

**Муниципальное автономное дошкольное общеобразовательное
учреждение детский сад комбинированного вида 1 «Сказка»**

**Консультация для родителей:
«Детский психолог – кто это и что лечит»**



Подготовила: педагог- психолог МАДОУ д/с1

Апресян Е.М.

Психологические проблемы бывают не только у взрослых, но и у детей. Причем если взрослый человек в большинстве случаев в состоянии объяснить, что с ним происходит, или хотя бы предположить, что стало причиной его глубокой депрессии, плохого настроения или агрессивного поведения, то у самых маленьких может просто не хватить словарного запаса, чтобы передать всю гамму своих чувств и эмоций.

Переводчиком с детского языка на взрослый станет детский психолог. Он поможет определить, есть ли отклонения в развитии или все соответствует возрасту, подскажет, как преодолеть очередной кризис с наименьшими потерями или восстановиться после пережитой психотравмы, как найти общий язык с ровесниками и адаптироваться в новом коллективе.

Познакомимся с этим специалистом поближе.

Детский психолог: особенности профессии



Детский психолог — это специалист, который хорошо разбирается в особенностях психики юных пациентов и закономерностях ее развития. Он

знает, как формируются когнитивные способности (внимание, речь, воображение, память, логическое мышление), эмоционально-волевая сфера ребенка, как кирпичик за кирпичиком складываются его личность, характер, темперамент. В сферу его профессионального интереса входят индивидуальные и возрастные особенности детей, а также то, как все это меняется под действием внешних и внутренних факторов.

Важно отметить, что пациенты детского психолога – это, как правило, психически здоровые малыши или дети, у которых наблюдаются лишь небольшие отклонения в развитии. Тяжелые психические расстройства, их диагностика и лечение – зона ответственности психиатра или психотерапевта. Оба специалиста имеют высшее медицинское образование и право назначать лекарственную терапию и специальный режим для маленьких пациентов. При этом психотерапевт использует в своей практике преимущественно психотерапевтические методы, а медикаменты могут применяться в качестве вспомогательного средства.

Детский психолог же – это специалист, имеющий психологическое образование, не врач. Он оказывает профессиональную помощь и поддержку детям и их родителям, попавшим в сложную с психологической точки зрения жизненную ситуацию.

Что входит в сферу деятельности детского психолога



К основным направлениям деятельности детского психолога можно отнести консультирование, психологическую диагностику, коррекцию и развивающие занятия, а также просветительскую работу.

- **Психологическая диагностика** помогает выявить причины проблем – например, в поведении или эмоциональной сфере, с которыми столкнулся юный пациент, определиться со стратегией их решения, выбрать оптимальные варианты выхода из кризисной ситуации и эффективные меры профилактики, которые позволят избежать повторения в будущем. Диагностические психологические тесты, наблюдение за поведением ребенка и беседы с ним, опросы его родителей дают психологу полное представление о юном пациенте. На основании проведенных исследований специалист может составить подробную психологическую характеристику ребенка, в которой будут отражены особенности его личностных качеств, темперамента, эмоционального состояния, уровень развития когнитивной сферы (внимания, памяти, мышления), способность управлять своим поведением и т. д.

- **Консультации детского психолога** – это одновременно и информационная, и эмоциональная поддержка для родителей. Специалист помогает разобраться в том, что и почему происходит с ребенком, рассказывает о возрастных особенностях, советует, какую линию поведения выбрать, какие слова лучше держать при себе. Как правило, такой специалист ориентируется в семейной психологии и психологии воспитания, знает основы педагогической психологии и сможет подсказать, как взрослым себя вести чтобы смягчить последствия переезда или развода родителей, что делать, чтобы рождение младшего брата или сестры не стало трагедией для старшего ребенка. Главный посыл общения – из любой ситуации есть выход.
- **Корректирующие и развивающие занятия для детей.** Цели и задачи таких занятий могут быть разными. Например, преодоление детских травм, сильных эмоциональных потрясений и переживаний, развитие познавательных процессов (памяти, внимания) и т. д. Отличаются корректирующие и развивающие занятия и по формату – могут быть индивидуальными или групповыми. О том, как все будет происходить и какие методы будут применяться, специалист непременно расскажет родителям.
- **К просветительскому направлению работы** детского психолога можно отнести обучающие семинары, тренинги, лекции как для родителей, так и для не самых маленьких пациентов – подростков, например, или мероприятия, посвященные профессиональной ориентации.

Каких принципов придерживается специалист в своей работе



Итак, детский психолог проводит консультативный прием, психодиагностику, результаты которой помогают составить индивидуальную программу работы с юным пациентом, дать рекомендации или подготовить заключение, занимается психокоррекцией и разрабатывает просветительские материалы и мероприятия. Психолог не является дипломированным врачом и не имеет права ставить диагнозы и выписывать лекарственные средства. Однако если возникнут сомнения или малейшие подозрения, что с ребенком не все в порядке – есть признаки серьезных нарушений, он может посоветовать обратиться к другим специалистам – неврологу, дефектологу, психиатру. Оказывая пациентам профессиональную помощь, детский психолог придерживается следующих принципов:

- **Не браться за решение проблемы, если нет релевантного опыта и уверенности, что имеющихся знаний будет достаточно.** Родители могут обращаться к детскому психологу с самыми разными вопросами. Если у специалиста нет соответствующих «кейсов» или он сомневается в том, что может дать компетентный ответ, найти верное решение, он может порекомендовать кого-либо из своих коллег. Главное – не навредить и действовать на благо клиента.

- **Не принимать решения за ребенка и его родителей.** Специалист может высказать свое компетентное мнение по самым разным вопросам – нужно ли рассказывать малышу о смерти бабушки, стоит ли отправлять ребенка в школу уже сейчас или лучше еще год подождать, как помочь пережить появление младшего брата или сестры. Психолог может предположить развитие событий, проанализировать возможные пути выхода из непростой ситуации, дать рекомендации, но окончательное решение должно оставаться за родителями.
- **Не «ставить оценки» родителям.** Для многих родителей обращение за помощью к психологу равноценно признанию собственной несостоятельности и беспомощности. Они переживают, что их будут отчитывать, ругать, словно провинившихся двоечников. При этом задача психолога состоит вовсе не в том, чтобы унижить родителей, заставить их мучиться от угрызений совести, а в том, чтобы найти оптимальное решение проблемы – максимально безболезненное для всех. А значит, важно не критиковать действия и решения, не осуждать, а помочь во всем разобраться, направить, поддержать, относиться к ним уважительно.
- **Сохранять конфиденциальность информации.** Все, что обсуждается в кабинете психолога, должно оставаться недоступным для посторонних глаз и ушей, в том числе для других членов семьи пациента. Если секретную информацию специалисту сообщает ребенок, психолог может частично поделиться ею только с его родителями – в случае, если это необходимо. Психолог может дать рекомендации педагогу – на что обратить внимание, чего лучше избегать, но не должен раскрывать семейных секретов, например, рассказывать во всех деталях о пережитой травмирующей ситуации.

Проблемы, с которыми приходят к детскому психологу



Плохое поведение ребенка – слезы без причины, капризы, отказ слушаться – не всегда свидетельствует о невоспитанности или избалованности. Это может быть криком о помощи, и родителям важно его услышать, расшифровать и правильно на него отреагировать. Поводом для обращения к детскому психологу могут быть:

- чрезмерная застенчивость, замкнутость, проблемы в общении с ровесниками;
- гиперактивность;
- повышенная тревожность и всевозможные страхи (которые могут со временем перерасти в фобию, если не обратить на них внимание);
- агрессивное поведение;
- плохая успеваемость в школе, причины которой могут быть очень серьезными;
- пережитое травмирующее событие (смерть близкого человека, неблагоприятная атмосфера в семье, развод родителей, рождение

младшего брата или сестры, переезд и вынужденная смена школы или детского сада).

Спектр проблем и вопросов, с которыми пациенты приходят к специалисту, весьма обширный. Детский психолог помогает

- определить индивидуальные особенности ребенка (характер, темперамент, личностные качества) и выявить его способности;
- с минимальными потерями преодолеть возрастные кризисы;
- нормализовать отношения с родителями, братьями и сестрами, со сверстниками – в детском саду или школе, с учителями, восстановить контакт, который был утрачен, например, в результате конфликта;
- адаптироваться в новой обстановке, новом коллективе – при переезде, переводе в другой детский сад или школу;
- преодолеть трудности в общении;
- избавиться от вредных привычек (например, перестать грызть ногти или брать пальцы в рот);
- справиться со страхами (в том числе если имеет место физическое насилие в семье);
- преодолеть тревожные состояния, депрессии;
- развивать когнитивные способности ребенка (внимание, память, воображение, умение логически размышлять) и т. д.

Кстати, довольно часто психологи работают в команде с другими специалистами, например, логопедами, дефектологами, педагогами. Такое сотрудничество помогает достичь хороших результатов.

Как строится работа детского психолога



Работа с юным пациентом и его родителями начинается с первичной консультации. Специалисту важно установить контакт, расположить клиентов к себе, устранить возможные барьеры.

Следующий этап – психодиагностика. Она

- позволяет сделать вывод о том, есть ли у ребенка психические отклонения, рассмотреть психологические особенности личности, выявить основные болевые точки;
- дает психологу полное представление о том, с чем предстоит работать;
- помогает выбрать направления этой работы, определиться с количеством сеансов, которое потребуется для достижения положительной динамики, и методиками, которые могут быть полезны в каждом конкретном случае.

После того как все необходимые вводные данные о пациенте получены, начинаются психокоррекционные или развивающие занятия. При этом специалист может сочетать различные формы работы (групповые и индивидуальные), комбинировать разные методики, техники и приемы.

Для самых маленьких наиболее комфортный и привычный вариант – игра. С ребятами постарше возможна воспитательная беседа или активный диалог. Создать комфортную атмосферу, снять лишнее напряжение, расслабиться помогают различные техники арт-терапии – например, сказкотерапия или песочная терапия.

Для решения многих детских проблем психологу приходится работать и с родителями. Беседы со специалистом помогают взрослым посмотреть на себя со стороны, разглядеть свои собственные ошибки в поведении и воспитании, в отношениях с ребенком и сделать необходимые выводы.

