

## Чем полезен школьный психолог

Отношение родителей к школьным психологам не однозначно. «Когда мы учились в школе, никаких психологов и в помине не было, и ничего! А теперь взяли моду – чуть что, сразу к психологу направлять!» – возмущаются одни. «Как хорошо, что в школе теперь есть психологи, скольких проблем они помогают избежать нам и нашим детям! Жаль, что в нашем детстве такого не было!» – радуются другие родители. Проблема в том, что работа школьного психолога подобна айсбергу – большая ее часть скрыта от посторонних глаз. Поэтому психолог в школе – явление сегодня хоть и нередкое, но все равно не очень понятное. Как с ним взаимодействовать, в каких случаях к нему обращаться, да и надо ли?

### Критик или помощник?

Все родители что-то знают о психологических тестах (многие сами их проходили, например, при приеме на работу), поэтому именно тестирование является в представлении многих основной деятельностью психолога. Кроме того, первая встреча родителей и ребенка со школьным психологом происходит обычно при поступлении в школу, когда демонстрируется только одна сторона его работы – диагностическая. Многие родители сохраняют весьма негативные впечатления от этой встречи. Ведь тогда задача психолога состоит в том, чтобы определить, насколько ребенок готов к обучению в данной школе (особенно если образовательное учреждение с каким-то уклоном – например языковым), и если результаты тестирования не удовлетворительны, родителям не рекомендуют отправлять свое чадо в это учебное заведение. Все это побуждает родителей с предубеждением и даже опаской относиться к деятельности школьного психолога. В нем видят критика, а не помощника.

Такое отношение в корне неверно. Психолог в школе всегда работает с триадой: учитель, ученик, родители. Его задача – *помогать преодолевать все неминуемые трудности образовательного процесса*. И тестирование далеко не самая важная часть его деятельности. Нормативными документами за психологом закреплена обязанность заниматься диагностической, просветительской, консультативной, коррекционной, развивающей, психопрофилактической работой – исходя из запросов школы, в которой он работает. Например, одна школа делает упор на разрешение учебных проблем школьников – тогда психолог в основном занят диагностической и коррекционно-развивающей деятельностью. В другой школе больше внимания уделяется адаптации учеников в переходных классах (первых, пятых, девярых) – тогда психолог занят в основном психопрофилактической и консультационной работой. Третья школа заинтересована в создании единого сплоченного коллектива учителей и учеников, и психолог проводит специальные занятия (тренинги),

помогающие создать команду, улучшить коммуникативные навыки участников.

### **Только по желанию родителей и с их разрешения!**

Что имеется в виду, когда речь идет о диагностической работе? Прежде всего это фронтальное (групповое) и индивидуальное обследование детей при помощи различных психологических методик.

1. Групповая диагностика проводится с целым классом или в подгруппах. Обычно речь идет о плановом тестировании по запросу учителей или администрации. Например, об исследовании внимания, памяти, творческих способностей, мотивации, отношений между учащимися. Предлагаемые детям методики обычно имеют конкретные варианты ответов, поэтому результаты подсчитываются по шаблону и сравниваются с существующими для этого теста возрастными нормами. Фронтальное тестирование позволяет сделать выводы об особенностях работы и взаимодействии учащихся в классе (например, большинство детей работают на занятиях очень быстро или многие из них демонстрируют низкую мотивацию учения), выявить ребят, которые выпадают из общей картины (делают задания медленнее всех, ни с кем не дружат и т.д.). Однако фронтальная диагностика не дает полных, стопроцентных знаний о конкретном ребенке. Ведь в ходе нее масса факторов влияет на результаты, искажая их. Например, ребенок не понял задание и постеснялся спросить, подсмотрел у товарища неверный ответ, был не здоров в этот день и проч. Поэтому для окончательного вывода нужно дополнительно провести индивидуальное обследование.

2. Индивидуальная диагностика проводится только с письменного разрешения родителей и по их запросу. Обычно встреча психолога с ребенком предваряется беседой с его родителями, и только затем начинается работа с самим малышом. Как правило, специалист не ограничивается только тестовыми методиками, а беседует с ребенком, просит его что-нибудь нарисовать (человека, семью, свои страхи), использует игровые упражнения (особенно с учащимися начальных классов). Возможно включение элементов компьютерного тестирования, которое воспринимается детьми с интересом и без протеста (свойственного, например, подросткам, не любящим, когда им «лезут в душу»). Чаще всего психолог обследует ребенка один на один, но возможно и тестирование в присутствии родителей.

По результатам обследования учащихся психолог может прийти к выводу, что им нужны специальные коррекционно-развивающие занятия, чтобы помочь детям преодолеть выявленные проблемы. Например, проводятся занятия по развитию произвольности (умению работать по правилу) у учащихся первых классов, в более старшем возрасте – по развитию внимания или памяти. Есть занятия, направленные на преодоление личностных проблем (страхов, тревожности, застенчивости, агрессивности), приобретение коммуникативных навыков. Занятия могут проводиться как в группах, так и индивидуально. Эти занятия проводятся только с разрешения

родителей, которые могут запросить у психолога план его работы. Поскольку психологи обладают специальными знаниями о возрастных нормах и особенностях развития детей в различные периоды, то в круг их обязанностей входит и просветительская работа. Они делятся психологическими знаниями с родителями, учителями и учащимися, дают общие рекомендации по ряду ситуаций, выступая на педсоветах, родительских собраниях и классных часах.

Еще одна очень важная и востребованная часть работы школьного психолога – консультативная. В последние пять лет (из 15 лет работы в школе) ко мне на консультации стало приходить больше родителей (до этого консультировались в основном учащиеся и учителя). И это меня очень радует: ведь именно во время таких встреч мы с родителями, учителями и учениками вместе находим оптимальный выход из любой сложной ситуации. Кроме того, консультирование позволяет «выпустить пар», снять напряжение, а это уже немаленький шаг на пути к решению проблемы. Психолог может спокойно, безоценочно выслушать и ребенка, и его родителей, обеспечить своему собеседнику принятие и понимание (чего часто не хватает, например, детям с их «пустяковыми», с точки зрения близких, проблемами). Иногда человеку очень важно именно выговориться, а не только получить совет. Психолог помогает увидеть происходящее со стороны, рассмотреть все аспекты проблемы, отметить плюсы и минусы данной ситуации.

### **Условие: максимальная откровенность**

К сожалению, практика обращения за помощью к своему школьному психологу еще достаточно мала: кто-то не знает о подобной возможности, кто-то не доверяет психологической службе, кто-то не верит, что помощь в их ситуации реальна, кто-то надеется, что проблема «сама рассосется со временем». Например, ко мне нередко обращаются за консультацией родители детей, не обучающихся в нашей школе. Узнав от своих знакомых, что нам удалось успешно разрешить определенную проблему в рамках школьного консультирования, они просят помочь и их детям справиться с аналогичными сложностями. Я всегда интересуюсь: почему с просьбой о помощи они не обратились к своему школьному психологу? И нередко слышу в ответ: «А я не знаю, есть ли у нас психолог в школе! Да разве школьный психолог поможет?!»

### **Чтобы отбросить все сомнения, давайте определимся с ответами на ряд вопросов.**

Как попасть к психологу? Для начала вам стоит просто прийти на первичный прием. Кроме того, я регулярно посещаю родительские собрания, где рассказываю, как и зачем родители могут ко мне обратиться. О возможности посетить школьного психолога можно узнать также у классного руководителя. Цель вашей первой встречи – познакомиться со специалистом, рассказать ему о своих опасениях, узнать о результатах фронтальных обследований и наблюдений за детьми. Психолог задаст ряд вопросов о

развитии, интересах, семейной ситуации ребенка и предложит план дальнейшей работы, например, индивидуального обследования или совместной консультации. Он подскажет, о чем стоит поговорить с педагогами и с другими членами семьи, с самим ребенком. Можно, кстати, направить к психологу и его. Например, когда ребенок боится сдавать зачет по музыке или переживает ссору с другом, родители могут посоветовать ему обратиться к школьному психологу за советом (случаи, когда сами дети приходят на прием, в моей практике нередки).

### **Когда пора бить тревогу?**

Родители нередко признаются, что у них нет однозначного ответа на вопрос: надо или не надо им обращаться к психологу. На мой взгляд, если есть возможность, то лучше сходить на прием к школьному психологу, поговорить с ним о своем ребенке. Даже если никаких особых проблем и не существует. Как говорится, «дешевле профилактики ничего нет». К сожалению, часто родители приходят к психологу, когда проблема уже стоит очень остро. Например, ребенок отказывается ходить в школу или у него «полный завал с учебкой». Мой вам совет: не стоит дожидаться обострения, есть множество признаков в поведении ребенка, которые должны насторожить родителей.

### **Вам пора обратиться за помощью психолога, если:**

- ребенок ведет себя необычным образом;
- резко ухудшилась его успеваемость;
- он стал агрессивен, грубит;
- наблюдаются невротические проявления (тики, заикание);
- малыш часто плачет без очевидной причины.

Кроме того, на ребенка сильно влияют некоторые события в семье – переезд, рождение братика или сестрички, развод родителей, длительная командировка кого-то из родных, госпитализация самого малыша или кого-то из близких, болезнь или гибель домашнего любимца. Все эти ситуации – тоже серьезный повод обратиться к школьному психологу.

Что значит подготовить ребенка к встрече? Чаще всего дети уже знают школьного психолога, который приходил к ним на уроки, предлагал выполнить какие-то задания, проводил занятия с классом. Поэтому нет необходимости как-то специально готовить ребенка к предстоящей встрече. Но ее успех во многом зависит от установки родителей. Чем позитивнее и естественнее будет их отношение к психологу, тем больше пользы для семьи будет от общения с ним. К сожалению, до сих пор многие родители воспринимают обращение к психологу как крайнюю меру – они как бы расписываются в собственном бессилии. Естественно, и их дети воспринимают общение с этим специалистом как подтверждение

собственной уязвимости и несостоятельности. Но мы же не комплексуем из-за того, что нам приходится держаться за перила на крутой лестнице?!

Можно ли доверять? Как и любая психологическая работа, консультирование в школе строится на принципе конфиденциальности. Психолог не обязан рассказывать о содержании беседы с клиентами ни администрации школы, ни учителям. По результатам беседы или индивидуального тестирования он сообщает им только общие результаты (несколько занижена самооценка, демонстрирует тревогу по отношению к учебе и проч.). Но во время беседы он может попросить разрешения у ребенка поговорить о волнующей его проблеме, например, с педагогом или родителями («Можно я поговорю с твоей мамой о занятиях музыкой, скажу, что ты их не очень любишь?») или «Вы не возражаете, если я расскажу учителю, что Таня очень тревожна, что с ней надо общаться максимально доброжелательно?»).

Конечно, родителям лучше быть с психологом предельно откровенными, потому что это поможет ему лучше понять вас и вашего ребенка. Однажды мне пришлось работать с девочкой-первоклассницей, которая никак не могла адаптироваться к школе. Мы с педагогом не могли понять, в чем причина неадекватного поведения ребенка – девочка была очень хорошо интеллектуально и социально развита, но она постоянно замыкалась, уходила от общения, часто плакала. В одной из бесед с родителями почти случайно выяснилось, что несколько месяцев назад семья пережила страшную трагедию – погиб старший сын. Оказалось, что первоочередной задачей было помочь ребенку справиться с горем, а только потом решать проблемы адаптации к школе.

Как реагировать на рекомендации? Все, что говорит психолог, носит рекомендательный характер. Психолог – советчик, а не судья. Его задача не учить, не воспитывать, а помогать, подсказывать. Не стоит надеяться, что само по себе обращение к психологу поможет решить какие-либо проблемы. Это только первый шаг на пути к этому. Далее предстоит совместная, иногда долгая и кропотливая работа, требующая терпения и понимания, а также участия всех звеньев образовательного процесса: учителя, ученика, родителей.

### **Когда школьный специалист – не помощник**

Бывают ситуации, в которых школьный психолог не может помочь. Точнее, его участия недостаточно. Речь идет о ситуациях, когда нужны занятия с другими специалистами – нейропсихологом, дефектологом, семейным психотерапевтом. Например, если у ребенка проблемы в усвоении школьной программы и нужна более точная диагностика, то на помощь приходят специалисты психологических центров (они сегодня есть в каждом округе Москвы). Сложные ситуации в семье (например, затяжной конфликт

между членами семьи, семья на грани распада, после развода или пережившая трагедию) также с трудом подлежат коррекции школьным психологом. Он может указать, что лежит в основе проблем ребенка, но гармонизацией отношений в семье должен заниматься другой специалист (семейный консультант), так как работа требуется длительная и по возможности со всей семьей. Иногда психолог может порекомендовать родителям сводить ребенка на обследование к тому или иному специалисту. Не стоит этого пугаться: ведь цель – не найти какие-то отклонения у ребенка, а, наоборот, раз и навсегда исключить наличие органических нарушений. Если же какие-то отклонения будут обнаружены, то своевременно начатая коррекция позволяет достигнуть лучших результатов, чем, когда «время уже упущено». Но в любом случае не проходите мимо кабинета школьного психолога: он вас всегда выслушает и посоветует, какие дальнейшие шаги надо предпринять.

#### 5 АРГУМЕНТОВ В ПОЛЬЗУ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

*Родителям, готовым обратиться за помощью к психологу, первым стоит посетить специалиста, который работает в школе. ПОТОМУ ЧТО:*

- Никто лучше него не имеет представления о жизни ребенка в школе. А чаще всего проблемы детей в возрасте 6–11 лет так или иначе связаны с их школьной жизнью.
- Школьный психолог имеет возможность наблюдать за ребенком в течение учебного дня в «естественной среде», куда нет доступа родителям. Он может влиять на ситуацию и общаться с остальными участниками школьной жизни – одноклассниками и педагогами.
- Школьный психолог наблюдает за ребенком в течение длительного времени (несколько лет), отслеживая все изменения в его развитии, поведении и взаимодействии с окружающими.
- Комфортное состояние ребенка в школе складывается из мелочей. Психолог, несколько лет проработавший в одной школе, имеет представление о стилях работы того или иного педагога, о требованиях, которые он предъявляет к детям.

*Например, Тамара Васильевна требует порядка на парте, а Екатерина Дмитриевна очень не любит, когда опаздывают. И хотя глобально это не скажется на отношении педагога к ученику, но неудовольствие, которое педагог может испытывать неосознанно, когда его требования не выполняются, способно затруднить установление доверительного контакта с ребенком.*

*Психолог может выступать посредником в конфликтах между родителями, учениками и учителями. Так как он не участник конфликта, а сторонний наблюдатель, то с ним всегда откровеннее в беседах, к его советам и мнению скорее прислушаются.*