

Na závěr již zaslaných podkladů a zejména pro inspiraci i pro kohokoliv kdo bude pracovat v rámci tzv.pomáhajících profesí

Jak zvolit dobrého poradenského psychologa

upraveno z knihy T.N. Testy osobnosti 2, Praha, Grada 2005

Instrukce

Zvažte dojem, který ve vás zanechal úvodní rozhovor s psychologem nebo informace o takovém rozhovoru od vašich důvěryhodných známých. Odpovězte buď ano souhlasím, je to tak nebo ne, není to tak, psycholog jednal jinak, než je uvedeno v položce. Za každý souhlas je jeden bod.

Test

Psychologovi je rozumět. Neužívá příliš cizích slov.

Psychologovi zjevně záleží na tom, abyste mu porozuměli. Ověřuje si to dotazem.

Po celé sezení nemluví jen nebo převážně psycholog.

Psycholog po celé sezení neřekne nic jasně. Slyšíte od něj jen: Hm, povězte mi o tom víc. Předchozí věta pro vašeho psychologa neplatí. Odpověď Ano = ano, neplatí.

Někdy mluví, jindy mlčí. Naslouchá vždy.

Pokud se zmíní o svém osobním problému, je jasné, že jej má již vyřešený.

Má o vás zájem, ale nekoketuje s vámi.

Pokud s ním či s ní koketujete vy, zvládne to vlídně leč jasně. Žádný sex. Odborně se tomu říká nepoužívá neetické postupy. Ano = nepoužívá.

Dá vám najevo, pokud je přesvědčen, že jste udělali chybu, ale nikdy vás neodsuzuje.

Dokáže říci nevím, tomuto nerozumím. Zároveň hledá a doporučí někoho, kdo tomu rozumí.

Potřebujete se rychle poradit. Psycholog si na vás udělá čas, i když nejste objednaní.

Pomůže vám zformulovat řešení, ale neprosazuje je.

Nedá najevo zklamání, pokud jste jednali jinak než bylo domluveno. Ano = nedá najevo.

Probere s vámi co se asi stane, pokud budete jednat tak nebo onak.

Není agitátor pro vlastní přesvědčení, životní styl, náboženské či politické přesvědčení. Ano = není agitátor.

Byl jsem tam dvakrát a vždycky mně jen posadili na chodbu a nechali mě vyplňovat testy. Tato věta nevystihuje to, co se děje. Ano = nevystihuje.

Pokud psycholog použil testy, vždy s vámi probral jejich výsledky.

V doporučeních, pokud to jen trochu jde, dává přednost domluvě a kompromisu před bojem.

Vždy respektuje vaši osobnost, názory a postoje.

Má přehled o osobách a institucích, kam se lze při řešení vašich problémů obrátit.

Nežárlí, naopak podporuje, pokud se chcete poradit i s někým jiným.

Jeho z míry nevyvedete, i když řeknete cokoli. Ano = nevyvedete.

Občas se spolu i zasmějete.

Je-li muž, má k ženám kladný postoj. Pokud je žena, nepovažuje muže za nepřírozená zvířata.

Docela by bylo příjemné, kdyby podobný člověk byl vaším sousedem.

Bývá k zastížení... přinejmenším v dohodnutém termínu.

Pokud domluvená konzultace pro jeho jiné zaneprázdnění odpadne, učiní vše, aby vám to dal předem najevo.

Svého psychologa byste bez obav doporučili někomu, na kom vám hodně záleží.

Je to člověk, jemuž lze věřit.

Má jakousi jiskru, šarm. Jak se říká žádná mouka.

Má přehled o běžných cenách, příjmech, dávkách. Ví, jak asi běžní lidé žijí.

Nezdůrazňuje, jak všude byl, vše viděl, jaké má úspěchy a významné kamarády. Ano = nezdůrazňuje.

Rozumí vám.

Rád vás vidí.

Dozvim se od něj něco nového, i když na to nové přicházím sám.

Vyhodnocení

0-10 ano

Je to vůbec psycholog? Jisté je jen to, že nejde o zvěrolékaře. Ti jsou na své pacienty vlídní.

11-20 ano

Psycholog to asi je. Nelze vyloučit, že jste vůči němu hodně kritičtí. Tomu se říká záporný přenos. Dotyčný to může schytat za některou z významných osob vašeho dětství. Nicméně budoucí spolupráci v rámci poradenství nevidím příliš nadějně. Nebojte se říci ne a hledat jiného psychologa.

21-30 ano

Svým způsobem přijatelný výsledek. Hodně záleží i na vaší osobní citlivosti. Určité záležitosti někomu vadí méně a jinému více, pro třetího mohou být nesnesitelné. Psychologů je v Brně dost. Ne každý z nich je pro vás ten nebo ta nejlepší.

31-35 ano

Tak to má být, i když i zde platí i bezprostředně předcházející řádky.