**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 równolegle 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 budowania 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**](https://www.google.com/search?client=firefox-b-d&q=PPP+nr+1+Gda%C5%84sk)

- Szkoła dla rodziców,

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

- konsultacje indywidulane dla nauczycieli,

- warsztaty tematyczne dla nauczycieli,

- superwizja dla nauczycieli.

**3. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 3, tel.** [**58 301 07 21**](https://www.google.com/search?q=PPP+nr+3+Gda%C5%84sk&client=firefox-b-d&ei=nYlBYdmfFYvgkgX7i5PwDQ&oq=PPP+nr+3+Gda%C5%84sk&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EAMyDgguEIAEEMcBEK8BEJMCMgQIABAeMgIIJjoHCAAQRxCwAzoGCAAQBxAeSgQIQRgAUJ2oAViXrAFgpbYBaAJwAngAgAFViAGiAZIBATKYAQCgAQHIAQjAAQE&sclient=gws-wiz&ved=0ahUKEwiZ4tSwpIDzAhULsKQKHfvFBN4Q4dUDCBc&uact=5)

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

- konsultacje indywidualne dla nauczycieli.

**4. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 4, tel.** [**58 520 13 49**](https://www.google.com/search?q=PPP+nr+4+Gda%C5%84sk&client=firefox-b-d&ei=t4lBYdK0DdC4kwXP-bTgBQ&oq=PPP+nr+4+Gda%C5%84sk&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EAMyDgguEIAEEMcBEK8BEJMCMgQIABAeMgYIABAFEB4yAggmMgIIJjoHCAAQRxCwAzoGCAAQBxAeSgQIQRgAUJvSAliT1gJglOICaAFwAngAgAFUiAGWAZIBATKYAQCgAQHIAQjAAQE&sclient=gws-wiz&ved=0ahUKEwiS7P-8pIDzAhVQ3KQKHc88DVwQ4dUDCA0&uact=5)

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

- konsultacje indywidualne dla nauczycieli.

**5. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 5, tel.** [**58 348 72 82**](https://www.google.com/search?q=PPP+nr+5+Gda%C5%84sk&client=firefox-b-d&ei=5YlBYYeOJZKckgXshaHQCQ&oq=PPP+nr+5+Gda%C5%84sk&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EAMyDgguEIAEEMcBEK8BEJMCMgQIABAeMgIIJjoHCAAQRxCwAzoGCAAQBxAeSgQIQRgAUISiAVjQpQFgnbsBaAFwAngAgAFaiAGaAZIBATKYAQCgAQHIAQjAAQE&sclient=gws-wiz&ved=0ahUKEwjHlI_TpIDzAhUSjqQKHexCCJoQ4dUDCA0&uact=5)**,** **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**](https://www.google.com/search?q=PPP+nr+6+Gda%C5%84sk&client=firefox-b-d&ei=_olBYa3EIcvTkgWS6q-wDw&oq=PPP+nr+6+Gda%C5%84sk&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EAMyDgguEIAEEMcBEK8BEJMCMgQIABAeMgYIABAIEB4yAggmOgcIABBHELADOgYIABAHEB5KBAhBGABQyKsBWPuvAWCZwAFoAnACeACAAV2IAZoBkgEBMpgBAKABAcgBCMABAQ&sclient=gws-wiz&ved=0ahUKEwitu4HfpIDzAhXLqaQKHRL1C_YQ4dUDCA0&uact=5)

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

- konsultacje indywidualne dla nauczycieli.

**7. Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 7, tel.** [**58 341 39 50**](https://www.google.com/search?q=PPP+nr+7+Gda%C5%84sk&client=firefox-b-d&ei=GIpBYdvRD9KQkwWGmpaICA&oq=PPP+nr+7+Gda%C5%84sk&gs_lcp=Cgdnd3Mtd2l6EAMyDgguEIAEEMcBEK8BEJMCMgQIABAeMgIIJjoHCAAQRxCwAzoGCAAQBxAeSgQIQRgAULmTAVj2lwFg4qABaAFwAngAgAFTiAGTAZIBATKYAQCgAQHIAQjAAQE&sclient=gws-wiz&ved=0ahUKEwjbvaLrpIDzAhVSyKQKHQaNBYEQ4dUDCA0&uact=5)

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

- superwizja dla nauczycieli.