

Когда необходимо обратиться за помощью к педагогу-психологу?

Тревога, приступы ярости, ночные кошмары, ребенок замыкается в себе, не хочет разговаривать, все чаще появляются проблемы в школе или со сверстниками...

Как отличить мелкие трудности от настоящих проблем? Как понять, стоит или нет, беспокоиться или достаточно переждать какой-то период, а может все-таки пора бить тревогу?

Как не ошибиться, предлагая помощь ребенку?

Если повернуть голову назад, лет так на 20-30, то такого понятия, как психолог практически не существовало, но в настоящий период прибегнуть к помощи психолога – это норма.

Не стоит стесняться вести ребенка к специалисту. Это не значит, что вы не смогли справиться сами, это значит, что вам не все равно, и это проявление любви и заботы.

Стоит разобраться, когда же действительно нужна помощь психолога.

В современном ритме жизни, нам сложно замечать малейшие изменения в поведении наших детей, но когда мы видим резкие перемены в их поведении, не владем ситуацией и не можем повлиять на поведение, от которого страдают окружающие, стоит «БИТЬ ТРЕВОГУ!!!»

Важно уметь слышать и понимать своего ребенка, общаться с ним как можно чаще, чтобы избежать ложных тревог.

Помощь и сопровождение детского психолога необходима в таких случаях, как:

- психологическая готовность к переходу на новый жизненный этап (поступление в школу, переход из младшей школы в среднюю, подготовка к экзаменам и переход в среднее или высшее учебное заведение);

- неуверенность в себе, низкая самооценка, застенчивость, замкнутость;

- повышенная обидчивость, ревность, капризы, истерики, агрессивность, упрямство, тревожность, страхи;

- чрезмерная активность ребенка (гиперактивность или расторможенность ребенка);

- невротические привычки неадекватные возрасту ребенка - грызение ногтей, сосание предметов, самоповреждение (селфхарм) и т.д.;

- ребенок долго не может привыкнуть к школе, проявляются плохие отношения с родителями, с педагогами в школе, не свойственные ребенку;

- сложности в учебе: не хочет учиться, не усваивает материал, неразвитость орфографической зоркости, невнимательность, испытывает трудности при решении математических задач, испытывает трудности при пересказывании текста, неусидчив, плохая работа в классе при отличной работе дома, и т.д.;

- конфликты с одноклассниками, отсутствие друзей.

НА ЧТО СТОИТ ОБРАТИТЬ ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ:

1. Резкое устойчивое изменение в поведении.

Ребенок был активным, а стал пассивным и замкнутым, сидит целый день, уткнувшись в телефон. Раньше был широкий круг общения, а остался один друг или никого, ушел в себя, стал неразговорчивым — это серьезные сигналы.

2. Резкие перепады настроения, вспышки агрессии, проявление гнева.

Любое неадекватное поведение — показатель психологического неблагополучия. Совершенно необязательно, что ребенок скрывает что-то от вас: вполне вероятно, он и сам не осознает происходящее.

3. Ухудшение успеваемости, резкое нежелание ходить в школу.

Так может проявляться боязнь учителя, страх насмешек, дискомфорт от ответов у доски или даже боязнь родителей, которые ругают за плохие оценки.

Не стоит самостоятельно решать проблемы или ждать что «пройдет само», а стоит не бояться и обратиться к специалисту.

Педагог-психолог: О.В. Щипанова