УДК 159.923

П. В. Трушкина,
факультет психологии и педагогики,
Омский государственный педагогический университет
Научный руководитель: д-р филос. наук, доц. А. Н. Ильин

Мифы и их влияние на представления клиентов о профессии психолога

Аннотация. В статье рассматривается проблема искаженного восприятия профессии педагога-психолога в общественном сознании и медиапространстве. Приводятся мифы и стереотипы о деятельности психолога, такие как «чтение людей насквозь», позиция «Бога» или «волшебника», дающего универсальные советы. На основе анализа современных исследований мифологизированным представлениям противопоставляется реальная модель профессиональной деятельности, включающая глубокую научную эрудицию, методологическую строгость, владение цифровыми компетенциями, стрессоустойчивость и непрерывную рефлексивную практику. Делается вывод, что мифы о профессии являются системной проблемой, осложняющей терапевтический альянс, искажающей профессиональное самоопределение и создающей риски эмоционального выгорания специалистов.

Ключевые слова: педагог-психолог, профессиональные мифы, стереотипы, имидж профессии, медиаобраз, профессиональная компетентность, этические нормы, рефлексивность, профессиональное выгорание.

Профессия психолога предъявляет особые требования к личностным качествам специалиста. В общественном сознании и медиапространстве сформировался ряд устойчивых стереотипов и мифов о характере, поведении и деятельности психолога, которые зачастую существенно расходятся с реальными профессиональными требованиями и практикой. Эти упрощенные представления влияют как на ожидания клиентов, так и на будущих специалистов, формируя искаженный образ профессии в их сознании [3].

В представлении некоторых людей, не являющихся клиентами психолога, последний «просто разговаривает», а не ведет беседу по протоколу, собирая анамнез, «просто задает вопросы», а не проводит диагностику состояния проблемы или самочувствия клиента [2]. Эти люди ожидают от специалиста «дружеского совета», но многие из них не понимают, что психолог не дает советов в своей работе. Специалист дает рекомендации, инструментарий для самопомощи, отслеживает с клиентом прогресс и регресс в совместной работе и видоизменяет план коррекции согласно результатам сессий. Более того, в процессе работы формируются запрос и цель, а также существуют договоренности и обязательства между психологом и клиентом.

В отдельных случаях клиент видит психолога как заместителя родительской фигуры (иногда очень строгой и критикующей, а иногда всецело принимающей и дающей любовь безусловно), способного быстро решить любую проблему магическим советом, либо как строгого «диагноста-критика», выносящего «диагнозы» [6]. Порой в произведениях, иллюстрирующих этот миф, психолог занимает позицию «Бога» или «Вершителя судеб». Таким примером служит персонаж Артем Стрелецкий в сериале «Триггер». От серии к серии мы наблюдаем демонстрацию его инновационного метода провокативной психологии, в котором он переходит любые этические границы в отношении клиентов — и даже в моменты, когда клиент не соглашается с теми задачами, которые ставит перед ним психолог, Стрелецкий не прекращает свою работу. Одна из героинь сериала, Дарья, открыто говорит Стрелецкому, что у него комплекс «Бога». Это очень эффектное, но в то же время опасное представление психолога как всемогущего гения. Такое видение профессии может сформировать нереалистичные ожидания у начинающих специалистов, завышенные требования в отношении себя и своей профессиональной деятельности у практикующих специалистов, а также, банально, вызвать страх по отношению к работе с психологом у потенциальных клиентов [3; 4].

Многие публичные люди в своих блогах, позиционирующие себя как психологи или коучи, пред-

© Трушкина П. В., 2026

лагают крайне упрощенные короткие инструкции о том, как именно нужно проживать определенные жизненные ситуации, кризисы и состояния. При этом советы могут затрагивать совершенно разные сферы жизни — от «как получить повышение при помощи НЛП-техник» до «как выйти из депрессии уже завтра». Такой контент формирует в сознании читателей блогов миф о быстрых и простых решениях сложных психологических проблем, сводя работу специалиста к раздаче универсальных советов.

Также мифологизируют профессию психолога книги и статьи в популярных изданиях, посвященные «диагностике» характера окружающих или самого читателя по невербальным признакам или речи. Такие материалы, часто упрощенные, создают впечатление, что психолог — это «рентген», который ищет в людях патологию или скрытые мотивы, а не сотрудничает для поиска решений [2; 6]. Это может снижать уровень доверия у клиентов к стандартизированным методикам, достоверность которых подтверждена многочисленными исследованиями. В действительности эффективная помощь — это длительный процесс совместной работы, а не раздача готовых инструкций к жизни.

Существует миф, что личность психолога должна быть идеальной. Подобный миф подкрепляют некоторые интервью с известными психологами в журналах или блогах, где акцент делается на их безупречной гармоничной жизни и универсальных советах для всех [6]. Такой посыл формирует миф о том, что сам специалист не сталкивается с кризисами, и создает нереалистичные ожидания и давление на самих специалистов и их клиентов. Между тем, ключевым профессиональным качеством является именно рефлексивность — способность осознавать свои ограничения, эмоциональные реакции, проекции и защитные механизмы и непрерывно работать над своим профессиональным и личностным развитием [2; 4; 5]. Наличие собственных трудностей не ставит под сомнение компетентность психолога, если он умеет их профессионально преодолевать, в том числе с помощью супервизии или личной терапии.

Таким образом, мифологизированный образ психолога, тиражируемый в медиа, часто акцентирует лишь внешние атрибуты профессии, игнорируя сложный комплекс профессиональных знаний, навыков и этических норм. Мифы о профессии психолога — это не просто набор безобидных заблуждений. Они представляют собой системную проблему, искажающую профессиональное самоопределение, осложняющую терапевтический альянс и создающую предпосылки для выгорания специалистов. Реальность профессии педагога-психолога — это синтез глубокой научной эрудиции, методологической строгости, высокой стрессоустойчивости и непрерывной рефлексивной работы над собой.

1. *Вишняков И. А.* Профессиональная компетентность педагога-психолога: структура и условия развития // Психология в образовании. — 2023. — № 3. — С. 22–35.

2. *Волохова В. И., Солоницына М. А., Семешина Д. Т.* Качественный и количественный анализ распространенности мифов о психологах // Развитие человека в современном мире : материалы V Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием / под ред. Н. Я. Большуновой, О. А. Шамшиковой. — 2014. — С. 169–175.

3. *Гоголева Л. О., Баранов А. А.* Социальные мифы старшеклассников о профессии «психолог» // Исследование различных направлений развития психологии и педагогики : сб. ст. междунар. науч.-практ. конф. / отв. ред. А. А. Сукиасян. — 2015. — С. 51–57.

4. *Носова Н. В., Цатурян М. О., Яблокова А. В.* Представления современных школьников об идеальном учителе // Проблемы современного педагогического образования. — 2023. — № 78-3. — С. 286–288.

5. *Рыжкова Н. Ю., Куваева И. О.* Особенности осознанной саморегуляции поведения и жизнестойкость у практикующих психологов // Вестник Омского университета. Сер. : Психология. — 2025. — № 3. — С. 39–48.

6. *Саенко Ю. В., Бюндюгова Т. В.* Формирование имиджа психолога на основе мифов, связанных с его профессией // Известия высших учебных заведений. Северо-Кавказский регион. Общественные науки. — 2006. — № S1. — С. 112–123.