

Договориться И ПОМОЧЬ

Куда обращаются родители, чьи дети испытывают трудности в общении с одноклассниками, учителями, близкими родственниками? К практикующим психологам идут единицы. Кто-то спрашивает совета у друзей. Огромное большинство не делает ни того, ни другого, а пытается разобраться самостоятельно...

Однако это не всегда получается. И тогда мы начинаем искать понятных объяснений. Например, ребенок ленится. Или – он совершенно особенный, гениальный, куда остальным до него, вот и не понимают. Или – учитель виноват. Или – школа не та... Иными словами, рады бы помочь, да объективные причины мешают. Между тем, разбираться надо. Ведь ни одна мама (папа, бабушка, дедушка) не хочет своему ребенку судьбы непонятого гения или ленивого неудачника. Как найти в себе мужество (да-да!) обратиться с вопросом к специалисту и что-то изменить не только в ребенке, но и, возможно, в первую очередь, в себе? Об этом и шел разговор за Круглым столом в Центре развития межличностных коммуникаций, где собрались в тот день ведущие детские психологи, педагоги, врачи. Мы публикуем выдержки из некоторых выступлений.

Мнение физиолога:

*М. М. Безруких,
академик РАО,
директор ИВФ РАО,
доктор биологических наук*

Самый сильный стрессорный фактор, который испытывает ребенок в первом классе, – стресс ограничения времени. Взрослому довольно двух недель в таком состоянии, чтобы резко ухудшилось психическое и физическое здоровье, а ребенок живет так не день, не два, а долгие годы, и живет ежедневно.

Усилия психологов, педагогов, логопедов, воспита-

телей группы продленного дня не согласованы, и зачастую по одному и тому же ребенку эти специалисты не имеют единой тактики работы. Нам нужна система работы – вот что может дать эффект, иначе каждый прикладывает массу усилий, но результат незначителен.

Слово психиатра:

*Е. М. Вроно,
руководитель лаборатории помогающей деятельности в системе образования Учреждения РАО
«Институт психолого-педагогических проблем детства»,
кандидат медицинских наук*

Симптоматика расстройств в детском возрасте очень стертая. Дети редко предъявляют внятные жалобы. Если взрослый человек страдает депрессией, он как минимум жалуется на грусть и печаль. А ребенок просто скажет, что у него все болит, ему грустно, скучно, но не предъявит жалобы, которая явно сигналила бы вам об определенном расстройстве. Не бойтесь обращаться за помощью, это необходимо. Страх нужно пытаться преодолевать, и тогда есть надежда, что вы не проглядите начало того расстройства, которое ломает жизнь ребенку.

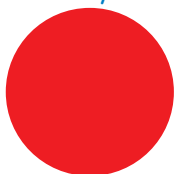
Призыв невролога:

*Шаркова Инна Валентиновна
– кандидат медицинских наук,
врач-невролог высшей категории.*

Родители часто обращаются к неврологу с проблемой нарушения поведения, повышенной утомляемо-

стью, возбудимостью, нарушением сна, трудностями обучения. А ведь эти проявления могут быть связаны не только с психологическим здоровьем семьи и самого ребенка, но и с самочувствием ребенка на физическом уровне! Поэтому так важно для уточнения причин измененного поведения, возбудимости, эмоциональных реакций тесное взаимодействие психолога и невролога.

Слово учителя:



*Норейко Галина Марковна,
учитель русского языка
ГОУ СОШ №1106 ЮЗАО г. Москвы,
почетный работник образования*

В нашей вполне благополучной школе, одной из лучших в ЮЗАО г. Москвы, на 1200 учащихся всего три психолога. Именно поэтому только четверть опрошенных учеников 9 класса обращались к психологу, причем все они сообщили, что родители в их обращении участия не принимали. А это лишний раз подтверждает, что отношение к психологической помощи в нашем обществе оставляет желать лучшего.

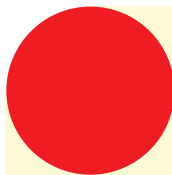
Мнение психотерапевта:



*Троицкая Ольга Иосифовна —
семейный психотерапевт,
руководитель проекта «Снятие
учебного и рабочего стресса. Телесно-
ориентированные методы»*

Часто, когда взрослый не знает, как найти подход к ребенку, ставится диагноз: ваш ребенок психологически нездоров. Я ему говорю, а он плохо слышит. Я его спрашиваю, а он отвечает неправильно. Он несет ответственность, он должен знать все правила нашего взрослого мира и безукоризненно их выполнять, а мы — наблюдаем. Мы обсуждаем, что с ним сделать, чтобы мы были хорошими. А человек, которому плохо, трудно учиться и общаться, в этот момент не обсуждается. Мы говорим о том, что с ним делать, и не говорим о нем — растущем, меняющемся, неповторимом. И единственный голос, который может нам о нем рассказать, — голос семьи, знающей этого ребенка с рождения. Но у нас, увы, нет меток, по которым можно найти дорогу к месту, куда обратиться за помощью. Как правило, семье некому эту дорогу подсказать. Нам, конечно, очень нужна здоровая семья, в которой росли бы психологически здоровые дети, но для этого нужно искать пути информационного просвещения.

В журнале невозможно полностью рассказать об интереснейших докладах, звучавших на круглом столе в ЦРМК. Мы представляем здесь малую часть. Если Вам, читатель, близка эта тема, полный текст и видеозаписи всех выступлений читайте на сайте.



Руднева Лариса Петровна — психолог, семейный психотерапевт, директор Психологического центра на Белорусской

Нельзя рассматривать консультацию психолога, психотерапию как пассивное присутствие, в то время как специалист будет вас «лечить» или «учить». Это совместная работа, где психолог выступает как катализатор ваших изменений.

На что же опираться, когда вы ищете психолога? На себя, на свои ощущения и свою, если хотите, интуицию. Само собой разумеется, что у психолога должно быть базовое профессиональное образование. Зайдите на сайт выбранного вами психологического центра. Посмотрите на фотографии психологов, почитайте их резюме, публикации, познакомьтесь с их образом мыслей.

А остальное уже будет происходить на приеме. Вы почувствуете, насколько вас понимают, и либо останетесь, либо предпримете еще одну попытку. Если попыток слишком много, значит, ваше сопротивление изменению слишком велико.