

Почему не нужно бояться обращаться к психологу.



В наше время в западных странах практически у каждого второго человека есть свой личный психолог, в том числе и у детей. Так почему же в России это не так распространено? До сих пор у наших людей мнение, что если обратится к психологу, то это означает автоматическое признание себя душевнобольным. А некоторые родители думают, что если найти психолога для своего ребенка, то остальные смогут допустить мысль о его неполноценности. Так почему же не нужно бояться отводить ребенка к психологу?

Основные мифы о психологах

«Обращение к психологу означает наличие психического заболевания»
Стоит знать, что психолог и психиатр — это разные специалисты. Психиатр в первую очередь работает с психически нездоровыми людьми. К психическим заболеваниям можно отнести следующие: шизофрения, маниакально-депрессивный психоз, расстройства личности и т.д. Психолог же работает со здоровыми людьми, у которых возникли жизненные трудности.

«Психолог не сможет ничего нового сказать о моем ребенке, я знаю его лучше»

Никто не спорит, что родитель лучше знает характер и привычки своего ребенка, но зачастую многие проблемы ребенок даже сам не может осознать, не говоря уже о родителях и окружающих. Таким примером может служить энурез у детей. Энурез является классическим психосоматическим заболеванием, возникает он в ответ на сильный стресс или психологическую травму. По сути, данное расстройство — это невроз, который ребенок не может проявить вербально (словесно) или каким-либо другим способом, за него это делает его организм. Многие родители не могут понять, что их

ребенок не болен физически или что он делает это не специально, чтобы их позлить. Именно поэтому с подобными проблемами стоит обращаться к психологу, который доступным языком сможет объяснить, что и почему происходит с ребенком, какие действия нужно предпринять.

«Каждый взрослый человек по-своему психолог, можно спросить совет у более опытного родственника/друга и т.д.»

Никто не ставит под сомнение опыт многих поколений, жизненный опыт и просто советы умных людей, но все же по-настоящему общение с этой группой лиц не поможет решить проблему. Как правило, беседы с близкими помогают родителю снять напряжение, а помогают не ребенку. Любой «непрофессиональный» взгляд на проблему будет глубоко субъективным в то время как психолог сможет объективно взглянуть на проблему и найти конструктивные методы ее решения.

Так, когда же необходимо вести ребенка к психологу?

Круг проблем, на которые родителю стоит обратить внимание, довольно широкий, он зависит от множества факторов:

- возраст ребенка;
- состав семьи;
- атмосфера в семье;
- частые простудные заболевания ребенка и т.д.