



ПРОГРАММА НАСТАВНИЧЕСТВА
для психологов и помогающих практиков

Модуль «Мастерство»

Часть 1



**Кризисы в профессии
и синдром самозванца**

1-2 года в профессии



Что делать? Где искать клиентов? Много тревоги, страха и растерянности, у некоторых есть энтузиазм, деньги важнее сути.

Сложно видеть клиента как отдельную личность. Очень сильный фокус на собственных ощущениях, страхах, желание быть самым умным.

Сложные темы – проблема, иногда и вовсе избегаются.

Синдром самозванца здесь: **да кто я такой, чтоб к людям приближаться?**

3-5 лет в профессии



Поиск своего пути, ролевых моделей, отстройка от остальных.

Формирование собственного стиля, здесь прибавляется удовольствие от работы, иногда есть требование к себе на идеальность или к клиентам.

Большой интерес на отношения с клиентом.

Синдром самозванца здесь: **может я хуже всех? может я не так уж и хорош? а может психология это вообще не моё?**

5-7 лет в профессии



Поиск новых смыслов, возможна смена модальности или технического арсенала в рамках одной модальности.

Желание работать с особыми клиентами, желание масштабирования, некоторые здесь пишут диссертации или качают блоги или возглавляют РО в своей ассоциации, короче, нужны новые звезды на погонах.

Опасность выгорания.

Здесь самозванец орёт, что **ты недостаточно выкладываешься, другие вон че, а ты че!**

7+ лет в профессии



Опасность выгорания.

Здесь очень поможет делиться своими знаниями, **растить кого-то**, супервизировать или преподавать.

Опасность не видеть клиента, а подгонять под успешные кейсы из прошлого.

Самозванец чаще молчит, но если поднимает голову, то бубнит что-то типа: **а вдруг это всё бессмысленно и вся эта ваша психология ерунда полная?**

10+ лет в профессии



Больше **расслабленности, удовольствия**, но риск выгорания всё еще остается.

Интерес к супер сложным случаям может проснуться.

Самозванец еще реже, но если и да, то: **так ли я хорош как наставник?**

Задание



- ✓ Отследите в какой момент проявляется ваш «самозванец». Какие именно мысли и эмоции возникают у вас?
- ✓ Найдите у себя токсичные убеждения на тему своего профессионализма.