

Информационный листок

Дорогие ребята и родители!

Предлагаем Вам взглянуть на работу педагога-психолога в школе для того, чтобы понять зачем нужна психологическая помощь и с какими вопросами или затруднениями вы можете обратиться к этому специалисту.

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ – НЕ ВРАЧ, ОН НЕ СТАВИТ ДИАГНОЗА, НЕ ЛЕЧИТ. Педагог-психолог - специалист, который консультирует ЗДОРОВЫХ детей в ситуациях затруднения в различных сферах их жизни (проблемы в учёбе, отношения в коллективе, отношения между детьми и родителями, проблемы в общении, выбор жизненного пути, саморазвитие, конфликтные ситуации и многое другое).



Примеры запроса учащихся к педагогу-психологу:

- не принимают сверстники, подшучивают, насмехаются;
- не понимают родители;
- не знаешь, чем тебе интересно заниматься;
- не хочешь учиться и ходить в школу;
- боишься учителей и все забываешь при ответе, у тебя плохая память;
- совершил плохой поступок и боишься признаться;
- сам себе не нравишься;
- не знаешь, как понравиться сверстникам;
- не можешь разрешить затянувшийся конфликт;
- не можешь сказать "Нет" и на все соглашаешься;
- хочешь узнать больше про себя: о своем характере, темпераменте, уме, памяти, внимании, эмоциональном состоянии

Существует мнение, что **«К ПЕДАГОГУ-ПСИХОЛОГУ ПРИХОДЯТ ТОЛЬКО СЛАБЫЕ И ГЛУПЫЕ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ САМИ НЕ МОГУТ РЕШИТЬ СВОИ ПРОБЛЕМЫ».** На самом деле к психологу обращаются взрослые и дети, которые ощущают потребность что-то изменить, разрешить проблему и найти верный путь в жизни. Психолог готов быть рядом, когда вам тяжело. Это человек, обладающий профессиональной информацией, но без готовых ответов на все случаи жизни, ведь каждый случай индивидуален. Поэтому психолог лишь подскажет и поможет, а решение всегда останется за вами.

Также существует мнение, что **«ЕСЛИ ТЫ ОБРАТИЛСЯ К ШКОЛЬНОМУ ПСИХОЛОГУ, ТО ОБ ЭТОМ СТАНЕТ ИЗВЕСТНО ВСЕЙ ШКОЛЕ».** Вам необходимо знать, что основное правило работы психолога, и особенно школьного психолога - **КОНФИДЕНЦИАЛЬНОСТЬ**. Никто без вашего согласия не узнает, с каким вопросом вы обратились к психологу, о содержании вашей с ним беседы, а зачастую даже и о самом факте вашего обращения. Это же касается и результатов психологического тестирования, которое проводится в школе. О ваших конкретных результатах знает только педагог-психолог. Классному руководителю предоставляются материалы в обобщённом виде (напр. так: 70% учеников класса выполнили тест с высокими показателями; 30% - со средними и т. д.).

ВОПРОСЫ ПО КОТОРЫМ МОЖНО И НУЖНО ОБРАЩАТЬСЯ К ПЕДАГОГУ-ПСИХОЛОГУ

1. Трудности в учёбе. Некоторые ребята учатся не так хорошо, как им хотелось бы. Причин тому может быть масса. Например, не очень хорошая память или рассеянное внимание, или недостаток желания, а может быть проблемы с учителем и непонимание, зачем всё это вообще нужно. На консультации мы постараемся определить, в чём причина и каким образом это исправить, другими словами попробуем найти, что и как необходимо развивать, чтобы учиться лучше.

2. Взаимоотношения в классе. Есть люди, которые запросто находят контакт с другими, легко общаются в любой, даже незнакомой компании. А есть такие, которым сложно знакомиться, сложно строить хорошие взаимоотношения, находить друзей и просто чувствовать себя легко и свободно в группе или классе. С помощью педагога-психолога можно найти способы и личные ресурсы, изучить приёмы для построения гармоничных отношений с людьми в самых разных ситуациях. Важно, чтобы у тебя было желание сделать свою жизнь счастливее.

3. Взаимоотношения с родителями. Иногда бывает так, что теряются общий язык и тёплые отношения с нашими самыми близкими людьми - с родителями. Конфликты, ссоры, отсутствие взаимопонимания - такая ситуация в семье обычно приносит боль и детям, и родителям. Некоторые находят пути решения, а другим это сделать достаточно трудно. Педагог-психолог поможет разобраться вам в том, как научиться строить новые отношения с родителями и научиться понимать их, и как сделать так, чтобы и родители понимали и принимали вас.

4. Выбор жизненного пути. Уже начиная с седьмого - восьмого класса многие задумываются о будущей профессии и вообще о том, как бы они хотели прожить свою жизнь. Если вы не уверены, каким путём вы хотите пойти, всегда есть возможность пойти к педагогу - психологу. Он поможет вам осознать свои мечты, желания и цели, оценить свои ресурсы, склонности и способности и понять (или приблизиться к пониманию), в какой сфере (сферах) жизни вы хотите реализоваться.

5. Самоуправление и саморазвитие. Наша жизнь настолько интересна и многогранна, что постоянно ставит перед нами различные задачи. Многие из них требуют недюжинных усилий и развития в себе самых разнообразных личностных качеств, навыков и умений. Можно развивать навыки лидерства или навыки ведения спора, логическое мышление или творческие способности. Улучшать свою память, внимание, воображение. Можно учиться управлять своей жизнью, ставить цели и эффективно достигать их. Педагог-психолог - специалист, который владеет технологиями развития тех или иных качеств, навыков и умений и с удовольствием поделится этими знаниями и навыками с вами.

Примерные психологические рекомендации для учащихся

- ✚ Не бойся делать то, что не умеешь и чему тебя не учили. Дилетант строил Ноев ковчег, а «Титаник» строили высококвалифицированные профессионалы! Это не аналогия.
- ✚ Упал – начни сначала.
- ✚ Без веры в себя нельзя быть сильным. Но вера в себя считается в обществе чем-то нескромным. Уладить это противоречие – одна из труднейших задач человека и его жизни.
- ✚ В поисках истины свойственно ушибаться!
- ✚ Нет никого в этой жизни, кто бы достиг состояния, освобождающего его от необходимости трудиться.
- ✚ Новые шансы даются под видом неприятностей. Не упusti их!
- ✚ Пока ты недоволен жизнью, она проходит мимо.
- ✚ Если прислушаться к самому себе – можно услышать других.
- ✚ Не бывает безвыходных ситуаций! Бывают только ситуации, выход из которых нас не устраивает.
- ✚ Если человек говорит, что у него нет проблем, стоит проверить его пульс.
- ✚ Всем людям свойственно ошибаться!
- ✚ И т.д...

*С уважением и наилучшими пожеланиями,
ваш школьный педагог-психолог*