



KĄ SUAUGĘ TURI ŽINOTI, IEŠKODAMI VAIKUI PSICHOLOGINĖS PAGALBOS

Vaikų socialinės globos namų „Gilė“ psichosocialinės reabilitacijos centro psichologė Vaiva Gradauskienė dalinasi patirtimi, jog vaikai dažniausiai atvedami pas psichologą, **patys nežinodami, kur eina, arba ne iki galo suprasdami, kas čia vyks ir kodėl.**

Tokiu atveju, vaikas suvokiamas tarsi daiktas: „atnešėm kompiuterį, sugedo, sutaisykit“. Deja, tokiu atveju, pokytis retai teįmanomas. Tik tuomet, kai vaikas įtraukiamas kaip aktyvus pagalbos sistemos dalyvis, turintis savo motyvus, norus, baimes ir pan., psichologinė pagalba tampa efektyvi.

Prieš kreipiantis psichologinės pagalbos, su vaiku visuomet svarbu aptarti šiuos klausimus:

- **KODĖL kreipiamasi į psichologą?**

Dažniausias vaikų supratimas, kodėl jie atvedami pas psichologą – „nes yra blogi“ arba „blogai elgiasi“. Tėvų ir vaikų įvardinamos problemos labai skiriasi. Kalbant apie tai su vaiku, svarbu pabandyti sunkumus pamatyti ne tik iš savo, suaugusiojo, perspektyvos, tačiau taip pat **pabandyti į pasaulį pažvelgti ir vaiko akimis: kokia jam didžiausia problema gali atrodyti? Kodėl jis turėtų norėti kažką keisti?**

Pvz. Tėvų matoma problema – vaikas mušasi, bet vaiko akimis tai gali neatrodyti problema ar priežastis kažką keisti, galbūt jo sunkumas – tai, kad jis jaučiasi vienišas ir neturi draugų.

- **KAS VYKS? Kaip bus teikiama pagalba?**

Dažnai vaikai, nežinodami, kur eina, ir kas ten vyks, jaučia didelį nerimą. Paaškindami, kaip atrodys psichologo kabinetas, ką ten reikės daryti (pvz. pasikalbėti, atlikti kelias užduotis, pažaisti, papiešti), kiek kartų gali tekti susitikti, padedame vaikui pasijusti saugesniam ir ramesniam.

- **KAS IŠ TO?**

Susitikus su psichologu, vaikui svarbu paašškinti, koks numatomas pagalbos planas, ir kas rezultate gali būti pasiekta. Pvz. atliekant psichologinį vaiko vertinimą, vaikui svarbu pateikti informaciją: „susitiksime su psichologu keturis kartus, kad tave geriau pažintų, suprastų sunkumus ir galias, o

po to susitikę aptarsime, kokia pagalba būtų tinkamiausia sprendžiant šią problemą“. Paprastai tokią informaciją vaikui pateikia pats specialistas, bet jei susitikimo metu šie dalykai lieka neaptarti, drąsiai galite patys inicijuoti tokį pokalbį su psichologu.

Ne mažiau svarbu vaikui suprantamais žodžiais paaiškinti, kas po šių susitikimų išaiškėjo (vaiko stiprybės, sunkumai, resursai ir pan.). Neretai specialistai šiuos duomenis aptaria su tėvais ar globėjais, tačiau tiek pat svarbu juos aptarti ir su pačiu vaiku. Kartu išsikelti tikslą ir nusimatyti žingsnelius, kaip galima būtų judėti to tikslo link.