

Pedagog szkolny

Godziny pracy pedagogów szkolnych

Imię i nazwisko	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Agnieszka Swat	14:50-17:20	7:30-13:50	13:50-17:20	7:30 - 8:00 8:45 - 14:15	7:00 - 8:00 9:50 - 10:30
Aleksandra Wiśniewska	8:45 - 9:50 10:35 - 12:35 13:20 - 15:15	12:15 - 16:35	9:30 - 12:40	8:00 - 10:45 11:30 - 12:35	8:00 - 11:40
Agnieszka Mądra	8:45 - 10:45 11:30 - 15:30	11:30 - 14:00	9:30-12:30	8:00 - 13:30	10:30 - 12:30
Daria Mądra	-----	8:00 - 13:00	8:50 - 13:50	-----	-----

Godziny pracy psychologów szkolnych

Imię i nazwisko	Poniedziałek	Wtorek	Środa	Czwartek	Piątek
Paulina Baryła-Jędrzejczyk	7:30 - 11:45	12:00 - 16:15	7:30 - 11:45	12:00-16:15	12:00 - 15:00
Agnieszka Wilhelm	16:00 - 17:00	-----	16:00 - 17:00	-----	8:00 - 16:00

ANONIMOWA SKRZYŃKA NA SYGNAŁY - SKRZYŃKA ZAUFANIA

Drogi Uczniu:

- Nie bój się pytać, jeżeli czegoś nie wiesz. Pamiętaj, że nie ma głupich pytań.
- Ucz się systematycznie, żeby nie narobić zaległości, szybko poprawiaj jedynki.
- Staraj się nie spóźniać na lekcję i bądź kulturalny(a). Twoje zachowanie w szkole jest tak samo ważne jak oceny.
- Pamiętaj, że aktywność na początku zapewni Ci spokój pod koniec roku.
- Staraj się nie zwracać na siebie uwagi, noś strój czysty, schludny, nie wyzywający.
- Szanuj siebie, nie daj się poniżyć. O pomoc zwracaj się do wychowawcy lub pedagoga szkolnego.
- Zdarza się tak, że stare przyjaźnie kończą się w gimnazjum. Nie zrażaj się tym, szukaj nowych przyjaciół.
- Dystans między Tobą a nauczycielem nie jest taki duży, jak Ci się wydaje. Staraj się Go zrozumieć tak, jak chciałbyś żeby on rozumiał Ciebie.
- Nie poddawaj się pierwszym niepowodzeniom. Nie bądź pesymistą, myśl POZYTYWNIEM.

Jeśli:

- Chcesz porozmawiać o swoich problemach?
- Nie potrafisz porozumieć się z koleżankami i kolegami?
- Czujesz, że nikt Cię nie rozumie, jesteś samotny?
- Masz trudności z nauką?
- Masz problem i nie wiesz, jak go rozwiązać?
- Chciałbyś pomóc innym, nie wiesz w jaki sposób?
- Masz ciekawe pomysły, którymi chcesz się podzielić?

PAMIĘTAJ NIE MUSISZ BYĆ BEZRADNY W OBLICZU WŁASNYCH PROBLEMÓW!
Czekam na Ciebie w gabinecie znajdującym się na pierwszym piętrze.

POWODZENIA!

pedagog szkolny mgr Agnieszka Swat

Szanowny Rodzicu!

- Niepokoi Cię zachowanie dziecka?
- Chcesz porozmawiać o dziecku i Waszych problemach?
- Masz pytania dotyczące wyników nauczania dziecka i jego funkcjonowania w szkole?
- Potrzebujesz wsparcia w procesie wychowania?
- Masz pytania i nie wiesz do kogo się z nimi zgłosić?
- Szukasz pomocy?

Panuje błędne przekonanie, że do pedagoga szkolnego lepiej nie chodzić, bo wtedy wszyscy będą wiedzieli, że my rodzice nie potrafimy sobie poradzić z wychowaniem dziecka. Nikt nie lubi przyznawać się głośno do porażek. Ale i nikt nas nie uczy jak wychowywać dzieci, więc nie czujmy się winni jego kłopotów z nauką, tylko powiedzmy sobie - jest problem, trzeba go rozwiązać.

Nastolatek

– dobre praktyki dla Rodziców:

WIEDZA.

Pozyskuj informacje o specyfice wieku dojrzewania. Chociaż każdy z nas jest inny – **przypomnij sobie, jak to było z Tobą**. Warto wiedzieć co jest normalnym zachowaniem, a co rzeczywistym problemem.

UWAŻNE SŁUCHANIE.

Podczas rozmowy upewnij się pytaniami, czy dobrze rozumiesz komunikaty swojego dziecka. To jest także sygnał dla nastolatka, że słuchasz ze zrozumieniem. Unikaj uogólnień „ty zawsze”, „ty nigdy”. **Nie zasypuj gradem pytań lub rad.**

WSPÓŁODCZUWANIE.

Zastanów się, co w danej chwili czuje Twoje dziecko i jeśli jest do tego okazja, powiedz o swoich odczuciach. **Nie oceniaj emocji oraz uczuć i nie pytaj dlaczego czuje to, co czuje.**

AKCEPTACJA.

Jeśli nie akceptujesz jakiegoś zachowania swojego nastolatka, zawsze powiedz mu o tym ale w taki sposób, aby nie poczuł się odrzucony. Nastolatek pozbawiony akceptacji s z y b k o



nabierze przekonania, że nie jest kochany. Unikaj zdań „mam ciebie dość”, „zamknij się”, „jesteś za młody, aby coś o tym wiedzieć” i szantaży emocjonalnych typu „zabijesz mnie kiedyś swoim zachowaniem”.

SZACUNEK.

Bez względu na wszelkie okoliczności, nie bądź agresywny. Nigdy nie szarp, nie policzkuje, nie obrażaj, nie krytykuj bez opamiętania, szczególnie przy innych osobach. Nie wpędzaj w poczucie winy. Nie porównuj z innymi. Nikt nie zasługuje na to, aby doświadczać przemocy. **Dawaj przykład swoim zachowaniem.**

PRYWATNOŚĆ.

Pamiętaj, że podobnie jak Ty, Twój nastolatek ma prawo do prywatności. Zostaw mu na przestrzeń, gdzie to tylko możliwe. Szanuj jego niezależność i intymność. Jeśli nie masz wyjątkowo ważnych powodów, nie przeszukuj jego rzeczy, nie sprawdzaj jego maili, nie korzystaj z jego komunikatorów.

USAMODZIELNIANIE.

Proporcjonalnie do dojrzałości dziecka, oddawaj władzę nastolatkowi i pozwól mu decydować w sprawach, które go dotyczą. Nie da się nauczyć samodzielności przez wymaganie posłuszeństwa we wszystkich sprawach. **Unikaj nadopiekuńczości i przesadnej kontroli.** Nie wymuszaj na nastolatku realizacji swoich marzeń.

TOWARZYSZENIE.

Staraj się wyjść poza schemat „kara - nagroda” i zrozumieć przyczyny zachowania. **Ostrożnie z odbieraniem przywileju korzystania z Internetu, komputera, tabletu lub smartfona.** Pamiętaj, że takie ograniczenie niesie ze sobą wykluczenie z grupy rówieśniczej.

ROZWÓJ.

Nie podcinaj skrzydeł.

Wierz w potencjał swojego nastolatka. Doceniaj wysiłek, a nie tylko osiągnięcia. Mów tylko prawdę; nie schlebiaj, ale bądź otwarty na marzenia. Jeśli Twoje dziecko będzie dużo pracowało, może uda się je zrealizować.

KONSEKWENCJE.

Jeśli to możliwe i nie niesie rażącego ryzyka, nie chroń nastolatka przed konsekwencjami wyborów, jakie dokonał. Dzięki temu nauczy się bezcennej mądrości. Kontroluj i karz mądrze, biorąc pod uwagę wrażliwość swojego dziecka.

MĄDRA OBECNOŚĆ.

Czasami wbrew pozorom, potrzeby nastolatka nie ograniczają się do drogich zakupów. Jak każdy człowiek chce być akceptowany i kochany. Inaczej może zacząć szukać rozwiązania w alkoholu lub narkotykach. **Wygospodaruj czas tylko dla niego i spędzaj go w taki sposób, aby była to przyjemność dla wszystkich np. realizując wspólne hobby.**



Gdzie należy szukać pomocy!!!



w przypadku trudnej sytuacji materialnej : Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie **tel. 044 6495136**

w przypadku przemocy w rodzinie : Ośrodek Interwencji Kryzysowej **tel. 044 6496468**

w przypadku diagnozy i terapii psychologicznej: Poradnia Psychologiczno Pedagogiczna **tel. 044 6465316**

Policyjny Telefon Zaufania **044 6479090**

Pomarańczowa Linia **0801140068** - pomoc rodzinom dzieci uzależnionych od alkoholu.