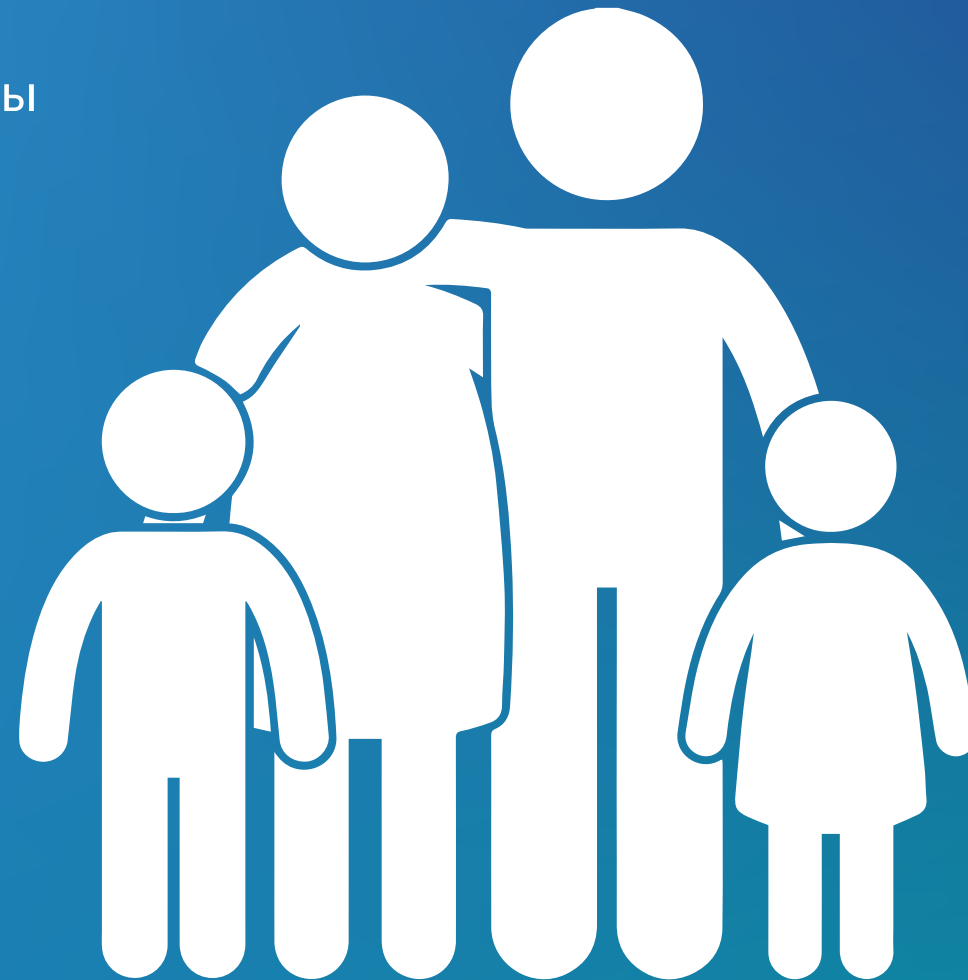


Когда стоит обратиться за психологической помощью, психологической консультацией

- Когда на проблему обратили внимание в семье
- Когда на проблему обратили внимание со стороны (педагоги, социальный педагог, воспитатель)
- Когда в семье предстоят перемены (превентивное обращение)



- *Обратите внимание, считает ли ребенок это проблемой, как он её описывает*
- *Ребенок может реагировать на состояния взрослых*
- *Уточните у специалистов, в чем конкретно они видят проблему, в чем видят разрешение ситуации*
- *Сформулируете СВОЙ запрос психологу (Ваше видение ситуации может отличаться от видения других)*
- *К стрессовому состоянию ведут не только «плохие перемены»*

Заметки на полях

- Нельзя изменить поведение только одного члена семьи. Для решения проблемы разрешения ситуации должны поменяться все
 - └ Родители, семья - это основная среда для ребенка. Для изменения ситуации следует обратить внимание на среду. Поэтому психологу придется работать и с Вами.
- Приготовьтесь измениться
- Приготовьтесь по-новому взглянуть на свою семью

Ребенок часть семейной системы. Ребенок далеко не всегда носитель проблемы.

Часто проблемы не у ребенка, а у взрослых, у семейной системы. Очень часто психологическая помощь, поддержка нужна именно родителям, а не ребенку.

Как подготовиться к приему психолога, что делать на первых встречах



Сформировать на первом посещении совместно с психологом уточненный запрос

Включить в запрос описание актуальной ситуации в семье, свои эмоции, поведение

Описать первоначальный запрос, включая описание ситуации, состояния ребенка, его поведение

Согласовать с психологом желаемый результат, направления и методы работы

Выбрать психолога, ориентируясь на его опыт, образование. Вы должны доверять специалисту

Принять решение о необходимости консультации психолога

Принять факт проблемы

Принимать активное участие в работе

Заметки на полях

- На первый прием стоит сходить без ребенка
- Не стесняйтесь задавать вопросы. Иногда уже на этапе прояснения и объяснения уходит часть «проблем». Не стесняйтесь спрашивать про методы и техники работы психолога.
- Не старайтесь часто менять специалиста. Активно водить ребенка по разным психологам не очень полезно.
- Не ждите результат сразу. Для этого нужно много времени

Самая большая ошибка : «Вот мой ребенок, сделайте с ним что-нибудь»