



Specjalistyczna Poradnia Profilaktyczno- Terapeutyczna w Tarnobrzegu

Placówka
Miasta Tarnobrzega



www: sppt.tarnobrzeg.pl

e-mail: sekretsppt@umt.tarnobrzeg.pl

33-100 Tarnobrzeg, ul. J. Szujskiego 25

tel. 14 622-27-96 lub 14 636-27-96

OFERTA DLA SZKÓŁ, PRZEDSZKOLI I PLACÓWEK OŚWIATOWYCH MIASTA TARNOBZREGA

Zapraszamy do skorzystania z bezpłatnej oferty naszej poradni na kolejny rok szkolny 2023/24.

Zajęcia profilaktyczne i psychoedukacyjne, na które zostanie złożone zapotrzebowanie do końca października 2023 będą realizowane w roku szkolnym 2023/24, natomiast wnioski złożone po tym terminie będą mogły być zrealizowane dopiero w roku szkolnym 2024/25.

Wynika to z ogromnego zapotrzebowania na zajęcia, ze strony szkół, których nasz niewielki zespół specjalistów nie jest w stanie zrealizować, priorytetem w obecnych działaniach naszej poradni jest psychoterapia dzieci i młodzieży. Nie będą również realizowane warsztaty integracyjne w klasie, w zamian zapraszamy wychowawców klas na warsztaty dotyczące integracji zespołu klasowego (w naszej poradni lub w szkole) i pomoc merytoryczną w przeprowadzeniu takich zajęć we własnej klasie. Zachęcamy również do skorzystania z warsztatów dla nauczycieli realizowanych w SPPT, zespół dla pedagogów szkolnych i realizowanych od tego roku szkolnego zespołach dla psychologów szkolnych.

Zgłoszenia indywidualne na warsztaty, szkolenia, realizowane w naszej poradni przyjmujemy pod numerem 14 6222796 lub mailowo sekretsppt@umt.tarnobrzeg.pl – proszę podać imię i nazwisko, szkołę, numer/mail kontaktowy.

Zgłoszenia na realizację zajęć, interwencji, szkoleń w szkole – pismo z wnioskiem podpisane przez dyrektora szkoły/przedszkola (w treści zawrzeć informacje o osobie do kontaktu). W przypadku potrzeby interwencji prosimy opisać czego dotyczy problem, kto jest

uczestnikiem, jakie potrzeby wiążą się z daną sytuacją. Każdy przypadek będzie rozpatrywany indywidualnie, poprzedzony spotkaniem z dyrektorem, wychowawcą, pedagogiem szkolnym lub inną osobą zaangażowaną w szkole w daną sprawę. Interwencje realizowane są w możliwym najkrótszym terminie od momentu zgłoszenia.

Każdy złożony wniosek zostanie rozpatrzony, po wpłynięciu do sekretariatu pisma pracownik poradni skontaktuje się z wyznaczoną osobą do kontaktu po stronie szkoły lub w przypadku braku możliwości realizacji zajęć zostanie od razu skierowane pismo zwrotne.

WARSZTATY DLA PRZEDSZKOLAKÓW

„Edukacja emocjonalna”	Kształtowanie empatii oraz umiejętności rozpoznawania i nazywania uczuć. Rozwijanie umiejętności werbalnego i pozawerbalnego wyrażania uczuć
------------------------	--

WARSZTATY DLA UCZNIÓW SZKÓŁ PODSTAWOWYCH

„Lubię siebie”	Celem zajęć jest budowanie adekwatnej samooceny, wzmacnianie zasobów oraz pogłębianie integracji grupy. Warsztat wykorzystywany jest jako profilaktyka pierwszorzędowa zachowań ryzykownych, zaburzeń depresyjnych i zaburzeń odżywiania
„Edukacja emocjonalna”	<ul style="list-style-type: none"> • wersja dla młodszych (kl. I-III) • wersja dla starszych (kl. IV- VI) Celem zajęć jest nauka nazywania i rozpoznawania emocji ze szczególnym uwzględnieniem uczucia złości. Uczniowie poznają bezpieczne i społecznie akceptowane sposoby wyrażania swoich uczuć
„Opanuj stres”	Warsztat przeznaczony jest dla uczniów klas 4– 8. Porusza tematykę konstruktywnego zarządzania stresem oraz prezentuje praktyczne narzędzia służące radzeniu sobie z napięciem w sytuacjach życiowych.

WARSZTATY DLA UCZNIÓW SZKÓŁ PONADPODSTAWOWYCH

Program „Presja na życie”	Warsztaty dla młodzieży, które są integralną częścią programu zapobiegania zachowaniom suicydalnym. Szczegóły dotyczące programu poniżej.
----------------------------------	---

SZKOLENIA RADY PEDAGOGICZNE

1. Integracja w klasie.
2. Skuteczna komunikacja interpersonalna.
3. Sposoby rozumienia ucznia. Jak nie być manipulatorem w procesie wychowania?
4. Dojrzałość osobowościowa skuteczna profilaktyką uzależnień.

PROGRAM PRESJA NA ŻYCIE

<i>Program „Presja na życie” – zapobieganie zachowaniom suicydalnym uczniów</i>	
ADRESACI	Nauczyciele
MIEJSCE	Placówka zamawiająca
PROWADZĄCY	Pracownicy SPPT
TERMIN	Do uzgodnienia
<p>1) Szkolenie Rady Pedagogicznej Szkolenie pt. Depresja i zachowania suicydalne – rozpoznawanie i diagnoza zawiera informacje o samej chorobie, czynnikach jej występowania oraz sposobach rozpoznawania i reagowania na niepokojące zachowania uczniów zarówno przez nauczycieli, wychowawców jak i specjalistów zatrudnionych w szkole. Jest to prezentacja najbardziej efektywnej profilaktyki zaburzeń na terenie szkoły. Szkolenie trwa ok. 120 minut.</p> <p>2) Spotkanie z rodzicami w szkole Wykład poszerzający świadomość rodziców na temat depresji, autoagresji, zagrożenia samobójstwem u dzieci i młodzieży. Rodzice mają możliwość pogłębić wiedzę i zdobyć praktyczne informacje o tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> • co jest sygnałem depresji w zachowaniu dziecka – szczególnie w domu i szkole, • jakie wczesne sygnały ostrzegawcze wysyła dziecko, które zamierza podjąć próbę samobójczą, • co rodzic może w sytuacji kryzysowej, jak zapobiegać niepokojącym sytuacjom. <p>Wykład wraz z prezentacją multimedialną trwa 60 minut</p> <p>3) Warsztaty dla uczniów w szkole (do wyboru) Limit – 4 klasy w szkole (wynikający z ograniczonych możliwości poradni w tym roku szkolnym).</p>	

- „Wewnętrzna moc—emocje wróg czy przyjaciel” (3 godziny) Warsztat przeznaczony jest dla klas 7 i 8 oraz młodzieży ze szkół ponadpodstawowych. Celem warsztatu jest zapobieganie autoagresji wśród młodzieży. Uczniowie mają okazję poznać konstruktywne sposoby radzenia sobie z emocjami.
 - „Lubię siebie” (4 godziny) - warsztat ogólnodostępny Warsztat przeznaczony jest dla uczniów klas 4-6. Głównym celem warsztatu jest budowanie i umacnianie poczucia własnej wartości poprzez rozwijanie świadomości własnych mocnych i słabych stron. Warsztat jest profilaktyką uniwersalną zagrożeń dzieci i młodzieży. Praca odbywa się w zespołach klasowych.
 - „Lubię siebie i innych” (4 godziny) Warsztat przeznaczony dla klas 7 i 8 oraz młodzieży ze szkół średnich. Celem warsztatu jest wzmacnianie poczucia wartości u uczestników oraz poszerzanie umiejętności i podtrzymywanie relacji z rówieśnikami.
 - „Opanuj stres” (2 godziny) Warsztat przeznaczony jest dla uczniów klas 4– 8. Porusza tematykę konstruktywnego zarządzania stresem oraz prezentuje praktyczne narzędzia służące radzeniu sobie z napięciem w sytuacjach życiowych
- WIĘCEJ INFORMACJI W MATERIALE INOFRMACYJNYM O PROGRAMIE

WARSZTATY DLA NAUCZYCIELI PRZEPROWADZANE W SPPT

Zapisy na warsztaty i szkolenia realizowane w poradni pod numerem telefonu 14 6222796. W przypadku szkoleń, których termin nie został jeszcze ustalony, uczestnicy zostaną osobiście powiadomieni telefonicznie o terminie szkolenia.

Informacje dotyczące Zespołu dla pedagogów szkolnych i zespoły dla psychologów szkolnych zostaną przekazane osobnym pismem.

<i>Szkoła dla rodziców i wychowawców</i>	
ADRESACI	Rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	Agnieszka Skotyszewska, Katarzyna Michałek
TERMIN	Październik 2023, grupa poniedziałek 9.15 do 12.30. Spotkanie organizacyjne przed warsztatem 2.10.2023 r. g. 9.15
<p>Tematyką zajęć jest budowanie relacji dorosły – dziecko, a w tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wyrażanie oczekiwań i ograniczeń tak, aby były przez dziecko respektowane, • rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć, • aktywne, wspierające słuchanie, • motywowanie dziecka do współdziałania, • modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka, • uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i szkole, • wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka, • budowanie realnego poczucia własnej wartości dziecka, 	

- konstruktywne rozwiązywanie konfliktów.
10 spotkań po 4 godziny dydaktyczne, co tydzień

Budowanie zaufania w relacji nauczyciel-uczeń	
ADRESACI	Nauczyciele, wychowawcy
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	Agnieszka Skołyszewska
TERMIN	Całość warsztatu to 1 spotkanie 3 godziny lekcyjne
<p>Szkolenie skierowane jest do wychowawców, którzy chcą podczas krótkiego warsztatu rozwinąć swoje umiejętności wychowawcze, wzbogacając je o praktyczne umiejętności z zakresu pomocy psychologicznej, oparte o relację szacunku. Poprzez analizę doświadczeń własnych i wiedzę na temat komunikacji interpersonalnej w relacji nauczyciela z uczniami, pracować nad relacją, w której pojawi się zaufanie.</p> <p>Celem warsztatu jest wprowadzenie nowych umiejętności do pracy dydaktycznej, by relacje z uczniami były bardziej satysfakcjonujące, bezpieczne.</p>	

Metody aktywizujące w pracy z dziećmi i z młodzieżą	
ADRESACI	Nauczyciele, wychowawcy
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	Agnieszka Skołyszewska
TERMIN	Całość warsztatu to 1 spotkanie - 3 godziny lekcyjne
<p>Szkolenie skierowane jest do wychowawców, którzy chcą podczas krótkiego warsztatu rozwinąć swoje umiejętności wychowawcze, wzbogacając je o wiedzę z zakresu aktywizujących metod pracy z młodzieżą.</p> <p>Tematyka zajęć:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Integracja zespołu klasowego w teorii i w praktyce, • Praktyczne ćwiczenia aktywizujące grupę • Praca wychowawcza, gdy grupa oporuje. 	

Jestem pedagogiem, jestem psychologiem szkolnym	
ADRESACI	Nauczyciele, wychowawcy
MIEJSCE	SPPT

PROWADZĄCY	Agnieszka Skołoszewska, K. Michałek
TERMIN	1 spotkanie – 3 godziny
Szkolenie poświęcone wyzwaniom związanym z pracą pedagoga i psychologa szkolnego.	

Integracja zespołu klasowego	
ADRESACI	Nauczyciele
MIEJSCE	SPPT lub szkoła
PROWADZĄCY	Paulina Jawień, Agnieszka Latos, Inga Prusak
TERMIN	Ustalony po zebraniu się minimum 10 osób
<p>Według wielu badań jednym z najistotniejszych czynników chroniących przed zaburzeniami psychicznymi oraz wspierającymi proces zdrowienia są więzi społeczne, poczucie przynależności. Stąd tak duże znaczenie ma pozytywna integracja zespołu klasowego. Poczucie przynależności, wzajemne wsparcie, pozytywne relacje zarówno wewnątrz zespołu klasowego jak i uczniów z wychowawcą wpływają znacząco na współpracę uczniów, mniejszą ilość problemów wychowawczych i przyszły sukces życiowy ucznia. Integracja to proces, który trwa przez cały okres nauki, występuje on zawsze niezależnie od działań zewnętrznych, może on jednak przybrać formę negatywnej integracji. Stąd tak istotne jest świadome, pozytywne wywieranie wpływu przez wychowawcę.</p> <p>(4 godz. dydaktyczne + indywidualne konsultacje według zapotrzebowania)</p>	

WARSZTATY DLA RODZICÓW PRZEPROWADZANE W SPPT

Zapisy na warsztaty i szkolenia realizowane w poradni pod numerem telefonu 14 6222796. W przypadku szkoleń, których termin nie został jeszcze ustalony, uczestnicy zostaną osobiście powiadomieni telefonicznie o terminie szkolenia.

<i>Jak wspierać dziecko w procesie rozstania rodziców</i>	
ADRESACI	rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	Paulina Jawień, Inga Prusak
TERMIN	Całość warsztatu to 3 spotkania po 2 godziny: 18.09.23, 25.09.23, 2.10.23, godz. 16-18
Szkolenie skierowane jest do rodziców, którzy podejmują lub podjęli już decyzję o rozstaniu. Tematyka zajęć skupiona jest wokół procesu rozstawania się i jego skutków dla dorosłych i dzieci.	

Tematyka zajęć:

- procesy emocjonalne dorosłych w procesie rozstania (rozvodu),
- procesy emocjonalne u dziecka, którego rodzice się rozstają,
- zagrożenia związane z procesem rozstawania się dla dzieci i dorosłych,
- wskazówki na temat wspierania dzieci w różnym wieku i na różnych etapach rozstania, ustalenia kontaktu pomiędzy rodzicami i dalszą rodziną.

Zrozumieć złość

ADRESACI	Rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	S. Nowak
TERMIN	3 spotkania po 2 godziny 29.01.2024, 05.02.24, 12.04.24, godz. 16-18
Szkolenie poświęcone jest trudnym emocjom jakie towarzyszą rodzicowi i dzieciom, jak te emocje oswoić, zrozumieć i z nimi sobie radzić.	

Depresja i lęki nastolatków. Jak zrozumieć i reagować.

ADRESACI	Rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	A. Jarosińska
TERMIN	4 spotkania po 2 godz.
Szkolenie poświęcone tematyce zaburzeń depresyjnych i lękowych u adolescentów.	

Dla matek nastoletnich córek

ADRESACI	Rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	P. Jawień, A. Skotyszewska
TERMIN	4 spotkania po 4 godz. 5.03.2024, 12.03.2024, 19.03.2024, 24.03.24, godz. 15.20 – 18,45
<p>Warsztat kierowany jest do matek, których córki są w okresie dorastania. Celem warsztatu jest: zrozumienie trudności przeżywanych przez nastolatki, zrozumienie trudności przeżywanych przez ich mamy, próba poszukania porozumienia między nimi, a także wskazanie pożądanych działań ze strony mam, które mogą obniżyć ryzyko wystąpienia trudności rozwojowych.</p> <p>Zajęcia będą prowadzone w małych grupach, metodami aktywizującymi, co ma sprzyjać aktywności uczestniczek jak i zapewnić poczucie bezpieczeństwa.</p>	

Współrodzicielstwo – nie jesteśmy parą jesteśmy rodzicami – wykład interaktywny	
ADRESACI	Rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	A. Skołoszewska
TERMIN	2 godziny
Wykład dla rodziców poświęcony tematyce współrodzicielstwa i jego konsekwencji	

Szkoła dla rodziców i wychowawców	
ADRESACI	Rodzice
MIEJSCE	SPPT
PROWADZĄCY	A. Skołoszewska, Katarzyna Michałek,
TERMIN	Październik 2023, grupa poniedziałek 9.15 do 12.30. Spotkanie organizacyjne przed warsztatem 2.10.2023 r. g. 9.15
<p>Tematyką zajęć jest budowanie relacji dorosły – dziecko, a w tym:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wyrażanie oczekiwań i ograniczeń tak, aby były przez dziecko respektowane, • rozpoznawanie, wyrażanie i akceptowanie uczuć, • aktywne, wspierające słuchanie, • motywowanie dziecka do współdziałania, • modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań dziecka, • uwalnianie dzieci od grania narzuconych ról w domu i szkole, • wspieranie procesu usamodzielniania się dziecka, • budowanie realnego poczucia własnej wartości dziecka, • konstruktywne rozwiązywanie konfliktów. <p>10 spotkań po 4 godziny dydaktyczne, co tydzień</p>	

Więcej informacji na stronie www.sppt.tarnow.pl w zakładce szkoły