



KÖZÉPISKOLAI FELVÉTELI

Az iskolapszichológus szemével

Szujó Adrienn

Bemutató

- Szujó Adrienn, pszichológus
- 2019 márciusa óta dolgozom az iskolában.
- Iskolapszichológusként feladatom, hogy a pszichológia eszközeivel segítsen az pedagógiai munkát, támogassam a diákok lelki egészségének fejlődését.
- Egyrészt tehát azokat a gyerekeket támogatom, akikkel „minden rendben”, az ő lelki egészségük fejlesztésében veszek részt, valamint igyekszem kiszűrni azokat az elakadásokat, nehézségeket, ahol pszichológiai megsegítésre lehet szükség.
 - Ez tehát azt jelenti, hogy az iskolapszichológia hangsúlya a megelőzésen van.
- Ennek a munkának két leghangsúlyosabb területe az osztályokkal való munka, és az egyéni folyamatok.

Középiskolai felvételi nehézségek

- A felvételi a gyerekek számára : STRESSZ
- Gyakori panaszok: fejfájás, álmatlanság, emésztőrendszeri panaszok, kimerülés, fáradékonyság, ingerlékenység, tanácstalanság, bizonytalanság
- Jövőre új környezet, új iskola, új osztály,



- Félelem a változástól, az Újtól, az ismeretlentől....

MEGKÜZDÉS - STRESSZ

- TÁMOGATÁSKERESÉS - beszélgetés, vigasztalás, tanácskérés....
- PROBLÉMAFÓKUSZ - probléma megfogalmazása, alternatívák átgondolása,
 - döntés, megvalósítás
- ÉRZELMI FÓKUSZ:
 - relaxáció, meditáció, jóga
 - - gondolkodás – nézőpontváltás: humor, empátia, optimizmus
 - átkeretezés
- MOZGÁS !!!

Mit tehetünk szülőként?

- Beszéljünk a félelmekről, aggodalmakról is!
- Tanulási stílusnak megfelelően segítsük gyermekünk felkészülését: tanuljunk vele, ha igényli, de ha inkább egyedül szeret tanulni hagyjuk hogy egyedül tanuljon.
- Biztatás, támogatás
- Pozitív megerősítések fontossága!
- Ha probléma, nehézség merül fel, ne hagyjuk a gyermekre, gondolkodjunk vele együtt
- Kérjünk segítséget az iskolától (pedagógusok, iskolapszichológus, gyógypedagógus)

Miben segíthet az iskolapszichológus?

- Csoportos osztályfoglalkozások pályaorientáció kapcsán
 - SZÜLŐKONZULTÁCIÓ
 - EGYÉNI KONZULTÁCIÓ
 - Tanulásmódszertan
 - Pályaorientációs tanácsadás
 - Relaxáció

Elérhetőség

- E-mailben:
- szujoadrienn.koskaroly@gmail.com



KÖSZÖNÖM A FIGYELMET!

2019.10.21.