

Как понять, что ребенку нужен психолог.

Развитие и становление ребенка в дошкольном периоде начинается с момента рождения и формируется через преодоление тех или иных кризисов. Родителям необходимо знать и понимать не только возрастные особенности детей, но и стремиться помочь своему малышу в конкретной ситуации сегодняшнего дня. Вот тревожные звоночки, говорящие о том, что нужно обратиться к специалисту.

Отсутствие интересов. Обычно для детей характерна любознательность и желание открывать мир вокруг. Если у ребёнка нет вопросов «а что это», «а зачем?», «а почему?» и др., он не знает, чем себя занять, его не увлекает ничего, он интеллектуально пассивен, то необходимо выяснить причину этого явления.



Агрессивное поведение. Если ребёнок регулярно выступает агрессором, скорее всего, ему нужна помощь психолога. В совсем юном возрасте — около трёх лет — истерики и злость могут быть своеобразными «исследованиями»: *что можно и что нельзя*, как отреагируют родители. Но если ребёнок продолжает проявлять чрезмерную агрессию в возрасте постарше, обижает животных или сверстников — психолог поможет разобраться с причинами.

Неумение правильно проявлять негативные эмоции. Часто выражается в истериках, скандалах, драках с родителями или другими детьми, или наоборот — замкнутости в себе, нежелании разговаривать. Когда ребёнок злится, расстраивается, чувствует обиду -это нужно признавать и выражать экологичными способами: «Я понимаю, что ты сейчас чувствуешь... Ты чувствуешь то-то и то-то, потому что... Давай сейчас сделаем то-то и то-то». Необходимо научить ребёнка понимать свои эмоции и справляться с ними.



Повышенная тревожность и страхи. Ребёнка, который боится присоединиться к игре в футбол во дворе, прочесть стихотворение перед родственниками во время семейного праздника или играть в песочнице, не стоит дразнить «трусичкой» и стыдить за переживания. Возможно, причина кроется в психологической травме, которую нужно проработать со специалистом. Под травмой в психологии понимается сильный эмоциональный стресс и реакция на определённое событие, которое нанесло вред психическому здоровью ребёнка.

Проблемы в общении со сверстниками. Иногда дети стесняются вливаться в социум, не умеют заводить друзей, ни с кем не общаются и всегда остаются в стороне. Если ребёнок - *белая ворона*, имеет место заниженная самооценка, неуверенность в себе.

Отсутствие интереса и любознательности к познавательной деятельности, чему-то новому, можно констатировать **низкую учебную**

мотивацию. Проблемы в развитии ребенка необходимо прояснить родителям у детского психолога, сделав запрос на индивидуальную психологическую консультацию. Специалист поможет выяснить, в чём заключается реальная причина и как исправить ситуацию.

Резкая смена настроения. Эмоциональные перепады говорят о том, что ребёнок находится в напряжённом и растерянном состоянии. Часто дети реагируют так на сложные изменения в жизни: например, адаптация к детскому саду, развод родителей или переезд в другой город. Необходима коррекция эмоционально-волевой сферы и создание благоприятного общения в семье.

Частые болезни. Если дети регулярно болеют, скорее всего, что-то не в порядке с их эмоциональным состоянием. Внешние психологические факторы-ссоры в семье, противоречивое воспитание в семье, иногда равнодушное-психологическое отвержение родителями и др., влияют на физическое самочувствие ребёнка. Здесь возможно имеются нарушения психосоматики. Психолог поможет выстроить другую тактику общения с ребенком.



20.01.2022г.

Статью подготовила педагог- психолог: И.А. Тришкина