

**PSICHOLOGĖ  
OKSANA APANA VIČIENĖ**

**KONSULTUOJA 222 KAB.**

<b>Savaitės diena</b>	<b>Kontaktinės valandos</b>	<b>Pietų pertrauka</b>
Pirmadienis	8.00 – 14.30	12.00-12.30
Antradienis	8.00 – 13.00	12.00-12.30
Trečiadienis	8.00 – 14.00	12.00-12.30
Penktadienis	8.00 -12.00	12.00-12.30

**KOKIOS PAGALBOS TIKĖTIS IŠ PSICHOLOGO?**

Psichologas nėra gydytojas, todėl jis negali diagnozuoti ir gydyti psichikos sutrikimus. Psichologas siekia padėti besikreipiantiems asmenims išsiaiškinti, suprasti bei spręsti asmenines arba tarpasmenines su psichologine savijauta ar elgesiu susijusias problemas.

**KUO PSICHOLOGAS UŽSIIMA MOKYKLOJE?**

Išskiriamos kelios mokyklos psichologo veiklos sritys: psichologinis įvertinimas, konsultavimas, švietimas, psichologinių problemų prevencija.

**Psichologinis įvertinimas** yra specialiųjų metodikų panaudojimas siekiant nustatyti vaiko intelektinių gebėjimų stipriąsias ir silpnąsias puses, išsiaiškinti mokinio psichologinių, asmenybės ir ugdymosi sunkumų priežastis.

**Psichologinis konsultavimas** yra darbas su mokiniu, jo tėvais (ar globėjais) ir mokytojais siekiant išanalizuoti ir padėti spręsti su vaiko psichologine savijauta ar mokymusi susijusias problemas.

**Psichologinis švietimas** tai užklasinės veiklos ar klasės valandėlių metu organizuojamos paskaitos, pranešimai mokiniams, tėvams, mokytojams psichologijos, pedagoginės ir socialinės psichologijos klausimais.

**Psichologinių problemų prevencija** tai prevencinių programų, padedančių išvengti psichologinių, asmenybės ir mokymosi problemų organizavimas ir įgyvendinimas.

**KADA TEIKIAMA PSICHOLOGINĖ PAGALBA MOKYKLOJE ?**

- kai mokinys į psichologą kreipiasi savarankiškai;
- kai prašo mokinio tėvai (globėjai, rūpintojai);
- kai prašo mokytojai, gavę tėvų (globėjų) sutikimą;
- kai kreipiasi kitų institucijų atstovai, rūpindamiesi vaiko problemomis

**KOKIAIS KLAUSIMAIS GALIMA KREIPTIS Į MOKYKLOS PSICHOLOGĄ?**

**Mokiniams rekomenduojama kreiptis:**

- ✓ jei turite bendravimo su bendraamžiais, mokytojais ar tėvais problemų;
- ✓ kai jaučiatės vieniši;
- ✓ jei kankina nerimas, depresija, stresas;
- ✓ jei turite mokymosi sunkumų,
- ✓ jei turite adaptacijos problemų;
- ✓ jei norite geriau pažinti save;
- ✓ susiklosčius sudėtingoms jūsų gyvenimo aplinkybėms.

## **Tėvams rekomenduojama kreiptis į mokyklos psichologą, jei:**

- Norite sužinoti vaiko mokymosi sunkumų priežastis ir spręsti su jais susijusias problemas (mokyklos nelankymo, motyvacijos stokos, nepažangumo ir kt.
- Norite, kad būtų įvertintos vaiko gebėjimų stipriosios ir silpnosios pusės, specialieji ugdymosi poreikiai;
- Pastebite vaiko bendravimo sunkumus (vaikas užduras, sunkiai užmezga santykius su bendraamžiais, patiria patyčias);
- Vaikas turi emocinių ar elgesio problemų (perdėtas jautrumas, baimingumas, emocijų valdymo sunkumai, agresijos protrūkiai ir kt.);
- Vaikas susidūrė su krizine situacija (tėvų skyrybos, šeimos nario mirtis, sunki trauma, patirta fizinė, emocinė ar seksualinė prievarta);
- Siekiate sustiprinti santykį su vaiku, bendravimo ir auklėjimo įgūdžius;
- Pasikeitė vaiko elgesys ir tėvai neatranda elgesio pokyčių priežasčių

### **KAIP VYKSTA KONSULTAVIMAS MOKYKLOJE?**

1. Dėl vaiko konsultavimo paprastai tariamasi atėjus į kabinetą, kur skiriamas laikas pirmai konsultacijai.
2. Konsultacijos metu išsamiai aptariama problema, apibrėžiamas konsultacijų laikas ir susitikimų dažnumas. Taip pat sutariama, ar pagalba bus trumpalaikė ar ilgalaikė. Paprastai su vaiku susitinkama kartą per savaitę, konsultacija trunka vieną pamoką, t.y. 45 min.
3. Informacija apie psichologinės pagalbos gavėją, jo problemos turinį ir teiktą psichologinę pagalbą yra konfidenciali!