Автор: admin
05.11.2011 17:40 - Обновлено 31.10.2014 13:53

Почему просят совета у друзей?

Наверное, не раз вы попадали в положение, когда знакомые просили у вас совета - как поступить в той или иной ситуации? И вы добросовестно пытались вникнуть в проблему и чем-то помочь.

Или лучший друг (подруга) среди ночи звонил (а), чтобы поделиться с вами своими проблемами и спросить: что делать? Честно пытаясь понять, о чем собственно речь, и одновременно не заснуть, вы два часа сидите с трубкой у уха. А когда пробуете дать совет, который от вас и ждали, в ответ слышите, что ничего не поняли, и вообще вам, наверное, все это неинтересно.

Даже если совет и был с благодарностью принят, сколько из ваших знакомых ему последовало? А сколько, последовав и разочаровавшись в результате (то есть не получив того, чего втайне желали), обвинили вас в нечуткости, или вообще в преднамеренно неправильном совете? Хорошо, если такого не было. Тогда вас можно назвать счастливым человеком. Ну, а если было? Вы корите себя, что влезли в чужую жизнь (забывая при этом, что вас буквально умоляли об этом), появляется чувство вины. Согласитесь, не такое редкое явление?

Так надо ли давать советы друзьям и знакомым? Сопереживание, хорошо это или плохо? На Западе человек, попадая в сложную ситуацию, идет к психотерапевту. А у нас - к лучшему другу. Так в чем же разница?

Психотерапевт, как правило - профессиональный психолог, который, выслушав вас, дает консультацию, основываясь на строго научных, проверенных временем методиках. Причем как человек, он может придерживаться прямо противоположного мнения, а как врач обязан дать рекомендацию, которая, прежде всего, не навредит пациенту.

Друг, у которого вы просите совета, не профессионал, и руководствуется, прежде всего, своим мнением, основанным на личном опыте и понимании, что хорошо, а что плохо. Мнение это субъективно и в немалой степени зависит от отношения лично к вам. Тогда как психотерапевт объективен. (По крайней мере, должен быть). Вы, наверное, и сами замечали, что с незнакомыми людьми проще говорить, чем со знакомыми. С человеком, которого видишь первый раз, и вряд ли увидишь еще, проще разговаривать, и открыть ему какие-то свои тайны. Я не говорю, что это происходит всегда, но такое, все же, не редкость.

Так почему же мы вынуждены выслушивать чужие проблемы, не являясь ни профессионалами, ни психологами? Тут, на мой взгляд, играет большую роль то, что мы

всегда рядом, а те друзья, что обращаются к нам, привыкли перекладывать свои проблемы на других, не задумываясь, нужно ли это. Для них такого вопроса нет. Привычка к тому, что все должны им помогать и оберегать, скорее всего, заложена с детства. Такие люди подобны вампирам, им главное удовлетворить свой голод, в данном случае голод общения, а как мы чувствуем себя, им неинтересно. Кстати, большинство таких людей не будут следовать вашим советам, им достаточно уже того, что их выслушали.

И что же делать? Оттолкнуть не позволяет воспитание, постоянно выслушивать и вникать - нет сил. Пытаться просто не слушать - будешь обвинен в нечуткости и черствости! У меня нет ответа. Сам стараюсь, по мере сил, выслушать и помочь. Но иногда так и хочется «послать» всех к… психотерапевту или психиатру. Кстати, разница между психотерапевтом и другом еще и в том, что психотерапевт получает деньги за свою работу, а друг все делает бесплатно. Может, в этом и причина, почему чаще обращаются к друзьям? Экономия!

Я не психолог, и не претендую на это звание. Просто решил поделиться с друзьями своими проблемами. Правда, не по телефону, и не в два часа ночи, но это дело поправимое, оставляйте свой номер, и я обязательно вам позвоню! Не хотите? И правильно!

Автор - **Олег Борисов**

Источник