

Kedves Szülők! Kedves Diákok!

Bajor Anita vagyok, 2024 szeptemberétől iskolapszichológusként dolgozom az intézményben. Tanulmányaimat a Károli Gáspár Református Egyetem klinikai és interperszonális szakán végeztem, majd az Eötvös Loránd Tudományegyetemen egészségfejlesztő szakpszichológusi diplomát szereztem. Jelenleg képzésben lévő integratív terapeuta jelölt vagyok. A nevelő-oktató munkát segítem annak érdekében, hogy a fiatalok személyisége a lehető legjobban formálódjon. Egyéni konzultációkat, tanácsadói tevékenységet végzek, valamint csoportos foglalkozásokat tartok. Igény és megkeresés alapján dolgozom. A pszichológusi ellátás az önkéntességen, saját motiváción alapul, azonban 18 éves kor alatt szülői hozzájárulás szükséges hozzá. A hozzám forduló diákkal a partnerség jegyében egyeztetjük, hogy hány alkalommal találkozunk, mi a konkrét célja a folyamatnak, és szükséges esetben kiket vonunk be a konzultációba (pl. szülő, oktató). Fontosnak érzem, hogy a hozzám fordulók számára egy olyan biztonságos és támogató teret biztosítsak, amelyet az elfogadás és az empátia jellemez. A pszichológiai tanácsadás közben támogatom a diákot abban, hogy nehézségét átlátni, értelmezni, majd meghaladni tudja.

Néhány példa azokra a problémákra, amelyekkel szülőként megkereshet:

- a szokásosnál súlyosabb konfliktusok a gyermekével, nem találják a közös hangot;
- ha olyan változás történik/történt, amihez gyermeküknek nehéz lehet alkalmazkodni;
- ha a gyermeke viselkedése, tanulmányi eredménye megváltozott;
- a család életében történő krízis esetén;
- ha gyermeke az utóbbi időben lehangolt, kedvetlen, ha gyakran nyugtalan vagy szorong;
- életvezetési vagy tanulási nehézségekkel küzd;
- koncentrációs zavarok, érzelmi problémák;
- társas kapcsolatok beszűkülése.

illetve bármilyen egyéb nehézség vagy felmerülő probléma esetén.

Kedves Fiatalok!

Mindannyiunk életében adódhatnak olyan helyzetek, hogy jó lenne beszélgetni valakivel, segítséget kérni valakitől. Mivel tudtok hozzám fordulni?

- gyakran változik a hangulatod;
- félelmek, szorongás
- gyakran lehangolt, ingerült vagy;
- nehezedre esik koncentrálni;
- halogatsz, időbeosztással kapcsolatos nehézségek;
- problémát okoz az ismerkedés;
- konfliktusok az iskolában vagy otthon;
- nehezen találod a helyed a kortársak között, a világban;
- úgy érzed senki nem ért meg;
- változások történtek az életedben, amihez nehezen tudsz alkalmazkodni;
- veszteség, gyász;
- pánikszzerű érzések;
- szétszórt, visszahúzódó vagy;
- önbizalomhiánnyal küszködsz, értéktelenség érzése;
- döntési nehézségek;
- a stressz kezelésével kapcsolatos problémák;
- szeretnéd magad jobban megismerni.

A felsoroltokkal kapcsolatos problémákkal, vagy ezekhez hasonló nehézségek esetén bátran keressetek!

A beszélgetések során az elhangzottakkal kapcsolatban szakmai titoktartás kötelező, amely alól kivételt képeznek azok az információk, amelyek a diákok biztonságának és egészségének veszélyeztetéséről szólnak. Abban az esetben, ha olyan problémák merülnek fel, amelyek az iskolapszichológiai kereteken túlmutatnak és amelyek esetében terápiás tevékenység javasolt, a megfelelő szakemberhez irányítom a tanulót, szülőt, családot.

Konzultációra előre egyeztetett időpontban van lehetőség e-mailben vagy személyesen az óráközi szünetekben.

Konzultációs napok:

Hétfő: 8.00 - 14.00

Csütörtök: 8.00 - 14.00

Elérhetőségem: bajor.anita@vasutca.hu