

Bemutakozás-iskolapszichológus

Kedves Szülők! Kedves Diákok!

Horváth Judit vagyok, a Tatabányai Szakképzési Centrum iskolapszichológusa. Húsz éves szakmai tapasztalattal a hátam mögött már tudom, hogy a „módszer mi vagyunk”, a pszichológus a személyiségével dolgozik, a legfontosabb a kliensre való ráhangolódás.



### **Mit csinál az iskolapszichológus?**

Az iskolapszichológus igény és megkeresés alapján dolgozik. Az iskolán belül a pszichológus könnyen elérhető lelki segítséget biztosít, s jelen van az intézmény közéletében.

**Egyéni beszélgetéssel** diákok, szülők és pedagógusok számára állok rendelkezésre. A pszichológusi ellátás az önkéntességen, saját motiváción alapul. A pszichológiai tanácsadás közben az eszközeim segítségével támogatom a hozzám fordulót, hogy a nehézségét átlássa, értelmezze és kapaszkodók segítségével meghaladja. Ez nem baráti beszélgetés, és nem terápia.

A hozzám forduló diákkal egyeztetjük, hogy hány alkalommal találkozunk, mi a konkrét célja a folyamatnak, s szükséges esetben kiket vonunk be konzultációba (pl. szülő, pedagógus).

**Kedves Diák!**

#### **Néhány példa, amivel hozzám fordulhatsz:**

- nem tudsz megbirkózni az életedben történt eseménnyel (családi élethelyzet, iskolai beilleszkedési nehézségek, szeretett személy elvesztése stb.),
- gyakran ok nélkül lehangolt, ingerült, agresszív vagy és nem tudod mi lehet ennek az oka,
- nehezedre esik a tanulásra koncentrálni, vagy sokat tanulsz, de nem elég hatékonyan,
- nehézségeid vannak a párkapcsolatodban,
- bizonytalan vagy a pályaválasztásban,

- konfliktusaid vannak szüleiddel, testvéreiddel, tanárainnal vagy osztálytársaiddal, melyeket feloldhatatlannak érzel
- nincsenek barátaid, vagy úgy érzed, senki nem ért meg

Ha úgy gondold, hogy gondjaidat, nehézségeidet szívesen megosztanád velem, fordulj hozzám bizalommal!

**Konzultáció** során támogatást nyújtok a **pedagógusnak**, illetve nevelési kérdésekben a **szülők részére** is rendelkezésre állok.

### **Kedves Szülő!**

#### Néhány példa, amelyekkel megkereshet:

- konfliktusai vannak gyermekével, kapcsolatukban valami megváltozott, nem találják a közös hangot,
- jelentősen romlott gyermeke tanulmányi eredménye,
- úgy érzi, hogy a családban (válás, haláleset vagy más események miatt) kialakult élethelyzetben szeretné gyermekét támogatni, mert látja, hogy ez kihatással van gyermeke iskolai magatartására és teljesítményére.

A szülővel/szülőkkel közös konzultáción megelőző munkára van lehetőség, ahol új szempontokról is átgondoljuk a problémahelyzeteket és megtalálhatjuk a megoldásukhoz szükséges erőforrásokat.

Amennyiben úgy érzi, hogy szívesen beszélgetne velem gyermeke kapcsán, forduljon hozzám bizalommal!

Emellett **segítséget** nyújtok hirtelen, tragikus események, **krízishelyzetek** kezelésében és feldolgozásában is.

**Csoportos foglalkozások** során több diákot érdeklő témát járunk körbe, ami lehet önismeret, stressz kezelés, pályaválasztás stb.

Valamennyi foglalkozás (egyéni és csoportos) az önkéntesség és a pszichológusi titoktartás keretében zajlik, tehát a tudomásomra került információkat bizalmasan kezelem.

#### **Elérhetőségem, bejelentkezés:**

A konzultációkhoz előzetes bejelentkezés szükséges. Időpontokat e-mail-es bejelentkezés alapján lehet kérni az alábbi elérhetőségen.

**E-mail: [hj.pszicho@tszc.hu](mailto:hj.pszicho@tszc.hu)**