



MOKYKLOS PSICHOLOGAS

Parengė Filaretų pradinės mokyklos psichologė Gražina Dokurno
El.paštas grazina.dokurno@filaretai.lt

Mokyklos psichologo funkcijos

Pagal „Psichologinės pagalbos teikimo tvarkos aprašą“, vienas mokykloje dirbantis psichologas teikia pagalbą ne daugiau kaip 400 mokinių (esant galimybei - ir mažesniam mokinių skaičiui). Mokyklos psichologo funkcijos labai plačios. Minėtas aprašas numato tokias psichologo funkcijas:

- Įvertinti vaikų sunkumus ir galias, raidos ypatumus, psichologines problemas;
- Konsultuoti vaikus bendravimo, elgesio, emocinių, tarpusavio santykių, mokymosi sunkumų, klausimais, tėvus ir mokytojus mokinių problemų sprendimo klausimais (rengti rekomendacijas);
- Bendradarbiauti su vaiko ugdytojais ir su vaiko gerove susijusiomis institucijomis (tėvais, mokytojais, kitais specialistais, VTAS, Pedagogine psichologine tarnyba, dalyvauti mokyklos Vaiko gerovės komisijos veikloje);
- Inicijuoti, rengti, įgyvendinti problemų prevencijos programas (padedant išvengti patyčių, alkoholio, narkotikų, smurto ir kt. problemų);
- Atlikti intervenciją ir postvenciją krizių atvejais;
- Šviesti mokyklos bendruomenę (vaikus, tėvus, mokytojus) aktualiomis psichologinėmis temomis;
- Atlikti įvairius psichologinius tyrimus mokykloje pagal poreikį;
- Tvarkyti reikalingą dokumentaciją.

Pagalba mokykloje mokiniui teikiama, kai:

- Kreipiasi mokinys (savarankiškai, neturint 16 metų, gaunamas tėvų sutikimas);
- Kreipiasi mokinio tėvai (globėjai, rūpintojai);
- Kreipiasi mokytojai (gavę tėvų, globėjų, rūpintojų sutikimą);
- Pedagoginės psichologinės tarnybos išvadoje nurodžius psichologinės pagalbos poreikį (specialiųjų ugdymosi poreikių turintiems vaikams, gaunamas tėvų sutikimas).
- Prašo/įpareigoja Vaiko teisių apsaugos tarnyba, tėvams nesirūpinant vaiku.

Kada kreiptis į mokyklos psichologą?

- Kai matote ne vienkartinį, ne vienadienį, o kiek ilgiau užsitęsusi pasikeitusį neigiama linkme vaiko elgesį (jautrumas, verkimas, piktumas, nemiga, liūdesys, baimės, užsidarymas, destruktivus kvailiojimas, juokavimas, erzinimas ar kt.) ir jūsų išnaudoti pagalbos būdai vaikui nepadedą.
- Po stipraus streso (avarija, išgąstis, smurtas, netektis, patyčios, žinia apie šeimos nario ligą, draugo savižudybę ir pan.), kai stebimas neigiamas tokios situacijos poveikis vaiko būsenoms;
- Kai vaiko elgesys visada mažiau ar daugiau kelia sunkumų, nepavyksta susikalbėti, valdyti bendravimo;
- Tiesiog dvejojate kaip elgtis kokioje nors konkrečioje situacijoje, norite pasitarti, jaustis saugiau, užtikrinčiau.

Kada kreiptis į vaikų psichologą?



Pagalbos paaugliams iniciatyva

Vaikas turi emocinių sunkumų.

Vaikas prislėgtas, liūdnas, dažnai verkia, jaučiasi vienišas, irzlus, labai jautrus, greitai, dažnai ir stipriai supyksta, jo nuotaikos labai greitai keičiasi.

Vaikas turi

adaptacijos sunkumų. Vaikui sunku prisprasti prie pasikeitusių gyvenimo aplinkybių, tokių kaip tėvų skyrybos, patėvio ar pamotės ir jų vaikų atsikraustymas į namus, brolio ar sesers gimimas, persikraustymas gyventi į kitą vietą, mokyklos ar klasės pakeitimas.

Vaikas išgyvena

potrauminį stresą dėl patirtų siaubingų, sukrečiančių įvykių, tokių kaip šeimos nario, draugo ar gyvūnėlio netektis, labai sunki paties vaiko ar artimojo liga, patirta prievarta.

Vaikas turi dažnų

sveikatos skundų: tai galvos, širdies, pilvo skausmai ir (ar) pykinimas (ypač prieš einant į mokyklą ar darželį), nors gydytojai nenustato jokios ligos. Tėvai pastebi, kad atsinaujino šlapinimasis į lovą, tuštinimasis į kelnes po to, kai vaikas jau buvo išmokęs tualetą įgūdžių, atsirado tikai ir mikčiojimas.

Vaikas turi elgesio

sunkumų. Jums niekaip nepavyksta suvaldyti vaiko elgesio: vaikas neklauso, nesilaiko taisyklių namuose ir mokykloje, yra impulsyvus, pratrūksta pykčiu ar apgalvotai gąsdina kitus, skriaudžia vaikus ar gyvūnus, tyčia gadina daiktus, vagia.

Vaikas turi miego

sunkumų: vaikui sunku užmigti vakare, baisu eiti miegoti, dažnai sapnuoja košmarus, dažnai naktį prabunda, ryte prabunda per anksti ir nebegali užmigti; arba išmiegojęs visą naktį, ryte vis tiek būna neišsimiegojęs, apsnūdęs dienos metu.

Vaikas turi mokymosi

sunkumų: jam sunku mokykloje mokyti, susikaupti per pamokas ar ruošiant namų darbus, nesupranta mokytojų aiškinimo, vis gauna prastus pažymius, nebenori mokyti, vengia eiti į mokyklą, neatlieka namų darbų, bėga iš pamokų.

Vaikas vartoja

žalingas medžiagas: rūko, geria alkoholinius gėrimus, vartoja narkotikus, gydytojo nepaskirtus vaistus, svaiginasi uostydamas lakias medžiagas ir pan.

Namuose kyla

šeimos santykių sunkumų: sunku suprasti vaiką, su juo susitarti, vaikas stipriai ir dažnai konkuruoja, pykstasi, mušasi su kitais vaikais.

Vaikas turi valgymo

sunkumų: įsitikinęs, kad yra per storas, nors taip nėra, siekia numesti svorio valgydamas labai mažai arba labai daug sportuodamas; persivalgo ir paskui išvemė maistą; turi labai siaurą maisto racioną.

Vaikas turi

bendravimo sunkumų: yra uždaras, vengia bendravimo; nepasitiki savimi, itin įsitemęs, drovus socialinėse situacijose, nori draugauti, bet nepavyksta susirasti draugų, patiria bendraamžių patyčias.

- Psichologas, įvertinęs problemos pobūdį, gali nuspręsti kam ir kokią pagalbą suteikti.
- Neretai gali būti konsultuojami tėvai ir teikiamos jiems arba pedagogams rekomendacijos dėl bendravimo su vaiku ir reagavimo į jo problemą.
- Kitais atvejais psichologas dirba tiesiogiai su vaiku arba visa šeima.

Kas vyksta psichologo kabinete?

- Vaikas psichologo kabinete kalbasi. Atskleidžia savo skausmingas, liūdnas, malonias ir kitokias patirtis. Ne iš karto. Tam, kad vaikas galėtų papasakoti tai, apie ką sunku ir nesinori kalbėti, reikia sukurti pasitikėjimų grįstą ryšį, kas reikalauja nemažai laiko ir pastangų.
 - Vaikas psichologo kabinete žaidžia. Mes žaidžiame ir žaidžiame daug. Yra toks angliškas posakis: „Play is kid’s language, toys are their words“ - „žaidimas vaikų kalba, žaislai - jų žodžiai“, kuris atskleidžia žaidimo svarbą vaikystės laikotarpyje.
 - Mes žaidžiame stalo žaidimus (padeda kurti ryšį; padeda lavinti bendravimo įgūdžius; metodiniai stalo žaidimai padeda pažinti emocijas, lavina dėmesio įgūdžius, loginį mąstymą, atmintį ir daugelį kitų pažintinių gebėjimų ir įgūdžių).
 - Mes žaidžiame vaidybinį žaidimus. Per žaidimus vaikai atkartoja jiems artimus, pažįstamus scenarijus, jie priskiria žaislams savo artimųjų vaidmenis, kas leidžia geriau pažinti vaikus ir jų artimiausią aplinką.
 - Mes žaidžiame terapinius žaidimus, skaitome terapines pasakas, aiškinamės jų prasmes;
- ⇒ Pokalbių, žaidimų ir kitų būdų pagalba skatinamas vaiko suvokimas apie savo problemas ir nauda jas sprendžiant, atskleidžiama, kad yra pakankamai daug būdų spręsti problemą ar pasiekti tikslą. Tai padeda vaikui pamatyti įvairias elgesio pasekmes, suvaldyti savo jausmus ir mintis.

Ar psichologo pagalba bus efektyvi?

Psichologinės pagalbos efektyvumą sąlygoja daug dalykų. Pirmiausia, daug reikšmės turi problemos pobūdis ir tai, kiek tėvų/mokytojų lūkesčiai atitinka vaiko vidines galimybes įveikti tokią problemą. Kartais mažytis pokytis vaikui gali būti labai didelis ir pareikalavęs didžiulių jo psichinių pastangų, bet jis gali būti nepakankamai patenkinantis tėvų arba mokytojų lūkestį. Taigi, psichologinės pagalbos efektyvumo vertinimas gali priklausyti nuo vaiko, tėvų ar mokytojo požiūrio į problemą, o taip pat nuo vaiko bei jo ugdytojų motyvacijos ją spręsti.

Psichologinė pagalba dažniausiai yra kompleksinis reiškinys, kuris įtraukia ir dalina problemos sprendimui atsakomybę tėvams, mokytojams, vaikui, psichologui ir galbūt kitiems specialistams bei institucijoms. Jeigu problemos sprendimo atsakomybė yra paliekama tik psichologui ir vaikui, tai tikriausiai tik psichologui ir seksis gerai su tuo vaiku bendrauti, bet mokinys, grįždamas į klasę ar namų aplinką, tuo pačiu grįš ir į savo problemą, jeigu aplinkiniai suaugusieji neturės darnaus ir konstruktyvaus sutarimo, kaip reaguoti į tam tikrą vaiko sunkumą. Psichologas yra koordinatorius, plano sudarytojas, kaip reaguoti. Tėvai ir mokytojai turi padėti psichologui šį planą įgyvendinti, siekiant vieningo rezultato - teigiamų vaiko pokyčių.

Taigi, psichologas negali garantuoti, kad jo pagalba padės vaikui, nes ne jo vieno pagalba viską nusprendžia. Jis tik gali garantuoti, kad suteikė visą reikalingą pagalbą savo galimybių ribose.

Ką dar svarbu žinoti siekiant psichologo pagalbos?

- Psichologas nėra gydytojas, jis nediagnozuoja ir negydo ligų, neišrašo receptų vaistams. Psichines ligas diagnozuoja ir gydo gydytojai psichiatrai. Psichologas nėra psichiatras;
- Psichologas mokykloje padeda spręsti vaikų psichologines problemas, pažiūrėti į vaiko gyvenimo situacijas kitu kampu, tačiau už klientus problemų nesprendžia, nes tam, kad vyktų pokyčiai vaiko viduje ir gyvenime, reikia, kad jo artimiausioji aplinka ir jis pats to aktyviai norėtų ir siektų;
- Psichologo pagalba yra konfidenciali. Tai, apie ką kalbatės jo kabinete lieka tarp to kabineto sienų;
- Psichologinė pagalba yra savanoriška, žmogus pats (vaiko tėvai, jei klientas yra vaikas) sprendžia, kiek jam ji reikalinga ir priimtina.

Filaretų pradinės mokyklos psichologės Gražinos Dokurno darbo laikas:

SAVAITĖS DIENOS	KONTAKTINĖS DARBO VALANDOS	NEKONTAKTINĖS DARBO VALANDOS*
Pirmadienis	8.00 - 14.00	14.00 - 16.00
Antradienis	8.00 - 14.00	14.00 - 16.00
Trečiadienis	8.00 - 14.00	14.00 - 15.00
Ketvirtadienis	8.00 - 14.00	14.00 - 16.00
Penktadienis	-	8.00 - 15.00
Pietų pertrauka 11.30 - 12.00		

**Nekontaktinis darbo laikas skiriamas mokinių įvertinimų duomenų, dokumentų tvarkymui, rekomendacijų rengimui, konsultacijų, paskaitų ruošimui, profesinės kvalifikacijos tobulinimui.*

