

Dodatkowa psychologiczna pomoc w Gdańsku (wrzesień-grudzień 2021 r.)

Gdański Ośrodek Pomocy Psychologicznej dla Dzieci i Młodzieży, we współpracy z gdańskimi Poradniami Psychologiczno-Pedagogicznymi, oferuje specjalistyczną pomoc w ramach projektu **Jestem-wsparcie psychologiczne środowiska szkolnego w Gdańsku**. Dzieci, młodzież oraz rodzice odczuwający potrzebę skorzystania z konsultacji psychologicznej oraz ze wsparcia psychologicznego mają możliwość nieodpłatnego skorzystania z takiej pomocy niedaleko swojego miejsca zamieszkania. Oferta wsparcia zaadresowana jest również do nauczycieli z gdańskich placówek edukacyjnych.

W ramach oferty dostępna jest **pomoc psychologiczna dla dzieci i młodzieży w formie konsultacji indywidualnych, sesji wsparcia psychologicznego oraz konsultacji wychowawczych dla rodziców**. Wsparcie psychologiczne skierowane jest do dzieci i młodzieży oraz ma na celu rozwijanie konstruktywnych sposobów radzenia sobie ze stresującymi sytuacjami życiowymi, powodującymi przeciążenie emocjonalne. Taka forma pomocy znajduje zastosowanie w przypadku trudności w przystosowaniu się do zmiany np. w wyniku choroby, pandemii i różnych sytuacji rodzinnych. W trakcie świadczenia wsparcia psychologicznego nie pracuje się nad zmianą mechanizmów psychicznych, ale stwarza się przestrzeń do wyrażania, rozumienia i akceptowania uczuć dziecka, co obniża poziom stresu. Dodatkowo psycholog pomaga mu w określeniu własnych potrzeb oraz poszerza perspektywę możliwych rozwiązań, przez co możliwe jest wyeliminowanie niefunkcjonalnych zachowań. W ramach oferty prowadzone są konsultacje dla dzieci, młodzieży i rodziców, pozwalające na zakwalifikowanie do wsparcia psychologicznego. Następnie dzieci i młodzież skorzystać mogą z sesji wsparcia psychologicznego. Jeżeli zachodzi potrzeba, rodzice mają możliwość skorzystania równoległe z konsultacji wychowawczych, które mają na celu pomóc rodzicom w zrozumieniu trudności przeżywanych przez dziecko oraz w wypracowywaniu warunków sprzyjających zmianie. Spotkania każdorazowo trwają 50 min., z częstotliwością 1-2 sesji w tygodniu.

Dodatkowo rodzice skorzystać mogą ze **Szkoły dla rodziców** – cyklu psychoedukacyjnych warsztatów, mających na celu rozwijanie umiejętności wychowawczych rodziców i opiekunów w celu adekwatnego wspierania rozwoju swojego dziecka oraz czerpania satysfakcji z rodzicielstwa. Szkoła dla rodziców daje możliwość podniesienia kompetencji wychowawczych przez: lepsze poznanie i rozumienie dziecka oraz siebie w relacji z dzieckiem, poprawę komunikacji w rodzinie, a także naukę skutecznych, nieagresywnych metod wychowawczych. Na zakończenie uczestnicy otrzymują zaświadczenie potwierdzające

ukończenie Szkoły. Jeden cykl Szkoły dla rodziców obejmuje 12 spotkań po 3 godz., prowadzonych przez dwóch psychologów.

W ramach projektu Jestem-wsparcie psychologiczne środowiska szkolnego w Gdańsku **nauczyciele gdańskich placówek edukacyjnych** mogą skorzystać z następujących form wsparcia:

konsultacji indywidualnych, mających na celu rozpoznanie psychologicznych trudności dziecka i nauczyciela w relacji edukacyjnej w celu lepszego zrozumienia i poprawy funkcjonowania dziecka. Jedno spotkanie konsultacyjne trwa 50 min.

warsztatów tematycznych – zajęć grupowych, poświęconych wybranym zagadnieniom dotyczącym dzieci i młodzieży np. specyficznym trudnościom psychicznym i rodzinnym, funkcjonowaniu w szkole, relacji uczeń – nauczyciel. Celem warsztatów jest dostarczenie praktycznej wiedzy, zwiększenie wrażliwości na niepokojące objawy i wymiana doświadczeń.

superwizji – specjalistycznej pomocy dla nauczycieli, polegającej na szczegółowym przeanalizowaniu konkretnej relacji z uczniem, mającej na celu rozpoznanie i zrozumienie mechanizmów psychicznych wpływających na trudności w budowaniu relacji i warunkujących niefunkcjonalne zachowanie ucznia w procesie edukacji.

Organizatorzy mają również w planie zorganizowanie konferencji, na której specjaliści podzielą się swoim doświadczeniem i dobrymi praktykami w zakresie prowadzenia programów odnoszących się do wybranych trudności uczniów w procesie edukacyjnym.

Poniższe placówki realizują wybrane formy pomocy (nie obowiązuje rejonizacja). Aby uzyskać szczegółowe informacje i umówić się na wizytę, należy skontaktować się telefonicznie z placówką:

1. Gdański Ośrodek Pomocy Psychologicznej dla Dzieci i Młodzieży, tel. 58 347 89 30

- sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców.

2. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 1, tel. 58 341 87 58

- Szkoła dla rodziców,

- konsultacje i sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców,

- konsultacje indywidualne dla nauczycieli,

- warsztaty tematyczne dla nauczycieli,
- superwizja dla nauczycieli.

3. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 3, tel. 58 301 07 21

- konsultacje i sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców,
- konsultacje indywidualne dla nauczycieli.

4. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 4, tel. 58 520 13 49

- konsultacje i sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców,
- konsultacje indywidualne dla nauczycieli.

5. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 5, tel. 58 348 72 82, 663 396 663

- konsultacje i sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców.

**6. Zespół Szkół Ogólnokształcących nr 6 (Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 6)
tel. 58 301 18 15**

- konsultacje i sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców,
- konsultacje indywidualne dla nauczycieli.

7. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 7, tel. 58 341 39 50

- konsultacje i sesje wsparcia psychologicznego dla dzieci, młodzieży, rodziców,
- superwizja dla nauczycieli.