

Кто такой школьный психолог?

- Школьный психолог это специалист, который работает в учебном заведении, отвечает за психическое здоровье и помогает справиться с различными проблемами. Школьный психолог действует в интересах ребёнка. Школьный психолог помогает детям, родителям и учителям.

Задачи школьного психолога

- Оценка психологического развития ученика и влияние различных факторов в процессе обучения на успеваемость (психические процессы, особенности личности, эмоциональное состояние, проблемы психического здоровья, социальные и поведенческие навыки);
- консультация ученика в вопросах личной жизни, трудности в обучении, а также в вопросах психического здоровья, в развитии социальных и поведенческих навыков, в выборе обучения и планирования карьеры;
- консультация ученика, родителей и работников школы в вопросах кризисного консультирования;
- превентивная работа, связанная с вопросами психического здоровья.

РОДИТЕЛЬ И УЧИТЕЛЬ, стоит обратиться за помощью школьного психолога если:

- Поведение ребёнка изменилось.
- При совместной работе школы дома проблемы остаются. Родитель и учитель неоднократно беседовали с ребёнком, но проблемы остаются.
- Переживаешь за эмоциональное состояние ребёнка, за поведение и учёбу.
- У ребёнка проблемы со здоровьем (например головные боли, боли в животе и прочее), но врачи не могут найти причину.



УЧЕНИК, ты мог бы поговорить с психологом если:

- Переживаешь за себя, своих близких или у тебя постоянно плохое самочувствие.
- Ты не справляешься со своими ежедневными обязанностями, например с учёбой.
- Чувствуешь себя одиноким и хочешь, чтобы тебя выслушали, поняли или просто выговориться.
- У тебя сложные отношения с одноклассниками, членами семьи или учителями.
- Ты зависим от вредных привычек.
- Ты потерял близкого или произошло в твоей жизни что-то, с чем очень сложно справиться.
- Ты стал жертвой эмоционального, физического или сексуального насилия, или знаешь того, кому требуется помощь.
- Ты хочешь определиться с дальнейшими планами на будущее.

Эстонское общество школьных психологов

Контакты эстонского общества школьных психологов:
<http://koolipsyhholoogid.ee/>

У каждого человека возникают проблемы. У кого-то большие, у кого-то маленькие. Мы не должны справляться с нашими трудностями самостоятельно. Если проблемы долгое время остаются нерешёнными, то потом с ними очень трудно справиться.

Не оставайся с проблемой один на один! Приходи, делись своими переживаниями и задавай вопросы. Школьный психолог не расскажет никому о твоих проблемах и не будет осуждать. Школьному психологу можно рассказать о своей проблеме и спросить совета.



Где ещё можно получить психологическую помощь?

По всей Эстонии:
Телефон детской помощи
116111
<http://www.lasteabi.ee/>
<https://lahendus.net/>
<https://www.lapsemure.ee/>
<https://lastekriis.ee/>
<http://peaasi.ee/>
<https://rajaleidja.innove.ee/>

В Таллинне:
<https://tonkeskus.ee>
<https://pk.ee/>

В Тарту:
<https://tugiteenused.tartu.ee/>



В моей школе школьным психологом работает:

Контакты школьного психолога:



Eesti Koolipsühholoogide Ühing
Estonian Association of School Psychologists

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ В ПОМОЩЬ