

## Який ти, сучасний, успішний психолог?

Дитячі мрії... Легкі, сміливі, чисті... Пригадую, у дитинстві я мріяла стати і вихователем, дитячого садка, і вчителем, і лікарем... А вже по завершенню 9 класу, напевно, об'єднала цих дві мрії в одну – хочу бути психологом – лікарем людських душ (бо ж «*psuhe*» з грецької «*душа*»)... А тут ще й у друзів «розв'язався мішечок життєвих проблем»: щось підкажи, щось порадь, там заспокоюй, там просто вислухай... Саме тоді від товаришок почула: «*Так ти ж природжений психолог!*».

Довелося серйозно задуматись, якими рисами маю володіти, які знання будуть потрібні, чи вистачить життєвих сил і бажання вислуховувати, бачити негативні переживання людей, радіти їх успіхам, досягненням?... Чи швидко втомлюватимусь від інтенсивного спілкування, адже воно буде займати основну частину мого життя в якості професійного обов'язку?...

За опитуванням самих професіоналів, найважливішою особливістю успішного майбутнього психолога є *інтерес і повага до Людини*. Так, саме Людини з великої літери. Мається на увазі щира зацікавленість у тому, як влаштований внутрішній світ особистості, щире бажання розібратися в хитросплетіннях людської психіки. Така собі здорова цікавість: а як же вона влаштована – Людина? Людина, інша, ніж ти сама. Такий інтерес мало піддається розвитку, він або є, або його немає. Іншими словами, можна говорити про альтруїзм, людинолюбство, гуманізм.

Ще одна важлива якість - *толерантність*. Це терпимість до іншого, готовність приймати різні прояви поведінки людей без осуду і роздратування. Адже психолог працює з різними людьми, при цьому для ефективної роботи дуже важливе безоціночне прийняття людини.

Третьою було названо таку якість, як *гнучкість і адаптивність*. Якщо ви легко пристосовуєтесь до нових умов, якщо ви вмієте визнавати свої помилки і швидко змінювати свою поведінку залежно від ситуації, то ви володієте однією з професійно важливих для психолога якостей.

Майбутньому психологу необхідна і *сенситивність*. Інакше кажучи, чутливість. Якщо ви добре відчуваєте настрій іншої людини, вмієте здогадатися

про її потреби, відчуваєте біль і радість близьких як свої власні, значить, вам притаманна ще одна важлива якість.

Серед інших рис були також названі такі, як *вміння ясно виражати свої думки і вміння чути та розуміти іншого*. Адже психолог багато спілкується з людьми. Названо було і *вміння керувати власними емоціями*. Справді, складно собі уявити нестриманого, вибухового, вкрай імпульсивного психолога. Всі ці вміння, в принципі, піддаються розвитку, було б бажання.

Оце розмірковую про якості професіонала-психолога і бачу перед собою людину, яка, за моїми свідомими чотирнадцятилітніми спостереженнями, має і щоденно виявляє такі риси, як любов до людей і бажання допомагати їм, терплячість, оптимізм, підприємливість, життєву кмітливість... Це я про свою МАМУ... Мені здається, що вона по життю психолог... До речі, і мама також підтримує мою мрію-бажання стати професійним психологом. Хоча попереджає мене про складнощі такої емоційно важкої професії.

Я теж десь читала, що *основна складність роботи лікаря людських душ - це ризик емоційного вигорання*. Адже так чи інакше психолог включається в долю і життя кожної людини, пропускає її ситуації і проблеми через себе. Цей ризик не варто недооцінювати.

Ще один аспект... Психолог, на відміну від фахівців інших галузей, також повинен мати свій, неподібний, індивідуальний, особистісний досвід. К. Роджерс називає такий досвід «постання собою», «свобода бути», «мужність бути», «учіння бути вільним»...

Безумовно, всі професійно важливі якості я можу оцінити сама в себе (до речі, це буде ще однією перевіркою, адже психолог повинен дуже добре знати свої власні можливості та обмеження)...

Таки я хочу стати психологом... А своєму першому клієнтові (самій собі) зроблю позитивну установку на впевненість щодо випробування зовнішнім незалежним оцінюванням!