



*Nie taki diabeł straszny, jak go malują, czyli*



*dłaczego psycholog szkolny nie musi być taki straszny?*



### *1. Jaką jest rola psychologa w szkole?*

Czy rzeczywiście jest tak, że gdzie diabeł nie może, to do szkoły psychologa pośle? Nie koniecznie, ponieważ psycholog, który lubi dzieci i młodzież, to sam się tam „pcha”. Tak więc, rodzi się pytanie: po co się tam „pcha”?

Między innymi dlatego, że młody człowiek w okresie dorastania pozbawiony mądrej asysty dorosłego w swoim rozwoju gubi się we własnych emocjach, nie potrafi zbudować stabilnej tożsamości, obawia się bliskości z drugim człowiekiem oraz jest przerażony odpowiedzialnością za własne decyzje i wybory. Też dlatego „się pcha”, ponieważ coraz więcej młodych ludzi już od wczesnych lat swojego życia leczy się farmakologicznie i jest bywalcami gabinetów psychoterapeutycznych. A rodzice obsesyjnie dążąc do sukcesu zawodowego, powiększenia dóbr, uzyskania upragnionej pozycji społecznej, czy też tworzenia kolejnych związków, nie zauważają problemów swoich dzieci, a jak nie mogą już ignorować ich cierpienia, to oddają je do „naprawy” (choć tak wiele zależy od rodziców i dobrych zmian, jakie mogliby wprowadzić do swojego życia i życia swoich dzieci).

### *2. Dobry psycholog, to jaki?*

**Dobry psycholog to człowiek, który po prostu lubi oraz szanuje ludzi i, przede wszystkim, nie boi się ich i ich problemów.**

**Nie wolno mu zapominać**, że pracuje niejednokrotnie z człowiekiem pogubionym w swoim życiu, skrzywdzonym i cierpiącym, który ufa swojemu psychologowi, że ten będzie się starał kompetentnie pomóc i nie zaszkodzić.

**Dobry psycholog to profesjonalista dość wąsko wyspecjalizowany, a nie osoba znająca się na wszystkim.** Kompetentny psycholog ma odwagę przyznać się, że są obszary w praktycznej psychologii, w których może nie być skuteczny i kieruje klientów do specjalistów w danej dziedzinie.

**Skuteczny psycholog jest spójny w tym, co mówi, robi i czuje.** Z kolei, problemem nieskutecznego psychologa nie jest to, że ma on trudności czy wątpliwości, ale to, że ich nie chce sobie uświadomić i przepracować do tego stopnia, aby nie zaburzały one jego pracy z klientem.

### ***3. Mity i stereotypy na temat psychologa i pomocy psychologicznej***

Niestety nadal wśród młodych osób (jednak nie tylko) funkcjonuje wiele nieprawdziwych przekonań na temat psychologów i pracy psychologicznej z drugim człowiekiem. Niektóre z nich to:

- *psycholog pracuje tylko z chorymi psychicznie*
- *tylko ludzie słabi korzystają z pomocy psychologicznej*
- *psychologowie to ludzie, którzy ciągle analizują zachowania i wypowiedzi innych nadając im określone znaczenie*
- *psycholog to zawsze człowiek z problemami*
- *nie ma normalnych psychologów*
- itd. ...

**Psycholog pracuje przede wszystkim z drugim człowiekiem**, ale obszary jego pracy psychologicznej mogą być bardzo zróżnicowane. Narzędziami tego warsztatu pracy są przede wszystkim **wiedza, umiejętności oraz właściwa postawa wobec drugiego człowieka**. Ta właściwa postawa to, przede wszystkim, wrażliwość, uwaga oraz otwartość na pytania i problemy, z którymi przychodzą inni. A szacunek do drugiej osoby wymaga najlepszego korzystania z posiadanej wiedzy (!)

**Najczęstszą (choć nie jedyną!) formą pracy psychologa szkolnego jest poradnictwo psychologiczne, które jest oferowane osobom zdrowym**, doświadczającym problemów życiowych, trudności przystosowawczych i kryzysów rozwojowych (a mogą to być trudności dolegliwe, jednak nie powodujące zawsze dużego cierpienia).

Czasami poradnictwa mogą potrzebować uczniowie rozpoczynający naukę w liceum, ponieważ trudności i sytuacje kryzysowe występują również wówczas, **gdy ludzie doświadczają zmiany życiowej**. A zmiany te właśnie mogą wynikać, na przykład, z podejmowania nowych ról, zadań i wchodzenia w nowe środowiska nauki, pracy, inne miejsca zamieszkania. Niejednokrotnie efektem tego może być poczucie przeciążenia i przeżywa wątpliwości w stosunku do własnej skuteczności i samodzielności czy poradzi sobie samodzielnie.

#### 4. Czy psychologia daje nadzieję na szczęśliwe życie?

Może trudno ją uznać za źródło szczęścia, ale niewątpliwie pozwala żyć pełniej i głębiej. A przez to niejednokrotnie otwiera nas częściej na ból i cierpienie. A właśnie w tym możemy lepiej poznać siebie i drugiego człowieka.

*Największa satysfakcja w zawodzie psychologa pojawia się wówczas, gdy klient przychodzi i mówi, że już go nie potrzebuje, bo jest lepiej i wie jak dalej samodzielnie tworzyć własne szczęście. I tego właśnie chciałabym najbardziej w swojej pracy, aby jak najczęściej młodych ludzi, po okresie wspólnej pracy, przychodziło pewnego dnia i mówiło, że moja rola w ich życiu się skończyła, ponieważ oni sami potrafią czuć się prawdziwie szczęśliwi.*



Pozdrawiam i zapraszam na rozmowy psychologiczne na korytarzu....

Elżbieta Pieńkowska – Wasz psycholog szkolny