**Детский психиатр, психолог — когда к ним обращаться?**

[РОДИТЕЛИ И ДЕТИ](http://5psy.ru/roditeli-i-deti/)

***Когда обращаться к детскому психологу, психиатру?***

Ни один ребенок, подрастая и развиваясь, не может избежать в то или иное время тех или иных проблем, будь то повышенная тревожность, страхи (фобии), нарушения сна, временное недержание мочи (энурез)…

Симптоматика у ребенка отличается от симптоматики у взрослого человека, и признаки болезни не всегда означают, что ребенок болен, что он нуждается в лечении какого-то заболевания с подобными симптомами.

Появление некоторых симптомов вполне нормально и требует к себе внимания только потому, что говорит о попытке ребенка адаптироваться к новой для него ситуации.

**Необходимость обращения к специалисту диктуется не «нормальным» или «ненормальным» характером заболевания, а тем, насколько оно тягостно для самого ребенка и его окружения.**

Разумеется, есть симптоматика, прямо указывающая на то или иное тяжелое недомогание или болезнь, — например, проблемы с развитием. Однако в таких случаях речь идет не об отдельных симптомах, а о целой группе нарушений, проявляющихся достаточно рано и отражающихся на развитии ребенка, причем случаи эти не так уж часты.

Вы сомневаетесь, **стоит ли идти к специалисту?**

 Вашему малышу **меньше двух месяцев,** и вы убеждены, что нарушения у него сна  или питания со временем пройдут сами собой. Вполне возможно, вы правы. Тут важно, насколько сильно эти трудности отражаются на вашей повседневной жизни и отношениях с ребенком. Не следует усугублять ситуацию, нельзя, чтобы трудности стали постоянными. И иногда в таких случаях своевременная консультация оказывается весьма полезной.

Совершенно очевидно, что по мере роста ребенка возникают все новые сложности, но так же очевидно, что далеко не всегда вам требуется консультация психолога или психотерапевта: часто вы можете разобраться в них и справиться с ними самостоятельно.

Иногда тревожные сигналы о проблемах с поведением или о трудностях с концентрацией внимания начинают поступать, когда ребенок идет в детский сад, то есть **в три-четыре года.** Позже могут возникнуть проблемы, связанные с расстройствами речи, или вдруг обнаруживается, что ребенку трудно вырезать ножницами, держать в руке карандаш…

**Когда из детского сада поступают такие тревожные сигналы, не колеблясь, обращайтесь к специалистам,** ибо воспитатели — профессионалы, они накопили богатый опыт работы с детьми и способны заметить то, чего не заметите вы.

Безусловно, о поведении, которое мешает другим или раздражает их, вам сообщат скорее, хотя оно куда менее тревожно, чем заторможенность ребенка и задержка в развитии, далеко не всегда различимые сразу.

**Раннее обращение полезно, но будьте осторожны с поспешной диагностикой!**

Сейчас существует тенденция при любых трудностях с ребенком сразу же ставить диагноз: очень быстро, например, приклеиваются ярлыки «специфические трудности обучения»[1](http://5psy.ru/roditeli-i-deti/detskii-psihiatr-psiholog-psihoterapevt-kogda-obraschatsya.html%22%20%5Cl%20%22_ftn1) или «гиперактивность». Далеко не всегда проблемы письма — это дисграфия, запоздание с речью — дисфазия, и далеко не всякая непоседливость или неуравновешенность говорит о гиперактивности.

**Вопреки тому, что иногда говорят, запоздалая диагностика не приводит к опозданию с терапией:** если состояние ребенка покажется вам необычным, тревожным и вы обратитесь к специалисту с беспокоящими вас признаками «болезни» достаточно рано, он и без точного диагноза назначит симптоматическое лечение. «Болезни» здесь в кавычках, ибо то, что у ребенка или с ребенком есть определенные трудности, может не только сигнализировать о заболевании, но и быть со стороны малыша призывом обращать на него больше внимания. Разумеется, в любом случае малыша надо выслушать, но лечение понадобится вовсе не всегда: острая реакция на волнующую ребенка ситуацию является, наоборот, признаком его душевного здоровья.

**С четырех-пяти, а иногда и с трех лет** ребенок уже способен понять, что доктор, психолог или детский психиатр могут ему помочь, и специалист становится для него «доктором, чтобы поговорить», «доктором для игры» или «доктором для снов».

Достаточно быстро ребенок начинает понимать и то, чего от него ждут, и то, чего он сам может ожидать от такого доктора.

**К кому идти за советом и/или лечением?**

Иногда бывает очень трудно сориентироваться в многочисленных жалобах и понять, к какому специалисту следует вести ребенка. Общий совет дать трудно, в каждом случае должен быть индивидуальный подход, ясно тут одно: следует обращаться именно к специалистам, избегая разного рода шарлатанов, которые, не имея соответствующего — многолетнего! — образования, ***без всяких на то оснований объявляют себя психологами, психоаналитиками и даже психиатрами.***

**Детский психолог или психиатр может порекомендовать ребенку специфическую помощь — индивидуальную (например, занятия с педагогом-психологом, логопедом или специалистом по психомоторному развитию) или в небольшой группе.** В определенных случаях он может порекомендовать семейную терапию.

**Психолог – специалист узкого профиля**. Он обследует (диагностирует) ребенка, ставит диагноз, готовит заключение, дает рекомендации. Но надо помнить, что психолог — это не врач, у него совершенно иные методы работы, чаще всего связанные с разного рода тестированием и консультированием и, по необходимости – коррекционно-развивающей работой. А вот лекарства выписывать он не может.

**Психиатр также специалист узкого профиля**, но он – врач, который назначает медикаментозное обследование и при необходимости выпишет лекарство. К нему ребенка может направить психолог, врач-педиатр и др.

[1](http://5psy.ru/roditeli-i-deti/detskii-psihiatr-psiholog-psihoterapevt-kogda-obraschatsya.html%22%20%5Cl%20%22_ftnref1) *Специфические трудности обучения* — расстройства, при которых основной характеристикой является выраженное нарушение развития различных навыков обучения, которые нельзя объяснить общей задержкой интеллектуального развития или неадекватным обучением.