чувства и болезненные переживания снимаются под действием защитных механизмов, которые запускаются автоматически для восстановления душевного равновесия. Работа с психологом всегда нарушает этот устоявшийся баланс для того, чтобы в дальнейшем восстановить его на качественно новом уровне.

Большое влияние на отношение к психотерапии оказывает боязнь огласки: мы при-

ходим к незнакомому человеку, и кто знает, что у него на уме?.. Стоит заметить, что каждый психолог придерживается этических норм и ценностей, одна из которых – обеспечение конфиденциальности при консультировании клиента.

Но стоит учитывать тот факт, что психологи тоже люди. В психоанализе даже существует такое понятие как «раненный целитель» - считается, что у хорошего психотерапевта должно быть какое-то количество личных проблем, чтобы иметь способность сопереживать клиентам, но он должен быть достаточно здоров, чтобы сохранять профессиональную позицию и помогать им.

Слова Фридриха Ницше: «Некоторые не могут освободиться от своих собственных цепей, но, тем не менее, могут спасти своих друзей», -подтверждают тот факт, что если психотерапевт убирает препятствия, клиенты естественным образом развиваются и осознают свой собственный потенциал, иногда достигая более высокого уровня целостности и личностного развития, чем у помогающего им терапевта.

И если у Вас остались еще какие-то сомнения, может, стоит обсудить их с психологом?

### **Литература**

1. Ждан А.Н., История психологии от древности до наших дней, 1990, С. 398.
2. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. М., 1983.
3. Фейдимен Дж., Фрейгер Р. Абрахам Маслоу и психология самоактуализации, 2000, С. 45-51.
4. [ru.wikipedia.org](http://ru.wikipedia.org) (История психологии)
5. <http://psylib.org.ua/books/index.htm> (Психологи в нашей жизни)
6. <http://www.kulichki.com/inkwell/special/psyho/consult.htm> (10 причин не ходить к психологу)