



## *Зачем родителям психолог?*

Работая психологом в детском саду уже не первый год, я заметила, что у родителей часто возникает вопрос: «Зачем нужен психолог?». Я хотела бы поговорить на эту тему.

Давайте для начала разберемся, чем они отличаются: психолог, психотерапевт, психиатр. Слова похожие, в чем разница? В Древней Греции словом „психе" называли душу, богиня Психея олицетворяла душу, дыхание; представлялась в образе бабочки или молодой девушки с крыльями бабочки.

**Психиатр** — это врач с медицинским образованием, он имеет дело с серьезными диагнозами и назначает медикаментозное лечение. Иногда стоит к нему обратиться как раз именно за тем, что бы исключить серьезный диагноз или наоборот, быстро принять меры, чтобы не допустить развития болезни.

**Психотерапевт** — специалист с медицинским или психологическим образованием, может оказывать помощь в разных сферах личности человека: семьи, производственных, детско-родительских отношений, здоровья, кризисных ситуаций, зависимостей и вредных привычек, тягостных воспоминаний, ситуации потерь и расставаний и многих других. К психотерапевту приходят тогда, когда начинают понимать – что-то не так происходит в жизни, хочется что-то поменять, улучшить, разобраться в себе и своем отношении к жизни.

**Психолог** — специалист с высшим психологическим или гуманитарным образованием, получивший дополнительную специальность по психологии и не связанный с медициной. Психолог — не врач, он не ставит диагнозы. К психологу дошкольного учреждения приходят, когда у детей появляются страхи, агрессивность, застенчивость, чрезмерная активность, упрямство и непослушание, проблемы в общении. Психологи и психотерапевты между собой не так уж сильно отличаются. Оба нередко используют одни и те же методы оказания помощи детям и взрослым. Поэтому, столкнувшись с трудностями в поведении ребенка, вы можете обратиться как к детскому психологу, так и к детскому психотерапевту.

Психолог отличается и от педагога. Педагогу важно научить ребенка знаниям, умениям, навыкам – обучить, дать новую информацию (различать цвета, составлять рассказ, сравнивать группы предметов и др.). Педагог одновременно держит в поле своего внимания целую группу детей, он отвечает за их безопасность, А цель психолога – создать условия, чтобы ребенку было комфортно, безопасно, чтобы он развивался в своем темпе, а также помочь, если возникли трудности.

Общение с психологом не заменит чтение книг по воспитанию – ведь авторы не знают Вашей ситуации, они видели другие примеры, на них и ориентировались, когда писали свою статью. Не заменят и советы подруг, мамы, добрых соседей. Очень хорошо, что в трудной ситуации Вас есть кому

поддержать, но близкие в силу разных причин (любят, завидуют, слишком беспокоятся...) не могут посмотреть на ситуацию со стороны, без сильных эмоций, а значит, не всегда могут найти наиболее приемлемое решение. Именно поэтому психолог не берется консультировать своих родных и близких.

Подведем итог.

**Вы можете обратиться к психологу:**



- Если у Вас просто возникает потребность поговорить со специалистом, но нет определенного запроса.
- Если Вы не знаете, что делать, когда Ваш ребенок капризен, тревожен, агрессивен, неуправляем, застенчив, у него появились страхи; или он перестал слушаться, не хочет рассказывать стихи на празднике, не умеет убирать игрушки за собой, не умеет себя занять – то есть если обнаружилась какая-то проблема.
- Если Вам показалось, что «как-то не так» воспитываете своего ребенка.

- Если в семье что-то произошло (развод, утрата, появление брата или сестры).

Стандартная консультация длится 30-40 минут, но эти рамки можно двигать. Однако помните: за 10 минут вряд ли Вам окажут квалифицированную помощь, а после 50 минут, даже если Вы не успели все обсудить, надо прерваться, чтобы осмыслить произошедшее. Консультации могут быть однократными, а может возникнуть необходимость для последующих встреч. Все индивидуально.

Еще один важный вопрос – где в этот момент будет ребенок? Он может быть при Вас, если достаточно взрослый, чтобы выдержать время. Он может находиться в группе с детьми и педагогами. Или его заберет из детского сада другой член семьи.

**Как проходит консультация?**

Обычно родитель рассказывает о своих трудностях, а психолог может задавать уточняющие вопросы. Вот здесь многое зависит от Вашего доверия к специалисту и готовности быть откровенным. У психолога нет третьего глаза, он не может догадаться, что на самом деле происходит с ребенком, для этого нужна информация, которой обладаете только Вы. Можете быть уверенными, никто не будет вас обвинять, если что-то не хотите обсуждать, это Ваше право. Просто знайте, что эффект консультирования может оказаться ниже. Информация, полученная в ходе консультирования



становится, конфиденциальной и никто не будет ее разглашать без Вашего разрешения.

### **Чем дело закончится?**

Все зависит от того, на что Вы надеетесь. У психолога нет волшебной палочки, с помощью которой поведение ребенка сразу же изменится. Как правило, все изменения происходят только с участием родителя. Готовы ли Вы изменить стереотипное поведение, быть гибким родителем, прислушиваться не только к своим желаниям, но и потребностям ребенка? Тогда – пожалуйста! Никто не обещает, что будет все просто, но уж точно можно пообещать, что какого бы специалиста вы не выбрали, можете рассчитывать на поддержку и внимание.

Если Вам необходима консультация, предупредите заранее:

- по телефону 5 22 72,
- через педагогов группы, заранее обозначив время, наиболее удобное для вас.

В МДОУ детский сад № 3 вы можете обратиться к психологу – **Сазанова Анастасия Сергеевна**

График работы: Понедельник, среда 12.00 – 18.00

Вторник, четверг 08.00 – 15.00

Пятница 08.00 – 13.00



Уважаемые родители, дети учатся жить у жизни. Если:

- ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть.
- ребенок живет во вражде, он учится быть агрессивным.
- ребенка высмеивают, он становится замкнутым.
- ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины.
- ребенок растет в терпимости, он учится понимать других.
- ребенка хвалят, он учится быть благородным.
- ребенок растет в честности, он учится быть справедливым.
- ребенок растет в безопасности, он учится верить в людей.
- ребенка поддерживают, он учится ценить себя.
- ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.