

Вопросы, по которым можно и нужно обращаться к школьному психологу

1. Трудности в учёбе.

Некоторые ребята учатся не так хорошо, как им хотелось бы. Причин тому может быть масса. Например, не очень хорошая память или рассеянное внимание или недостаток желания, а может быть проблемы с учителем и непонимание, зачем всё это вообще нужно. На консультации мы постараемся определить, в чём причина и каким образом это исправить, другими словами попробуем найти, что и как необходимо развивать, чтобы учиться лучше.

2. Взаимоотношения в классе.

Есть люди, которые запросто находят контакт с другими, легко общаются в любой, даже незнакомой компании. А есть такие, которым сложно знакомиться, сложно строить хорошие взаимоотношения, находить друзей и просто чувствовать себя легко и свободно в группе или классе. С помощью педагога-психолога можно найти способы и личные ресурсы, изучить приёмы для построения гармоничных отношений с людьми в самых разных ситуациях.

3. Взаимоотношения с родителями.

Иногда бывает так, что теряются общий язык и тёплые отношения с нашими самыми близкими людьми - с родителями. Конфликты, ссоры,

отсутствие взаимопонимания - такая ситуация в семье обычно приносит боль и детям, и родителям. Некоторые находят пути решения, а другим это сделать достаточно трудно. Педагог - психолог расскажет вам о том, как научиться строить новые отношения с родителями и научиться понимать их, и как сделать так, чтобы и родители понимали и принимали вас.

4. Выбор жизненного пути

Уже начиная с восьмого класса, многие задумываются о будущей профессии и вообще о том, как бы они хотели прожить свою жизнь. Если вы не уверены, каким путём вы хотите пойти, всегда есть возможность пойти к педагогу - психологу. Он поможет вам осознать свои мечты, желания и цели, оценить свои ресурсы, склонности и способности и понять (или приблизиться к пониманию), в какой сфере (сферах) жизни вы хотите реализоваться.

5. Самоуправление и саморазвитие.

Наша жизнь настолько интересна и многогранна, что постоянно ставит перед нами массу задач. Многие из них требуют недюжинных усилий и развития в себе самых разнообразных личностных качеств, навыков и умений. Можно развивать навыки лидерства или навыки ведения спора, логическое мышление или творческие способности. Улучшать свою память, внимание, воображение. Можно учиться управлять своей жизнью, ставить цели и эффективно достигать их. Педагог-психолог - человек, который владеет

технологией развития тех или иных качеств, навыков и умений и с удовольствием поделится этой технологией с вами.

Дорогие ребята!

Вам предлагаются некоторые рекомендации для организации различных сторон вашей жизни: как учебной, так и личной. Для овладения тем, что вам необходимо или понравилось, осуществляйте свои намерения **ПОЭТАПНО**, последовательно, настойчиво, а не **«всё сразу»** - любые новые навыки и привычки формируются постепенно, и как для их выработки, так и для закрепления нужно время и привыкание.

С уважением - Ваша педагог-психолог **Збогерская Ольга Викторовна**.

Рекомендации подросткам

1. Не бойся делать то, что не умеешь и чему тебя не учили. Дилетант строил Ноев ковчег, а «Титаник» строили высококвалифицированные профессионалы! Это не аналогия.
2. Упал - начни сначала.
3. Без веры в себя нельзя быть сильным. Но вера в себя считается в обществе чем-то нескромным. Уладить это противоречие - одна из труднейших задач человека и его жизни.
4. В поисках истины свойственно ушибаться!

5. Нет никого в этой жизни, кто бы достиг состояния, освобождающего его от необходимости трудиться.
6. Новые шансы даются под видом неприятностей. Не уппусти их!
7. Пока ты недоволен жизнью, она проходит мимо.
8. Если прислушаться к самому себе – можно услышать других.
9. Не бывает безвыходных ситуаций! Бывают только ситуации, выход из которых нас не устраивает.
10. Если человек говорит, что у него нет проблем, стоит проверить его пульс.
11. Всем людям свойственно ошибаться!