



**Bydgoski Zakład Doskonalenia
Zawodowego**
Stowarzyszenie Oświatowo-Techniczne
ul. Fordońska 120, 85-739 Bydgoszcz
tel./fax (52) 345 36 74

OFEROWANE WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE DLA SZKÓŁ MUNDUROWYCH BZDZ W KWIETNIU 2020

Szanowni Państwo,

w związku z zamknięciem szkół spowodowanym panującą epidemią koronawirusa SARS-Cov-2 i zawieszeniem tym samym warsztatów prowadzonych bezpośrednio przez zespół psychologów/doradców zawodowych, przygotowaliśmy plan realizacji wsparcia w kwietniu 2020r. Będziemy wdzięczni za Państwa współpracę oraz pośrednictwo w przekazywaniu uczniom przygotowanych materiałów. Jednocześnie pragniemy zaznaczyć, iż pozostajemy otwarci na Państwa potrzeby i ewentualne uwagi.

Z wyrazami szacunku

Zespół psychologów
Agencji Analiz i Doradztwa Personalnego PSG



DZIAŁANIA W RAMACH WSPARCIA PSYCHOLOGICZNEGO:



TELEFON ZAUFANIA

W ramach poradnictwa indywidualnego uruchomiona jest linia telefoniczna dostępna dla uczniów w godzinach 10:00-14:00 od poniedziałku do piątku pod numerem 570 401 621. Uczniowie kontaktować się mogą także za pomocą komunikatorów typu WhatsApp, Viber lub mailowo pod adresem rozmowa.anonimowa@gmail.com

Wszelkie dane dotyczące telefonu zaufania dostępne są na załączonym plakacie.



MATERIAŁY WARSZTATOWE

Raz w tygodniu na adres mailowy szkoły przesłane zostaną materiały warsztatowe dla uczniów. Zawierać będą one m.in. linki do materiałów filmowych, infografiki, ćwiczenia do wykonania, elementy autodiagnozy oraz adres mailowy do osoby/osób, z którymi w razie potrzeby uczniowie mogą skonsultować się w danym temacie. Prosimy o udostępnienie materiałów Uczniom. Poniżej proponowany harmonogram wysyłki materiałów oraz tematy proponowanych zajęć.

DZIEŃ	TEMAT
Środa 8.04	„Automotywacja – czym jest i jak ją rozwijać?”
Środa 15.04	„Jak znaleźć swoją drogę zawodową? – elementy doradztwa zawodowego”
Środa 22.04	„Czym jest samoocena, co się na nią składa i jak ją u siebie budować?”
Środa 29.04	„Depresja nastolatków – przyczyny, objawy, możliwości wsparcia”



DIAGNOZA DLA KLAS IV

W połowie kwietnia dla klas czwartych przygotowana zostanie diagnoza preferencji zawodowych. Uczniowie otrzymają link do kwestionariusza w wersji online oraz czas na jego wypełnienie. Wyniki wraz z interpretacją zostaną przesłane na wskazany przez Ucznia adres mailowy. Możliwe będzie również skonsultowanie otrzymanych wyników.



MATERIAŁY DLA RODZICÓW

Dwa razy w miesiącu na adres mailowy szkoły przesłane zostaną materiały informacyjne dla rodziców w formie prezentacji. Zawierać będą m.in. linki do materiałów filmowych, infografiki, doniesienia z badań. Prezentacje dotyczyć będą tematów związanych z budowaniem relacji rodzic-dziecko oraz wsparciem nastolatka w trudnym dla niego okresie adolescencji.

Proponowane tematy w kwietniu:

- „Jak rozmawiać z nastolatkiem?”
- "Depresja nastolatków – sygnały niepokojące dla rodziców”

KONTAKT:



Sandra Rona
Tel: 663 504 634
Mail: sandra.debska@psg.edu.pl