**«По каким вопросам можно обратиться к психологу?»**

Автор статьи: педагог-психолог Киселева Е.М.

***«Познать себя мы можем только через глаза другого...»***

***Психологическая помощь*** – это совместная работа психолога и клиента.

При этом **к*лиенту*** отведена активная роль - открыто говорить о своих переживаниях и прилагать усилия для понимания специалиста.

 *П****сихолог не дает готовых советов!*** Обратившемуся за помощью человеку он создает условия для самостоятельного поиска выхода из сложной ситуации, опираясь на опыт, ценности и ресурсы клиента.

Специалист поможет клиенту:

* увидеть другие стороны его жизненной ситуации и реакции на них;
* установить связь между чувствами и поведением, между событиями прошлого и настоящей жизнью;
* привести к пониманию того, что обычно ускользает от его взгляда
* выбрать новые средства самопознания, самопринятия...

*Таким образом, через погружение во внутренний мир и диалог, клиенту постепенно откроются новые перспективы решения его проблем.*

По каким вопросам можно обратиться к психологу?

1. **Вопросы личностного плана**
	* Проблемы эмоционального характера (плохое настроение, душевный дискомфорт, страхи и др.)
	* Недовольство собой, неприятие своей внешности, неуверенность
	* Повышенная утомляемость, раздражительность, хроническая усталость, лень…
	* Чувство одиночества и сложности в выстраивании коммуникаций
	* Развитие творческих способностей
	* Возрастные кризисы
	* Психологическая травма (насилие, болезнь, физическая травма, эмоциональное потрясение, стали очевидцем или участником ДТП)
	* Проблема поиска смысла жизни, себя в этом мире
	* Все виды зависимости (любовная, пищевая, компьютерная, токсическая, алкогольная, наркотическая) на ранней стадии формирования
2. **Вопросы, касающиеся детского развития**
	* Диагностика психического развития детей и консультации родителей
	* Коррекция и развитие познавательных функции: мышления, внимания, памяти, воображения, восприятия, речи
	* Неприспособленность ребенка к коллективу в образовательном учреждении
	* Нежелание учиться
	* Проблемы в выстраивании межличностных отношений
	* Проявление агрессии по отношению к детям, взрослым
	* Трудности подросткового периода
3. **Вопросы из сферы семейных и партнерских взаимоотношений**

(взаимоотношения «муж-жена» «ребенок-родитель», «ребенок-ребенок»)

• Поиск половины

• Сложности в общении и установлении доверительных отношений (с обеих сторон)

• Если родители «не понимают»...

• Если дети «не слушаются»...

• Ревность

• Конфликты

• Развод

• Потеря близких

1. **Вопросы, касающиеся профессиональной сферы**
	* Самоопределение. Проблема выбора профессии
	* Поиск работы
	* Неудовлетворенность работой
	* Разрешение конфликтных ситуаций на работе
	* Обучение эффективному деловому общению
	* Бизнес-консультирование
	* Построение успешной карьеры