

## S čím je možné se na školní psycholožku obrátit?

Návštěva psychologa není projevem slabosti, ale naopak důkazem toho, že se nebojím zhodnotit reálně svůj aktuální stav. Je to projev odhodlání tento stav nebo problém řešit a pracovat na sobě.

Úkolem psychologa není určit, zda jsem „normální“, nebo nejsem, zda je můj problém dost důležitý, nebo je to prkotina..., ale je tu proto, aby mi pomohl situaci či problém řešit.

Psycholog zde není pouze pro ty, kteří neumí řešit své problémy. Je tu pro ty, kteří se chtějí poradit, hledají podporu, chtějí se na situaci podívat pod jiným úhlem pohledu, nebo třeba jen potřebují, aby je někdo vyslechl... a pak mohou řešit své problémy snáze, lépe, nebo jinak.

Psycholog tu není jen pro ty, co mají nějaký „problém“. Je tu také pro ty, co na sobě nebo svých vztazích chtějí něco zlepšit, posílit, nebo třeba jen o tomto popřemýšlet...

Obecně lze říci, že školní psycholog vykonává na škole činnost **diagnostickou, konzultační a poradenskou**. Tyto činnosti jsou orientovány na práci s pedagogickým sborem, s jednotlivými učiteli, s třídními učiteli, s žákovskými kolektivy, s jednotlivými žáky a s jejich rodiči.

Pracuje jak s aktuálními problémy, tak s problémy, které trvají delší dobu, a především pracuje prostřednictvím **preventivních aktivit** – na prevenci negativních jevů (záškoláctví, neprospěch, šikana, závislosti apod.).

S čím konkrétně můžete například přijít...

### Žáci

#### **Učení, prospěch**

- pokud máte problémy s učením, chcete se učit lépe, ale nevíte jak...
- zhoršujete se, nejste tak úspěšní, jak byste chtěli, a moc nevíte co s tím...
- nevíte, jak se učit, nemůžete se soustředit, máte potíže se zapamatováním...
- máte trému, strach ze zkoušení či písemek a chcete se toho zbavit...
- chcete pokračovat ve studiu (na maturitním oboru, VOŠ, VŠ) a nejste si jisti svými možnostmi nebo tím, na jaký obor se vydat...

#### **Vztahy ve škole, ve třídě, s učiteli**

- necítíte se dobře ve třídě, štve vás atmosféra ve třídě a vztahy se spolužáky..
- máte problémy se spolužáky, ne vycházíte s nimi...
- máte problémy s učitelem, ne vycházíte spolu, vážne komunikace...
- dostali jste se do problémů v souvislosti se svým chováním a nevíte, jak z toho ven...

## **Osobní**

- potkala vás nějaká nepříjemná nebo i bolestná situace či zkušenost, kvůli které se necítíte dobře, nemůžete se z ní dostat apod. (rozchod, rozvod rodičů, onemocnění, úmrtí blízkého...)
- dostali jste se do problémů v souvislosti s alkoholem, drogami, neovládáte jejich užívání, cítíte, že jste závislí, apod. a chtěli byste poradit...
- máte jakékoli jiné osobní problémy, které byste chtěli probrat, nebo se kterými byste chtěli pomoci (vztahy, problémy v rodině, sebedůvěra, stres, úzkost, deprese apod..)

## **Rodiče (zákonní zástupci)**

Rodiče se na mě mohou obrátit, pokud chtějí konzultovat otázky výchovy a vzdělávání svých dětí, a to konkrétně například tyto:

- otázky vhodného vedení dítěte, kázeňských opatření apod.
- výchovné obtíže a problémy
- výukové problémy dítěte a případné možnosti podpory dítěte
- podpoření, zvýšení potenciálu (možností, schopností, nadání) dítěte
- osobnostní zvláštnosti dítěte, komunikace v období dospívání apod.
- rodinné problémy, které mohou mít vliv na školní život dítěte a které chcete konzultovat (nebo jen někomu říci).

## **Učitelé**

Rovněž učitelé mají možnost se mnou spolupracovat a konzultovat vzdělávací a výchovné otázky týkající se žáků, ale také jejich vlastní práci.

- výukové problémy žáků, strategie, možnosti podpory při studiu
- možnosti rozvoje potenciálu žáků v rámci studia
- výchovné problémy žáků, komunikace a vztahy se žáky
- atmosféra ve třídě, možnosti spolupráce na jejím zlepšení
- prevence, ale i řešení již vzniklých negativních jevů ve škole (záškoláctví, šikana, apod.)
- metodické konzultace a podpora vlastní práce, práce se syndromem vyhoření apod.

**Konzultace jsou samozřejmě důvěrné, já sama jsem vázána mlčenlivostí a Etickým kodexem práce školních psychologů.**

**S veškerými osobními údaji je nakládáno v souladu se zákonem č.101/2000 Sb. *O ochraně osobních údajů.***

**Služby školního psychologa jsou bezplatné.**