Л.Н. Толстой

***П***

***сихология*** — одна из наук о человеке. Человека изучают многие науки, каждая со своей стороны. Какую же сторону человека изучает **психология**? Прежде всего, она изучает то, что побуждает человека к действию, позволяет ему ориентироваться в окружающем мире, принимать решения, оценивать полученные результаты, изучает индивидуальные **психологические** особенности людей и свойства их личности, от чего они зависят, как складываются и изменяются.

Когда-то в древности считалось, что таким *«деятелем»* является живущая в теле человека душа. А душа по-гречески - *«псюхе»*. Отсюда и произошли слова *«****психика****»* и *«****психология****»*. Дословно *«****психология****»* **означает***«наука о душе»*.

И эта наука очень интересна. Мне посчастливилось связать свою жизнь с ней.

Я очень люблю свою профессию и считаю её несомненно нужной и интересной.

Ставя во главу угла ценность личности ребёнка, но делая акцент на различных аспектах его развития, не только я, но и каждый практикующий **психолог** моделирует свою профессиональную деятельность, основываясь на специфических особенностях учреждения, в котором он работает, включающих особенности образовательной программы, специфики контингента (воспитанников, их родителей, профессиональные и личностные особенности педагогического коллектива и т. д.). Тем не менее, можно выделить приоритеты, являющиеся общими для всех **психологов образования**:

* участие в создании эмоционально комфортных условий для субъектов образовательного процесса *(детей, педагогов, родителей)* в ДОУ;
* повышение **психологической** культуры педагогов и родителей;
* изучение особенностей развития детей в триединстве эмоциональной, волевой и интеллектуальной сфер.

Деятельность педагога-**психолога** включает в себя следующие направления:

* профилактическая и просветительная работа;
* **психодиагностика**;
* поддержка деятельности ДОУ;
* коррекционно-развивающая работа и, конечно, консультирование.

В процессе консультирования очень важны профессиональная и человеческая компетенция педагога-**психолога**, его жизненный опыт, умение выслушать и помочь найти выход из затруднительной ситуации. Это обязывает его постоянно совершенствовать свои знания и умения, расширять кругозор и общую осведомленнось, чтобы быть грамотным и *«подкованным»* во всех направлениях и смочь оказать квалифицированную помощь любому клиенту, так как не бывает 2-х абсолютно одинаковых ситуаций консультирования. Нельзя заготовить один ответ на подобные, казалось – бы, на первый взгляд, вопросы. Человеческие проблемы только извне могут казаться схожими, на самом деле – они неповторимы.

Однако поскольку они возникают, развиваются, существуют в контексте уникальных человеческих жизней, то и сами проблемы в действительности являются уникальными.

За консультацией к педагогу-**психологу** в различных вопросах, как личной, так и профессиональной направленности, за помощью в нахождении выхода из проблемных ситуаций обращаются обычно все участники учебно-воспитательного процесса (администрация, педагоги и, конечно же, родители, а также другие работники ДОУ.

Так как общение между людьми занимает **значительную** часть жизни и у многих вызывает трудности из-за низкой самооценки, издержек поведения и воспитания, малого опыта, низкого уровня самоуважения или недостаточных социальных навыков, будь то проблемы детско-родительских или семейных отношений, конфликты по поводу воспитания и обучения детей между сотрудниками коллектива, родителями и воспитателями и многое другое, то в обязанности педагога-**психолога** входит просветительная работа с целью развития умение завязывать и поддерживать межличностные отношения у всех участников учебно-воспитательного процесса, чтобы они могли жить продуктивнее, испытывать удовлетворенность жизнью, несмотря на некоторые неизбежные социальные ограничения. Также развивать навыки преодоления трудностей при столкновении с новыми жизненными обстоятельствами и требованиями, обеспечивать эффективное принятие жизненно важных решений. А это в свою очередь будет позитивно и плодотворно сказываться на отношениях взрослых и детей. Это очень важно, так как ни для кого не секрет, как пагубно сказывается влияние негативного **психоэмоционального** состояния взрослых на **психосоматическое** состояние детей и развитие их личности.

Мы живём в эпоху кризисов и социальных перемен. Тем не менее, в одних и тех же обстоятельствах люди ведут и чувствуют себя по-разному. На некоторых людей жизненные сложности действуют угнетающе, приводят к ухудшению их физического состояния. У других те же проблемы способствуют пробуждению скрытых ресурсов, духовному совершенствованию и успешной самоактуализации — как бы вопреки экстремальным ситуациям. Что же позволяет человеку проявлять жизнестойкость? Что даёт ему силы для сохранения здоровья, душевного комфорта, активной созидательной позиции в сложных условиях?

Как помочь человеку уже с детства находить опору в себе самом, наращивать ресурсы **психологического** противостояния негативным факторам реальности?

Ребёнок беспомощен, но мудрость взрослых даёт ему защиту, так как именно окружающие ребёнка взрослые способны создать приемлемые условия для его полноценного развития. Основа такого развития — **психологическое здоровье**, от которого во многом зависит здоровье человека в целом.

Что понимать под **психологическим здоровьем**?

Термин *«****психологическое здоровье****»* был введён в научный лексикон
И. В. Дубровиной, понимающей под этим аспекты **психического здоровья**, относящиеся к личности в целом и находящиеся в тесной связи с высшими проявлениями человеческого духа.

Действительно, если составить обобщающий *«портрет»* **психологически здорового человека**, то можно получить следующее. **Психологически** здоровый человек – это, прежде всего, человек спонтанный и творческий, жизнерадостный и весёлый, открытый, познающий себя и окружающий мир не только разумом, но и чувствами, интуицией. Он полностью принимает самого себя и при этом признаёт ценность и уникальность окружающих его людей. Такой человек берёт ответственность за свою жизнь, прежде всего, на самого себя и извлекает уроки из неблагоприятных ситуаций. Его жизнь наполнена смыслом. Он находится в постоянном развитии и, конечно, способствует развитию других людей.

Таким образом, можно сказать, что *«ключевым»* для описания **психологического** здоровья является слово *«гармония»*, или баланс. Прежде всего, это гармония между различными сторонами самого человека: эмоциональными и интеллектуальными, телесными и **психическими**. Также это гармония между человеком и окружающими людьми, природой, космосом. Если это имеет место быть, то человек чувствует себя счастливым, в противном случае - глубоко несчастным.

**Психологическому** здоровью ребёнка соответствует сформированность основных возрастных личностных новообразований. Причём те или иные трудности в их формировании свидетельствуют о нарушении **психологического здоровья**.

На нас - взрослых лежит большая ответственность за обучение и воспитание подрастающего поколения. В наших силах облегчить реализацию и повышение потенциала их личности.

Как специалист, работающий с детьми, хочу сказать, что в компетенции педагога-**психолога** научить их стремиться к максимальной свободе (учитывая естественные социальные ограничения, а также стремиться развивать способность контролировать своё окружение и собственные реакции, провоцируемые окружением, помочь детям понять происходящее в их жизненном пространстве, совершенствуя коммуникативные навыки и повышая уровень их познавательного развития, а также научить их осмысленно достигать поставленной цели на основе осознанного выбора при разрешении проблем эмоционального и межличностного характера. Только осуществлять всё это нужно на доступном для понимания детей уровне, с большим терпением, кропотливо, без насилия, показывая хороший пример для подражания, с заботой и любовью.

Как известно, проблемы взрослых людей все родом из детства. Зная это, я, как педагог-**психолог**, работающий с детьми, буду прилагать все усилия, чтобы у моих подопечных было как можно меньше таких проблем в будущем, чтобы они росли **психологически** здоровыми и счастливыми, чтобы образ педагога-**психолога** в их памяти был связан с уверенностью в завтрашнем дне и позитивом.

Важность профессии **психолога трудно переоценить**. Можно сказать, что квалифицированная помощь другому человеку, не важно: ребёнку или взрослому, в разрешении его проблем, я бы сказала, подобна тому, что как если бы тебе подарили крылья и научили летать.

Я люблю свою профессию, так как она помогает людям стать немного счастливее и свободней. А это не так уж и мало!