



Зачем обращаться к психологу?

Если у Вас заболело ухо — вы идете к отоларингологу; если заболело сердце — к кардиологу; если зуб — к стоматологу.

А почему, если болит Душа (психика), то немногие обращают на это внимание? Порой бывает, что всю жизнь человека мучают негативные мысли, страхи, неуверенность и т.д., а он так и не понимает, что с этим делать. И живет без радости, без смысла, без наполненности.

Гнев, раздражение, апатия, зависть, обиды, потеря смысла жизни, самообвинение, неверие в себя, одиночество, горе, печаль, утраты, зависимости, обвинения других, неудовлетворенность собой, отношениями и жизнью - вот лишь немногие из симптомов, говорящие о том, что Душа болит.

Лечение Души — это дело психолога.

Психологическая помощь – это совместная работа психолога и клиента. Клиент — это человек, обратившийся за помощью к психологу.

При этом клиенту отведена активная роль - открыто говорить о своих переживаниях и прилагать усилия для понимания специалиста.

Профессиональный психолог не дает готовых советов!

Обратившемуся за помощью человеку он создает условия для самостоятельного поиска выхода из сложной ситуации, опираясь на опыт, ценности и ресурсы клиента.

Психолог поможет клиенту:

- увидеть другие стороны его жизненной ситуации и реакции на них;
- установить связь между чувствами и поведением, между событиями прошлого и настоящей жизнью;
- привести к пониманию того, что обычно ускользает от его взгляда;
- выбрать новые средства самопознания, самопринятия.

Таким образом, через погружение во внутренний мир и диалог, клиенту постепенно откроются новые перспективы решения его проблем.

