

image not found or type unknown



Сегодня я проснулась по привычке в половину седьмого. По привычке, потому что обычно в это время меня будит моя дочь, которой исполнился 1 год и 8 месяцев. Но за окном пасмурно и накрапывает дождик, что, по-видимому, располагает ее ко сну, а у меня вызывает в душе особое чувство уюта.

Так непривычно, когда вдруг неожиданно появляется свободное время, которое от растерянности сразу и не решишь, чему посвятить. Мамы маленьких детей, думаю, меня понимают, какое это здорово просто спокойно умыться, когда тебя никто не отвлекает, и можно не спеша попить чай!

Хотя в данный период моего жизненного отрезка мой день нельзя назвать типичным днем из жизни психолога, поскольку на первое место выступает роль мамы, но тем ярче можно показать позицию психологов, и, надеюсь, клиентов, что психолог – тоже человек со всеми его социальными ролями, масками и стереотипами поведения.

Прогулявшись с дочерью до моей мамы, я оставила ее заниматься с бабушкой, чтобы отправиться на диагностику состояния систем организма в Центр Здоровья. Я поставила перед собой задачу делать все необходимое, чтобы как можно дольше иметь возможность качественной жизни в своем теле. Попутно выслушав бесплатные советы психолога в лице своей мамы, (стоматолога по профессии), о том, как нужно вести прием клиентов, и что, как я должна при этом говорить, я поехала на Милютина.

То, что я услышала от консультанта, полностью совпало с моим представлением о себе в плане здоровья и эмоционального состояния. Несколько позабавило то, что меня отправили на консультацию к семейному психологу по поводу просматриваемой обиды на мужчин к моей подруге и коллеге по работе. Но ведь мне действительно нужно работать в этом направлении. И я действительно довольно часто ищу причину моих бед в другом человеке!

Конечно, здорово давать советы психолога онлайн, когда клиент не видит твоей реакции на фразу: «Он не то, чтобы не помогает мне по дому, а, наоборот, добавляет лишнюю работу, оставляя после себя грязь...» Можно абстрагироваться от своих отношений с мужчиной, задать «нужные» вопросы и рассказать о том, как

можно договориться о распределении ответственностей по хозяйству.

Вновь озадачило и огорчило, что консультант работает в структуре сетевого маркетинга по распространению БАДов. Пару недель назад я уже была на якобы бесплатной диагностике состояния организма с точки зрения баланса соотношений мышечной, костной и жировой ткани в организме. Оказалось, что это крючок для вовлечения в сеть клиентов, которым внушается идея о том, что без БАДов (им запрещено произносить слово «Гербалайф», и они называют это продуктом, едой) качественное питание невозможно, поэтому нужно вкладывать в свое здоровье, но, не просто приобретая продукт, а вовлекая в сеть новых потребителей.

Позвонила клиентка, и первым делом поинтересовалась, сколько мне лет. Видимо мой голос, и моя манера говорить не входила в ее представление о том, каким должен быть психолог. Пока еще до сих пор мой внешний вид у многих клиентов вызывает вопросы об опыте работы и т.п. Даже для того, чтобы давать советы психолога бесплатно по интернету, лучше всего иметь седину, бороду и очки.

Я буквально каждый день сталкиваюсь с фразами от клиентов, от родных и от подруг о том, каким должен быть психолог:

- Ну, ты же психолог, ты же должна улыбаться и быть приветливой!
- Ты же психолог, ты должна это знать!
- Ты психолог, чему тебя там учат, если даже не можешь справиться с ребенком!
- Вы психолог, вы обязаны меня выслушать и принять!

Так вот: не должна, не обязана, а возьмусь работать только в том случае, когда клиент со своей стороны тоже возьмет на себя ответственность за работу, и будет выполнять мои условия. Почему то у людей формируются представления о психологе, который не имеет права чувствовать и выражать свои чувства тому же клиенту. Но если я злюсь на своего клиента, то почему бы не сказать ему об этом? Это будет полезным как для него, так и для меня. Во-первых, это честно. Во-вторых, он все равно почувствует состояние, как бы я себя при этом ни вела. В-третьих, перед ним будет пример того, как можно выражать свои чувства, не давая оценку другому. Но самое главное, большинство хронических заболеваний возникают по причине подавления чувств.

Пока ребенок спит, а в духовке готовится ужин, написала эти размышления на тему, говорить о которой могу еще долго...