

# Oferta Zespołu ds. Młodzieży rok szkolny 2015/2016

## Skład zespołu:

**pedagog, koordynator zespołu - mgr Jolanta Górnik**

**pedagog - mgr Teresa Kała**

**pedagog - mgr Dorota Knitter**

**pedagog – mgr Rafał Peszek**

**psycholog - mgr Aleksandra Kupczyk**

**psycholog - mgr Dorota Wydrychiewicz**

## Problemy, z którymi można się zgłaszać do poradni:

- trudności w radzeniu sobie z uczuciami (smutek, lęk, złość...)
- kłopoty w nauce
- problemy z koncentracją uwagi
- niska samoocena
- myśli i próby samobójcze, autoagresja
- konflikty młodzież-dorośli
- konflikty rówieśnicze,
- przemoc i cyber przemoc
- problemy adaptacyjne
- stres i radzenie sobie z nim
- uzależnienia i ryzyko uzależnienia

## Formy pracy zespołu:

1. diagnoza, w tym także diagnoza neuropsychologiczna
2. psychoterapia indywidualna
3. terapia rodzin.

4. coaching.
5. interwencja kryzysowa.
6. profilaktyka.
7. mediacje szkolne i rodzinne.
8. grupa socjoterapeutyczna dla uczniów gimnazjum
9. grupa terapeutyczna dla uczniów z nauczaniem indywidualnym
10. cykliczne zajęcia terapeutyczno-rozwojowe na terenie szkół poza godzinami lekcyjnymi
11. punkty konsultacyjne na terenie szkół

**Poradnia online**- możliwość korzystania z pomocy za pośrednictwem poczty elektronicznej / jeden dzień w miesiącu możliwość kontaktu za pośrednictwem maila i komunikatorów ze specjalistami poradni /

**Blog poradni - poradnia online. wordpress.com**

## **PROFILAKTYKA**

<b>grupa odbiorców</b>	<b>treść zajęć</b>	<b>forma zajęć</b>	<b>czas trwania</b>	<b>uwagi, osoba prowadząca</b>
<b><u>Uczniowie szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych</u></b>	<b>ABC emocji</b> jak je rozpoznawać, jak radzić sobie w trudnych sytuacjach, jak	Zajęcia interaktywne	2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna, zajęcia z wykorzystaniem prezentacji multimedialnej realizowane w zespole klasowym <i>Teresa Kała</i>
	<b>Debaty uczniowskie</b> dyskusja na temat wybranej wcześniej problematyki prowadzona w oparciu o konkretne zasady	Zajęcia interaktywne	1, 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna, kartki papieru, <i>Aleksandra Kupczyk</i>
	<b>Diagnoza socjometryczna</b> , test socjometryczny, omówienie wyników z wychowawcą klasy	Test, elementy warsztatu	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, kartki papieru, przybory do pisania <i>Aleksandra Kupczyk</i>

	<b>FAS Program profilaktyczny</b> - definicja FAS, wpływ alkoholu na dziecko w okresie życia płodowego	Zajęcia interaktywne , wykładowo- warsztatowe	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna <b><i>Dorota Wydrychiewicz</i></b>
	<b>Poznać i lepiej rozumieć siebie</b> <b>zajęcia o charakterze psychoedukacyjnym</b>	Cykl zajęć warsztatowych	10 dwugodzinnych spotkań Zajęcia dla chętnych poza godzinami lekcyjnymi	Sala lekcyjna <u>Konieczna akceptacja rodzica/opiekuna na udział w zajęciach</u>  <b><i>Teresa Kala</i></b>
	<b>Poradnia online</b> – profilaktyka samobójstw, sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach, rozpoznawanie emocji, sposoby wentylacji emocji destrukcyjnych, możliwości pomocy.	Zajęcia interaktywne, wykładowo- warsztatowe	1, 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna, rzutnik, komputer z dostępem do Internetu, ekran <b><i>Jolanta Górnik</i></b>
	<b>Grupa terapeutyczna dla uczniów z nauczaniem indywidualnym</b>	Terapia grupowa	2 godziny na terenie poradni	<b><i>Jolanta Górnik</i></b>
	<b>Przemoc</b> definicja przemocy , rodzaje przemocy, profil ofiary, profil sprawcy, jak reagować na przemoc, gdzie można uzyskać pomocy	Dyskusja	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna <b><i>Rafał Peszek</i></b>
	<b>Radzenie sobie ze stresem</b> Definicja stresu, sposoby radzenia sobie w sytuacjach trudnych ze szczególnym uwzględnieniem sytuacji egzaminacyjnych	Zajęcia warsztatowe	1, 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna, kartki papieru, przybory do pisania zajęcia dla uczniów klas VI, III Gim i maturzystów <b><i>Dorota Wydrychiewicz</i></b>
	<b>Uzależnienia – mam wybór!</b> Profilaktyka uzależnień od różnych środków psychoaktywnych	Zajęcia warsztatowe	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, kartki papieru, <b><i>Dorota Knitter</i></b>

	<b>FaScynacja</b> Program skierowany do uczennic i uczniów szkół średnich Zagadnienia relacji damsko-męskich w odniesieniu do takich wartości jak wierność, szacunek, miłość, zaufanie, gotowość seksualna biologiczna a psychiczna	Program edukacyjny	4 x 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna <b>Rafał Peszek</b>
	<b>FAS Program profilaktyczny</b> - definicja FAS, wpływ alkoholu na dziecko w okresie życia płodowego, charakterystyczne cechy dziecka z zespołem FAS	Wykład, dyskusja	1, 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna <b>Dorota Wydrychiewicz</b>
	<b>Lwie zasady</b> - Program skierowany do uczniów szkół gimnazjalnych i średnich, którego celem jest, kształtowanie systemu wartości społecznych w oparciu o doświadczenia psychologii porównawczej, jak również normy kulturowe, filozoficzne i religijne.	Wykład, dyskusja	3x1 godzina	Sala lekcyjna <b>Rafał Peszek</b>
<b><u>nauczyciele,</u></b> <b><u>wychowawcy</u></b>	<b>FAS Program profilaktyczny</b> - definicja FAS, wpływ alkoholu na dziecko w okresie życia płodowego, charakterystyczne cechy dziecka z zespołem FAS	Wykład, dyskusja	1, 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna <b>Dorota Wydrychiewicz</b>
	<b>Motywacja</b> – badanie motywacji własnej, czynniki podnoszące motywację, rozwój osobisty	Zajęcia warsztatowe	4 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna <b>Jolanta Górnik</b>
	<b>Wypalenie zawodowe</b> – definicja, autodiagnoza, rozpoznawanie symptomów i sposoby zaradcze	Zajęcia warsztatowe / wykład	1, 2 godziny lekcyjne	Sala lekcyjna, kartki papieru, <b>Dorota Knitter</b>

<b><u>Rodzice, opiekunowie</u></b>	<b>Depresja i inne zaburzenia okresu adolescencji</b>	Film, dyskusja	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, rzutnik, komputer, ekran <b><i>Teresa Kała</i></b>
	<b>Doskonalenie umiejętności wychowawczych – szkoła dla rodziców</b> – praca oparta o doświadczenia rodziców, kontekst systemowy, możliwości rozwiązywania sytuacji trudnych	Cykl 10 spotkań	90 min.	Sala poradni <b><i>Jolanta Górnik</i></b>
	<b>Jak rozmawiać z nastolatkiem</b> – trudności wieku dorastania ze szczególnym zwróceniem uwagi na relacje dziecko -rodzic, kryzys adolescencyjny, możliwości pomocy	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna <b><i>Jolanta Górnik</i></b> <b><i>Dorota Knitter</i></b>
	<b>Uzależnienia behawioralne</b> ( np. komputer, hazard..) ich przyczyny, skutki, sygnały ostrzegawcze i skuteczna pomoc	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, rzutnik, komputer, ekran <b><i>Teresa Kała</i></b>
	<b>Uzależnienia od środków psychoaktywnych- dopalacze</b> przyczyny, skutki, jak zapobiegać i jak pomagać	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna <b><i>Dorota Knitter</i></b>
	<b>130 dni w krainie ortografii</b> – o pomocy uczniom z trudnościami w opanowaniu poprawnej pisowni	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, rzutnik, komputer z dostępem do Internetu, ekran <b><i>Teresa Kała</i></b>
	<b>Pomoc psychologiczna</b> Formy pomocy dostępne w szkole, w poradni, także on-line, kiedy z jakiej formy skorzystać, zasady jej udzielania	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, rzutnik, komputer z dostępem do Internetu, ekran <b><i>Teresa Kała</i></b>

	<b>Bezpieczeństwo dzieci i młodzieży w Internecie</b>	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, rzutnik, komputer z dostępem do Internetu, ekran <i>Teresa Kała</i>
	<b>Spotkania profilaktyczne w obszarze uzależnień dla rodziców klas VI VI</b>			Sala lekcyjna <i>Dorota Knitter</i>
	<b>Higiena wzroku i profilaktyka wad wzroku –</b> Jak dbać o wzrok dziecka od najmłodszych lat –	Wykład interaktywny	1 godzina lekcyjna	Sala lekcyjna, <i>Dorota Wydrychiewicz</i> <i>Dorota Knitter</i>