**KAS YRA PSICHOLOGAS?**

**Psichologas**– psichologijos studijas universitete baigęs asmuo, kuris panaudodamas specialias metodikas geba įvertinti pažintinius procesus ( dėmesį, atmintį, intelektinius gebėjimus, mąstymą), asmenybės struktūrą ir raidą, emocijų bei elgesio ypatumus, konsultuoja iškilus sunkumams tarpasmeniniuose santykiuose, šeimoje, karjeros klausimais.

**KADA REIKĖTŲ KREIPTIS Į PSICHOLOGĄ?**

Kai kurie žmonės mano, kad į psichologą reikia kreiptis tada, kai pasidaro itin blogai – pvz., kai jau nebesinori gyventi, kai žmogus labai ilgą laiką nesugeba susirasti draugų ir jaučiasi visiškai vienišas šiame pasaulyje... Dažnai tėvai laukia metų metus, kol vaiko elgesys „pasitaisys savaime“, kol vaikas „išaugs“... Dar dažniau tėvai (ir mokytojai) galvoja, kad nieko tokio, jei vaikas nuolatos užsidaręs, liūdnas ir nieko nenori (juk problemų nei klasėje, nei namie dėl tokio jo elgesio nekyla)... Ar nebūtų geriau spręsti problemas jų pradinėje stadijoje, o ne laukti, kol sniego gniūžtė, risdamasi nuo kalno, vis didės ir pasidarys nebeįveikiama?

**ATEIKITE PAS PSICHOLOGĄ PASITARTI, KAI VAIKAS:**

* pradeda kažko bijoti taip, kad tai trukdo normaliam gyvenimui (gyvūnų, tam tikrų vietų ar žmonių) arba vaiką užvaldo nerimas: dėl ateities, mokymosi ar kt.;
* nuolat jaučia nuovargį, tampa liūdnas, atsiriboja nuo kitų žmonių, nebesidomi ankstesniais užsiėmimais, praranda apetitą ir pan.;
* pradeda skųstis bloga savijauta (pilvo skausmai, pykinimas, nemiga, sapnuoja košmarus, šlapinasi į lovą ir pan.), bet gydytojai neranda jokios fizinės ligos;
* atsiranda tikai (nevalingas kūno dalių trūkčiojimas), mikčiojimas, įkyrūs judesiai (kąsymasis, muistymasis ir pan.);
* susiduria su sunkumais moksle, net tada, kai jis deda daug pastangų;
* sunkiai sukaupia ir išlaiko dėmesį pamokoje, yra ypač judrus;
* dažnai nepaiso taisyklių ar suaugusių reikalavimų, elgiasi agresyviai ar žiauriai kitų atžvilgiu, bėga iš namų ar mokyklos;
* išgyvena reikšmingus pokyčius gyvenime **-** tėvų skyrybas, artimo žmogaus mirtį ar ligą, gyvenimo vietos ar mokyklos pakeitimą, bet nesidalina su jumis savo išgyvenimais ir jums tai kelia nerimą;
* pradeda elgtis neįprastai (ir tai nėra susiję su raidos krizėmis) ir jūs nežinote, kas atsitiko ir kaip tokiu atveju elgtis.

**PSICHOLOGO VEIKLOS SRITYS:**

**I. Konsultavimas -**  vaiko asmenybės ir ugdymosi sunkumų nustatymas ir koregavimas, bendradarbiavimas su tėvais (globėjais), pedagogais bei pagalbos vaikui specialistais, jų konsultavimas, rekomendacijų dėl vaiko ugdymo teikimas.

**II. Psichologinis įvertinimas** - vaiko asmenybės ir ugdymosi problemų, galių ir sunkumų įvertinimas, remiantis standartizuotomis metodikomis.

**III. Švietimas -** mokinių, tėvų (globėjų), pedagogų švietimas vaiko raidos psichologijos, pedagoginės ir socialinės psichologijos klausimais.

**IV. Psichologinių problemų prevencija -** tai psichologinių problemų prevencijos poreikio įvertinimas (bendruomenės grupių tyrimas), prevencinių priemonių bei programų rengimas ir įgyvendinimas, psichologinių krizių prevencija, intervencija ir postvencija.

Parengė Klaipėdos rajono pedagoginės psichologinės tarnybos psichologės **Sonata Zumbrickienė** ir **Aušra Žiobakienė**

www.klrppt.lt el.p. [klrppt@gmail.com](mailto:klrppt@gmail.com) tel. (8 46) 453 945