

# Tájékoztató az iskolapszichológus tevékenységéről

Az iskolapszichológus legfőbb feladata az iskola életében közreműködő személyeknek, elsősorban a diákoknak nyújtott **tanácsadás**. Azokkal a diákokkal foglalkozom, akik szeretnének valamilyen változást elérni az életükben, szeretnének hatékonyabbak, kiegyensúlyozottabbak lenni, de azok is megkereshetnek, akik csak valamilyen aktuális kérdésüket szeretnék átbeszélni.

Megtalálsz az iskola **pszichológiai rendelőjében** (az új épület 3. emeletén az M5-ös teremben) vagy a tanáriban, hétfőn, kedden és pénteken az órarendben leírt időpontokban

**Rudolf Anna, iskolapszichológus**

## Mit jelent a tanácsadás?

- ✓ Kommunikációt: *meghallgatlak és segítek, hogy jobban megértsd problémáidat.*
- ✓ Együttműködést: *segítek, hogy megoldást találj problémáidra.*
- ✓ Elfogadást és megértést: *nem kritizállok és nem ítélek el.*
- ✓ Titoktartást: *nem tárom fel problémáidat más személyek előtt.*

## Mi mindennel fordulhatsz hozzám?

- érzelmi problémák (krízishelyzetek, szorongás, lehangoltság, hangulatingadozás);
- beilleszkedési nehézségek;
- különböző kapcsolati problémák;
- családi problémák;
- tanulási gondok, ha úgy érzed nem megy úgy a tanulás mint eddig;
- pályaválasztási bizonytalanságok;
- ha szeretnéd, hogy önismereted és emberismereted fejlődjön;
- ha van bármilyen kérdésed az életről, önmagadról, az emberekről, amiről nem tudod kit kérdezz meg.