

1f. POKÓJ PSYCHOLOGA – pozytywne myślenie pomaga!

Dzięki zajęciom prowadzonym przez psychologa, podopieczni nabywają, podtrzymują i rozwijają umiejętności i kompetencje niezbędne do samodzielnego życia. Podczas spotkań indywidualnych i warsztatów grupowych z psychologiem uczestnicy zajęć uczą się poprawnego funkcjonowania w środowisku rodzinnym i społecznym. Dzięki tym spotkaniom

podopieczni otrzymują wsparcie psychologiczne w sytuacjach trudnych, konfliktowych i kryzysowych.

„Zajęcia z Panią psycholog są mi bardzo potrzebne, poprawiają moje poczucie własnej wartości”-mówi podopieczny placówki



Uczestnicy podczas zajęć indywidualnych mają bezpośredni kontakt z psychologiem, co wiąże się ze szczególną dyskrecją ich problemów. Zadaniem psychologa jest przede wszystkim zbudowanie pozytywnej więzi z podopiecznym oraz diagnostyka, która ma na celu poznanie indywidualnych możliwości uczestnika, jego predyspozycji, zainteresowań oraz zakresu wymaganej pomocy i wsparcia. Poprzez rozmowę, badania i obserwację, psycholog stawia diagnozę psychologiczną, gdzie określa poziom intelektualny uczestników, cechy ich osobowości, rozwój procesów poznawczych, ich potrzeby psychiczne oraz umiejętności społeczne. Rozmowy dotyczą poważnych trudności życiowych, codziennych problemów i radości. Psycholog stara się przystosować podopiecznych do nowej sytuacji życiowej w której się znaleźli, pomóc w zaakceptowaniu choroby, przezwyciężyć trudności i ograniczenia wynikające z aktualnej sytuacji zdrowotnej, ograniczyć w uczestnikach zachowania wykraczające poza przyjęte normy społeczne. Terapia indywidualna pozwala stworzyć u podopiecznych realny obraz własnej osoby, podnieść poczucie własnej wartości, wyłonić mocne strony uczestnika, a także pozwala skutecznie podnieść jakość życia podopiecznych.



Terapia grupowa

Podopieczni podczas zajęć grupowych korzystają z różnorodnych warsztatów i treningów psychologicznych, dzięki takiej formie zajęć uczestnicy mają możliwość pracować nad relacjami interpersonalnymi, kształtują umiejętności komunikacyjne, uczą się nazywania i ujawniania swoich uczuć, zwracają uwagę na funkcjonowanie całej grupy poprzez słuchanie, przebywanie i poznawanie innych, co służy integracji, przeciwdziała wykluczeniu i izolacji społecznej. Kształtowanie pozytywnych relacji z otoczeniem jest bardzo ważne dla podopiecznych ŚDS. Ponadto uczestnicy uczą się zachowań asertywnych, nabywają wiedzę z zakresu radzenia sobie w sytuacjach trudnych i konfliktowych w życiu, rozwijają twórcze myślenie, kształtują umiejętności planowania i aktywnego zarządzania własnym czasem wolnym. Dużą wagę podczas treningów i warsztatów psycholog przykładła do stymulacji funkcji poznawczych uczestników i rehabilitacji deficytów poznawczych.

