



Mokyklos psichologės darbo laikas:

Pirmadienis 9.00 - 13.30
Antradienis 9.00 - 13.30
Trečiadienis 9.00 - 13.30
Ketvirtadienis 9.00 - 13.30
Penktadienis 9.00 - 13.30

Psichologo vaidmuo mokykloje:

- Psichologinės pagalbos paskirtis – stiprinti vaikų psichologinį atsparumą ir psichikos sveikatą, prevencinėmis priemonėmis skatinti saugios ir palankios ugdymuisi aplinkos kūrimą, padėti mokiniams atgauti dvasinę darną, gebėjimą gyventi ir mokytis.
- Veiklos sritys:
 - konsultavimas,
 - įvertinimas,
 - švietimas,
 - psichologinių problemų prevencija.



Susipažinkime!

Aš – mokyklos psichologė

Kur dar galima kreiptis pagalbos?

Jaunimo linija	8 800 28888
Vilties linija	116 123
Vaikų linija	116 111
Linija Doverija (pagalba teikiama rusų kalba)	8 800 77277
Draugo laiškai (galima rašyti el. laišką)	www.jpcc.lt
„Tėvų linija“ (profesionalių psichologų konsultacijos tėvams)	800 900 12

Daugiau informacijos, kur dar galima kreiptis pagalbos, visuomet suteiks mokyklos psichologė



Klaidingi mitai apie psichologinę pagalbą:

- 1) tik „psichai“ eina pas psichologą;
- 2) jei prašai pagalbos – tu esi silpnas;
- 3) atėjus pas psichologą viskas išsispręs savaime, nes gaunama labai daug patarimų;
- 4) psichologai gali skaityti mintis, nes turi specialių galių;
- 5) psichologai gali visas problemas panaikinti akimirksniu.



O kaip yra iš tiesų?

Tiesa apie psichologo darbą:

- 1) pas psichologą gali ateiti bet kuris sveikas žmogus, kuris jaučiasi sutrikęs dėl ateities, pasiklydęs savo jausmuose, blogai jaučiasi, gyvenime įvyksta didelių pasikeitimų, nori išsikalbėti ar tiesiog nori su kažkuo pasidalinti savo mintimis;
- 2) jei prašai pagalbos – esi stiprus, nes tai parodo, jog žmogus atpažino savo sunkumus ir yra pasirengęs keistis.
- 3) Vienas psichologas padaryti nieko negali, tačiau dalinantis mintimis, jausmais galima siekti norimų rezultatų, kurie priklauso nuo psichologo ir kliento (mokinio, tėvų ar mokytojų) bendradarbiavimo;
- 4) psichologas nėra aiškiaregys ir negali skaityti kitų minčių;
- 5) psichologas nėra burtininkas ir stebuklingos lazdelės tikrai neturi.



Kada galima kreiptis į psichologą?

Psichologas yra tas žmogus, į kurį galima kreiptis, kai susiduri su įvairiomis problemomis ir jauti, kad vienas su jomis nesusitvarkysi, kai nori išsikalbėti, kai jautiesi sutrikęs ar tiesiog nori pasidalinti su kažkuo savo mintimis.

Kaip kreiptis į psichologą?

Galima pertraukos metu užėiti į psichologo kabinetą ir susitarti abiems pusėms tinkamą laiką, kada bus pirmasis susitikimas.

