Duże problemy małego pacjenta - kiedy do psychologa?

Drodzy Rodzice, w trakcie konsultacji wybrzmiewają Wasze obawy: czy to już pora na wizytę u psychologa, czy jest to konieczne dla Waszego dziecka. Pamiętajcie, że pomoc jest ważna. Psycholog jest specjalistą, który gra z Wami w jednej drużynie. Wspólnymi siłami możecie zdziałać prawdziwe cuda ☺ Poniżej kilka sytuacji, które mogą wymagać dodatkowego wsparcia.

1. **Natłok emocji.**

Czasami dzieci doświadczają dużo napięć, lęków, czy napadów złości. Brakuje im wtedy zasobów, żeby coś z tym zrobić. Wspólnie z psychologiem popracują nad rozumieniem emocji oraz radzeniem sobie z nimi.

2. **Nowa sytuacja:**

- Zmiana szkoły/przedszkola
- Przeprowadzka
- Narodziny rodzeństwa
- Śmierć lub choroba w rodzinie

... i każda sytuacja, która zmienia funkcjonowanie Waszej rodziny. Nowe sytuacje wiążą się z ogromnymi emocjami, które psycholog pomoże ułożyć.

3. **"Coś" zmienia się w zachowaniu dziecka.**

Nieraz trudno jest nazwać to, co dzieje się z dzieckiem. Zauważasz zmianę, jednak nie wiesz, co możesz z nią zrobić i co ona oznacza. Psycholog w trakcie rozmowy pomoże Ci zrozumieć "to coś".

4. **Twoje emocje są ważne.**

Bywają takie momenty, w których dorosły potrzebuje skupić się na sobie. Niekiedy brakuje pomysłu na to, jak dalej radzić sobie jako rodzic. Ciebie też mogą przytłoczyć różne emocje i sytuacje. Wspólnie z psychologiem zaopiekujesz się sobą.

5. **Jaka jest rola psychologa?**

Próbuje razem z Tobą rozplątać kłębek problemów i trudności :) Rozmawia, pyta, podpowiada, szuka razem z Tobą rozwiązań. A Ty sam decydujesz o tym, jak je wykorzystasz.

6. **Jesteś rodzicem, nie specjalistą.**

Nie musisz wiedzieć wszystkiego (nawet jeżeli świat twierdzi inaczej). To, że szukasz wsparcia i pomocy, pokazuje, że dbasz o swoje dziecko i chcesz dla niego jak najlepiej. Jesteś super rodzicem