

**Як часто звертаються учні до шкільного психолога, щоб отримати консультацію, пораду? Який їхній вік? Що їх насправді хвилює нині?**

**Не раз можна почути: „ Що робить психолог у школі? “. Вважаю, основне наше завдання: допомогти учням дізнатися про себе більше.**

Головним завданням діяльності психолога у школі є забезпечення нормального процесу психічного становлення дитини, тому психологічна робота організована насамперед відповідно до інтересів самого учня. Ми розвиваємо його особистість, орієнтуючись на положення гуманістичної педагогіки і психології про особистісно-рівноправний характер взаємодії між дитиною та дорослим, право кожної дитини на самовизначення. Адже коли вчитель оцінює особистість учня, спираючись тільки на власний досвід та інтуїцію, без достатньої кількості інформації, це може заважати виявленню справжніх причин труднощів у навчанні і вихованні, виникненню комунікативних проблем. Тому психологічне вивчення індивідуальних особливостей кожного учня є важливим завданням, для вирішення якого використовуються різноманітні методи психологічного обстеження. Звичайно, психологічна робота з дітьми різного віку має інший зміст.

Діяльність психолога організована таким чином, що враховуються можливості і резерви учня на кожному віковому етапі, у всіх ланках (початковій, середній, старшій школі).

Психолог застосовує різноманітні форми психологічної роботи: індивідуальні консультації, рольові ігри, казкотерапію, психокорекційні тренінги. Це дозволяє ефективніше допомагати учням у вирішенні їхніх проблем, налагодженні стосунків між собою, батьками та вчителями.

Психолог має прагнути до реалізації гуманних взаємин в учнівському колективі, до взаємоповаги, порозуміння, розвитку особистості кожного учасника навчально-виховного процесу школи.

Хочу також зазначити: психолог працює для людей. Якщо мене чекають, якщо я комусь потрібна, якщо за час роботи я допомогла хоча б кільком учням, то вважаю, що живу не дарма. Психологи – не чарівники, не всесильні. Вони люди, такі самі, як і решта на цій планеті. Тому психолог, на жаль, не може вирішити всіх проблем учня або того, хто звернувся по допомогу. І річ не в тому, що бракує знань чи досвіду. Багато чого залежить і від самої людини. Якщо вона готова змінювати щось у собі на краще, якщо докладатиме максимум зусиль для досягнення бажаної мети – тоді й консультація чи психологічна допомога будуть корисними і плідними. Багато чого залежить і від середовища, в якому живе учень. Адже будь-яка психологічна бесіда, тренінг, заняття буде марним, якщо дитина прийде додому, а там усе навпаки.

І все ж: психолог повинен нести добре, мудре, позитивне, сіяти в душах дітей зерна любові та добра.

### ***Міфи про психологію***

При тому, що популярність всього, що пов'язано з психологією, величезна, існує велика кількість «популярної» літератури з психології. Але чи привильне наше уявлення про цю професію?

### **Навіщо потрібні шкільні психологи?**

Майже у кожній школі є психолог. Але деякі учні про це навіть і не знають. А більшість тих, хто знають, все одно до них не ходять, навіть якщо і мають певні проблеми. То навіщо ж тоді все-таки потрібні шкільні психологи?

### **В чому полягає робота шкільного психолога та які її особливості?**

Шкільні не займаються лікуванням дітей. Вони існують в основному для того, щоб вислухати проблему, надати допомогу у її вирішенні. Чи помічали ви, що коли комусь викажеш свої тривоги, то одразу й легше стає на душі. Для деяких роль “жилетки”, у яку можна виплакати, виконують друзі чи батьки. Але ж бувають такі ситуації, що соромно або незручно розповісти мамі, а подруга потрібної поради не дасть, адже сама не має життєвого досвіду. В таких випадках допомагає психолог. Він у жодному разі не має права розголошувати інформацію, яку розповів учень. Лише у крайньому випадку може поговорити з батьками.

Також *шкільні психологи багато проводять різних досліджень (пам'ять, увага, мислення, темперамент, характер, профорієнтація).*

Психолог – це теж не зовсім те, що показують у фільмах, особливо американських. Розвіємо ряд міфів про психологію, що існують у суспільстві. В деяких школах ставлення дітей до психологів дуже дивне. Так, якщо однокласник відвідує психолога, то його починають вважати ненормальним, божевільним, дражнити психом. Це тому, що діти мало обізнані у тому, чим займаються психологи, тому і вигадують різноманітні міфи.

### **Міф 1**

Психолог так чи інакше має справу з «ненормальним» людьми. Нормальний, здоровий чоловік до психолога не піде. Один із найпопулярніших міфів.

Перш за все, психолог за визначенням має справу зі здоровими людьми, що мають ті чи інші труднощі, проблеми. З психічними відхиленнями має справу лікар, психіатр. Це медична спеціалізація. Психолог же не має медичної освіти і навіть не має права лікувати.

Що стосується поділу психолог і психотерапевт, то він не настільки очевидний. Однак можна сказати, що психотерапевт має справу з більш складними випадками, глибокими психологічними травмами, особистісними проблемами. Психотерапія припускає більш глибоку і тривалу роботу, в ході якої досить суттєво може змінитися внутрішній світ клієнта.

Психолог же консультує, розбирається з приватними випадками, дає рекомендації (наприклад, психолог разом з клієнтом може напрацювати список прийомів, які допомагають розслабитися або, навпаки, зосередитися і т.п.).

## **Міф 2**

Завдання психолога – якомога швидше розібратися в проблемі клієнта, дати правильну пораду, а для цього він, звичайно, повинен володіти великим життєвим досвідом.

Якоюсь мірою це теж залежить від підходу, в якому працює психолог, але все ж таки можна стверджувати, що завдання психолога – не давати поради. Взагалі, психолог не повинен розібратися в проблемі клієнта і вирішити її. Він повинен допомогти людині, створити умови, щоб вона сама це зробила – розібралася, прийняла рішення.

Ніхто краще самої людини не може знати найкраще рішення своєї проблеми, але йому занадто багато що заважає знайти його. Ось і завдання фахівця – створити оптимальні умови для роботи клієнта з самим собою. А робота ця непростя.

## **Міф 3**

Хороший психолог після недовгого спілкування складає психологічний портрет співрозмовника.

Завдання психолога – не розібратися в життя клієнта, а допомогти йому самому розібратися у своєму житті. Тому у нього просто немає такої задачі – якось визначити проблему клієнта або тип його особистості. Таке навішування ярликів, можна навіть сказати, видає як раз не найкращого спеціаліста. Адже саме по собі віднесення людини до того чи іншого типу або визначення якогось рівня мало що дає для вирішення реальної проблеми.

Та й не треба плутати психолога з ясновидцем. Часто психологи чують такі прохання: бачиш людину в перший-другий раз, а він, дізнавшись про свою професію, просить розповісти йому про нього.

## **Міф 4**

Кожна людина – психолог, тільки у деяких є диплом, а у деяких немає.

Якщо вважати розмови по душам на кухні психологічної допомогою – то може бути... І, напевно, у бесіді хороших друзів є елементи психологічної роботи. Якщо це, звичайно, не поради типу «подруга краще знає».

Однак специфіка роботи спеціаліста в тому, що він робить це усвідомлено, більш глибоко розуміє відбуваються процеси під час взаємодії, а значить – керує цим процесом. У цьому сенсі робота його більш ефективна, професійна.

### **В яких випадках треба, не боячись, йти просити допомоги у психолога?**

Не переживай, якщо відчуваєш, що починаєш заплутуватись у ситуації. Лише людина, яка об'єктивно зможе оцінити твоє становище, допоможе тобі розібратися. Не потрібно виношувати проблему в собі, це ні до чого хорошого зазвичай не призводить. Це лише може спричинити душевну травму та виникнення комплексів.

Мені, звичайно ж, зрозуміло, що одна стаття не зможе вирішити всі існуючі проблеми. Але, сподіваюсь, що все ж таки ті учні, які її прочитали, будуть з більшою повагою ставитись як до психологів, так і до дітей, що їх відвідують.