Автор: Analis
21.08.2010 22:37 -

Разберитесь, что вы хотите
Работать психологом мечтают многие, но представляют это нередко так: "Я буду помогать людям. Буду встречаться с хорошими людьми, разговаривать с ними по душам и расти вместе с ними, как личность". За это вам денег платить не будут. Все сложнее, и трудности начнутся с учебы "на психолога", она не проста и не всегда интересна. Обычно вузовская подготовка привлекает первые 1,5-2 года, последние три курса большинству учеба перестает нравиться: повторы, теория, непрактичные знания. Далее, на кого вы собираетесь учиться? Если на психотерапевта, то после окончания вуза без опыта работы вас скорее всего возьмут на мизерную зарплату в СОБЕСе для бесед с людьми, у которых что-то не складывается в жизни . Однако психолог — это не обязательно психотерапевт, и совсем не обязательно замыкать себя на помощи людям с душевными трудностями. Возможно, вы захотите консультировать людей с нехваткой житейского опыта в семейных отношениях или в воспитании детей, это не психотерапия, а консультирование. А может быть, вас привлечет работа коуча — это другой формат и навыки. В любом случае вы должны знать: существует четыре основные школы или направления в практической психологии: НЛП, психоанализ, гештальт-подход и синтон-подход. Они разные, и специалисты одного подхода часто не понимают специалистов другого. Чтобы определиться, встречайтесь с представителями этих школ, беседуйте, приглядывайтесь, ищите свое.
Присмотритесь к работе с группой
Если вы человек талантливый и успешный, то я рекомендую вам присмотреться к групповой психологической работе. Работа с группой — живее, ярче и богаче, чем работа индивидуальная, с одним человеком. Если говорить не о интересе для вас, а о эффективности в плане результата, то и здесь групповая работа часто имеет преимущество перед работой индивидуальной. Конечно, здесь тоже много вариантов: группы могут быть большие и малые, группы психотерапевтического или бизнес-формата, есть тренинги личностные, есть тренинги конкретных навыков. В любом случае это действительно интересная работа. Какие тренинги вести интереснее всего? Обычно самые увлеченные тренеры — те, кто ведет личностные тренинги. Другое дело, что качественно вести личностные тренинги могут психологи самой высокой квалификации, и учиться здесь нужно очень многому.
Вам нужны: профессионализм, интеллект и здоровье
Многим кажется, что для работы психолога достаточно быть хорошим, добрым человеком, уметь выслушивать и сопереживать людям. Нет. Умение понимать и чувствовать людей у вас должно быть обязательно, но оно не заменит вам ни настоящего профессионализма, ни хорошего интеллекта. У хорошего психолога должна быть очень хорошая голова, прекрасная память, быстрое и четкое логическое мышление — хотя бы для того, чтобы изучать много сложной профессиональной литературы. А чтобы стать профессионалом высокого уровня, необходимо еще и трудолюбие, то есть крепкая попа и такое же крепкое здоровье. Работа тренера-психолога связана с большими физическими нагрузками, поэтому нужно приучить себя вести здоровый образ жизни, вовремя ложиться спать. Если у вас расстроится сон и начнет "плавать" настроение, на фоне больших физических нагрузок и эмоционального напряжения может начаться и депрессия... Итого: ведите здоровый образ жизни, берегите здоровье.

Это важно.

Изучайте отношение окружающих к вам

Сможете ли вы стать психологом, тем более психологом-тренером, выяснить достаточно просто — присмотритесь к тому, как к вам относятся люди. Уважают ли вас близкие, какие у вас отношения с родственниками: с мамой, с братьями и сестрами? Часто ли с вами советуются друзья или родные? Ценят ли вас коллеги и руководство? Если вы студент и у вас пока что нет шефов и коллег, кто вы на уровне студенческой группы: лидер или аутсайдер? Хорошими тренерами, ведущими психологические группы, становятся лидеры, люди авторитетные в конкретной команде или группе. Подумайте, есть ли у вас опыт руководства группами или командами? Например, если вы ходили в походы, были ли вы там успешны, были ли лидером? Участвовали ли вы в КВН и были ли при этом капитаном команды? Если да, то у вас есть успешная база и опыт руководства группами. Тогда вам что-то светит. Если у вас такого опыта нет, сначала создайте его, а потом идите в психологи. Аутсайдер, получивший психологическое образование и работающий с другими аутсайдерами, это недоразумение, а не психолог. "Сапожник без сапог" едва ли может считаться профессионалом. Начните с собственной успешности, только после этого вы получаете моральное право чему-то учить окружающих.

Проверьте себя в деле

Лучший способ убедиться, что работа психолога вам подходит — проверить себя в деле. Это возможно. В "Синтоне", например, вы можете, приложив некоторые усилия, стать куратором — помощником ведущего. Куратор не ведет большие тренинги, но помогает в маленьких занятиях, работает с малыми группами в 5-10 человек, где происходит усвоение и отработка материала, который давал на основном тренинге ведущий-мастер. К работе куратора не допускают любого, здесь тоже обязательна учеба. Она вполне посильна, а результат привлекателен. Работая в роли куратора, вы познакомитесь с групповой динамикой, научитесь управлять вниманием группы, выступать перед людьми, презентовать себя, быть внимательным к людям, выруливать из сложных ситуаций. Вы получите бесценный опыт работы тренера-психолога. А главное, определитесь, можете ли вы и хотите ли вы стать тренером.

Начните карьеру с бизнес-тренингов

Бизнес-тренинги — это интересно. Заинтересуйтесь ими хотя бы в связи с тем, что бизнес-тренеры лучше всех зарабатывают. Это востребованная отрасль нашей профессии, и освоить ее легче, чем личностные тренинги. Но здесь особенно требуется реальный деловой опыт и ваша деловая успешность. Это не то же самое, что психологическое образование. При приеме бизнес-тренера на работу определяющими являются опыт успешного бизнеса или профильной работы в успешной компании. В любом случае, если вы учите продажам, вы сами должны уметь классно продавать. Самые стандартно-востребованные тренинги — тренинги продаж: на их проведении можно жить безбедно. Но здесь есть опасность, тренинги продаж — однообразная работа, которая по прошествии лет четырех может стать рутиной: пришел, отработал, не включая голову и душу, и все. Происходит профессиональное выгорание, а участникам тренингов важно чувствовать в тренере энергию. Поэтому важно заботиться о своем интересе к работе, вносить разнообразие, например, осваивая личностные тренинги.

Приготовьтесь учиться после вуза

В каком бы вузе вы ни учились, после получения базового психологического образования вам придется учиться еще несколько лет, осваивая конкретный стиль

практической психологии. Этому, обычно, не учат в вузах, а вам нужно будет освоить: или НЛП, или психоанализ, или гештальт-подход, или синтон-подход... Лучше всего, получая высшее образование, параллельно учиться работе тренера в авторитетных тренинговых центрах. На мой взгляд, в Москве есть три хорошие тренерские школы: школа бизнес-тренеров Жанны Завьяловой, центр "Класс" Леонида Кроля и "Тренинг тренеров" Ольги Паратновой в Тренинг- центре "Синтон". А пройдя тренинг тренеров, приготовьтесь учиться в "Мастерской ведущего", чтобы после нее еще много лет затачивать свое мастерство под руководством мастеров. Поймите главное: работать психологом, значит учиться всю жизнь.