

В КАКОЙ СИТУАЦИИ НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ ЗА ПСИХОЛОГО - ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩЬЮ?

Спектр запросов очень большой, отмечу основные трудности, которые могут стать поводом для обращения родителей к педагогу-психологу:

Сложность взаимодействия родителей с ребенком в периоды возрастных кризисов (кризис 3-х лет, начало школьного обучения, подростковый период, период выбора профессии).

Изменения семейного уклада (развод родителей, новый брак родителей, рождение младших детей в семье, переезд и как следствие смена школы и привычного окружения ребенка, тяжелое заболевание или смерть близкого родственника и пр.).

Затянувшийся детско-родительский конфликт.

Агрессивное поведение ребенка (вербальное (нецензурная лексика, брань и пр.), физическое (драки, причиняет боль животным, сверстникам, младшим детям, рвет книги, ломает игрушки, мебель и др.)).

Низкий уровень саморегуляции поведения и эмоций (неумение контролировать свои эмоции в случае неудач, неуспеха, которое выражается в истериках, плаче, скандалах или наоборот — замкнутости в себе, нежелании разговаривать).

Повышенная тревожность и страхи ребенка.

Проблемы в общении со сверстниками и взрослыми (воспитателями учителями).

Низкая самооценка ребенка.

Отсутствие интересов, нежелание посещать занятия в секциях и кружках.

Не может выбрать профессию и как следствие, учебное заведение для обучения после 9го или 11го класса.

Низкая учебная мотивация (нежелание учиться).

Снижение успеваемости.

Низкий уровень развития познавательной сферы (память, внимание, мышление).

Подготовка ребенка к школьному обучению (в начальной школе, среднем звене).

Особое внимание необходимо уделить следующему:

Резкое изменение поведение (был жизнерадостным, стал замкнутым и молчаливым и пр.).

Самоповреждающее поведение: нарушения пищевого поведения (анорексия и булимия); совершение навязчивых действий (обкусывание ногтей, выдергивание волос и т.п.); порезы себя острыми предметами, царапанье кожи, уколы (булавками, гвоздями, пером ручки и т.п.); самоожоги; злоупотребление алкоголем, лекарственными и другими препаратами.

Суицидальные мысли, которые озвучиваются ребенком.

Обращаться к психологу нужно тогда, когда появляется беспокойство или тревога. Лучше вы услышите после первой консультации «у вас всё хорошо, ребёнок развивается в пределах возрастной нормы», чем запустите проблему так, что справиться с ней будет уже очень сложно. А тревогу должно вызывать любое резкое изменение в поведении ребёнка – был общительным, стал замкнутым, любил гулять, вдруг перестал выходить из дома или наоборот.

Обычно такие внезапные изменения свидетельствуют о том, что с ребёнком что-то происходит, возможно, произошло какое-то психотравмирующее событие, которое необходимо проработать. Психика ребёнка достаточно податлива, поэтому часто детские психотравмы вытесняются в бессознательное, память блокирует это воспоминание, однако их последствия продолжают оказывать влияние на ребенка, создавая проблемы в общении и поведении.

Обязательно нужно посещать психолога в случае, если о психотравмирующем событии известно родителям. Развод, сексуальное насилие, буллинг в школе, участие в судебном процессе – все эти события, безусловно, создают протяжённую стрессовую ситуацию, которая не может не повлиять на развитие ребёнка. Чтобы избежать таких патологических проявлений, как ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство), например, ребёнку необходимо оказать профессиональную психолого-педагогическую помощь.

Существует стереотип, что к психологу обращаться нужно только в том случае, если случилось что-то нехорошее. На самом деле, помимо реабилитационной работы, существует и развивающая, и профилактическая, и коррекционная. Психологи-профориентологи помогают выявить склонности к определённым профессиям, ведущие тренингов могут помочь снизить тревожность, повысить самооценку, научить ребёнка брать на себя ответственность или не бояться публичных выступлений, специалисты по психологии дорожного движения подскажут, как обучать малыша безопасному поведению на дороге и т.д. Большинство психологов могут определить, готов ли дошкольник стать школьником, могут проконсультировать родителей по вопросам возрастных особенностей – какой кризис переживает ребёнок, как ему помочь в этом возрасте, что сделать, чтобы кризис протекал более безболезненно.

Каждый взрослый человек, ставший родителем, однажды стал им впервые. А значит, появилась новая роль, которой невозможно научиться теоретически. Если вы не знаете, как реагировать на поведение ребёнка, вас что-то тревожит, слова ребенка вызывают у вас беспокойство или вы не знаете, как поступить в сложившейся ситуации, смело обращайтесь за помощью к специалисту. Психолог поможет вам справиться с вашими чувствами, а ребёнку – развиваться так, как он и должен развиваться в этом возрасте.

Однако, психолог – не волшебник, он не может «сделать что-то, чтобы ребёнок стал идеальным», но он может помочь родителям выявить причины поведенческих особенностей ребёнка и, отталкиваясь от этих причин, разработать стратегию поведения родителей. Психолог также не может подсказать обратившемуся за помощью, как ему лучше поступить – это не входит в компетенцию психолога, но он может объяснить, какие последствия ожидают человека при принятии ряда решений.

Желаем удачи Вам и Вашему ребенку!