



De ce mergem la psiholog?

În viața fiecărui om există momente dificile, perioade mai lungi sau mai scurte de timp în care simțim că ne este foarte greu. Un psiholog nu poate singur să ne rezolve problemele, dar ne poate ajuta să ne privim viața și dintr-o altă perspectivă. De asemenea, psihologul ne poate ajuta să ne cunoaștem mai bine. Destul de multă lume încă face confuzie între un psiholog și un psihiatru, între ceea ce poate face unul și ceea ce poate face celălalt. Psihiatrii sunt cei ce pot prescrie medicamente care ajută la tratarea simptomelor. De foarte multe ori, o problemă, un conflict emoțional duce și la manifestări fizice, chiar la boală. Psihiatrul, de obicei în astfel de situații, prescrie medicamente. Psihologul este interesat de ceea ce stă la baza disconfortului emoțional sau fizic, încercând să rezolve problema dezechilibrului psihic care duce la astfel de simptome.

El lucrează la rezolvarea conflictului astfel încât starea sufletească de bine să fie instalată. În acest fel, dispar și manifestările fizice ale disconfortului psihic. Deși cele două profesii sunt diferite, există totuși multe situații în care colaborarea dintre psiholog și medicul psihiatru este foarte importantă pentru persoana care solicită ajutor.

Psihologul te ajută să înțelegi comportamentele copilului în diverse situații, să îi folosești imaginația și creativitatea constructiv, să-i îmbunătățești performanța școlară, să dezvolți comunicarea cu el și cu cei din jurul lui, să-i descoperi hobby-urile/aptitudinile, să-i modelezi caracterul, să-i adaptezi temperamentul la cerințele mediului și multe altele.