



Wspieramy nastolatków w świecie pełnym **wyborów**

doradztwo zawodowe ● coaching młodzieżowy ● arteterapia

Oferta współpracy Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 12 ze szkołami

doradztwo edukacyjno-zawodowe ●
rozwój osobisty ● kompetencje przyszłości

Anna Sowińska

doradca zawodowy, pedagog resocjalizacji, arteterapeuta
Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna nr 12
ul. Dzielna 1, Warszawa

Jak możemy wesprzeć szkołę?

Współpracujemy ze szkołami, wspierając uczniów, rodziców oraz kadrę pedagogiczną poprzez konsultacje, warsztaty i szkolenia. Zakres działań dostosowujemy do potrzeb danej placówki.

KOGO WSPIERAMY

UCZNIOWIE

RODZICE

SPECJALIŚCI

OBSZARY PRACY

doradztwo zawodowe ● coaching młodzieżowy ● kompetencje przyszłości

JAK WSPÓŁPRACUJEMY?

Warsztaty dla klas

Jednorazowe zajęcia lub dopasowane do wieku uczniów i aktualnych potrzeb klasy.

Konsultacje indywidualne w Poradni

Wsparcie uczniów w poznawaniu siebie, wyborach edukacyjnych i zawodowych oraz konstruowaniu dalszej drogi.

Dyżury w szkołach

Możliwość indywidualnych konsultacji uczniów na terenie szkoły.

Spotkania dla rodziców

Wsparcie rodziców w towarzyszeniu nastolatkowi w wyborach edukacyjnych i zawodowych.

Cykle rozwojowe

Kilka powiązanych ze sobą spotkań pozwalających pogłębić wybrany temat zamiast np. dot. komunikowania się, czy radzenia sobie ze stresem egzaminacyjnym

Szkolenia i konsultacje dla nauczycieli oraz specjalistów

Praktyczne narzędzia do prowadzenia rozmów z młodzieżą o przyszłości, zasobach, motywacji i decyzjach.

Działania realizowane są bezpłatnie w ramach pracy Poradni.
Zakres i forma współpracy mogą zostać dostosowane do potrzeb szkoły.

Indywidualne wsparcie młodzieży

Nie tylko wtedy, kiedy trzeba wybrać szkołę lub zawód

Na konsultację można zgłosić się również wtedy, gdy młody człowiek potrzebuje uporządkować swoją sytuację, lepiej poznać siebie, znaleźć własny sposób działania lub przygotować się do ważnej zmiany.

Z czym można przyjść

Nie wiem, co dalej

Wybory edukacyjne
i zawodowe

Stres mnie przytłacza

Stres egzaminacyjny
i napięcie

Ciągle odkładam

Planowanie i organizacja

**Uczę się, ale to
nie działa**

Efektywna nauka

**Nie wiem, w czym
jestem dobry/a**

Mocne strony i zasoby

**Boję się, że źle
wybiorę**

Podejmowanie decyzji

**A jeśli wszystko się
zmieni?**

Przyszłość, rynek pracy
i elastyczność zawodowa

**Trudno mi odnaleźć
się w zmianie**

Adaptacja i radzenie
sobie z niepewnością

**Chcę lepiej rozumieć
siebie**

Samoświadomość i
rozwój osobisty

Jak pracuję

Rozmawiam



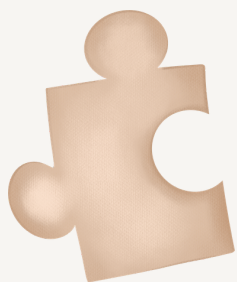
Tworzymy



Poruszamy się w przestrzeni

Wykorzystujemy rekwizyty - karty, figurki

Jak wygląda spotkanie indywidualne



00. Spotkanie z Rodzicem

Jeśli nastolatek jest niepełnoletni, wówczas pierwsze spotkanie jest z Rodzicem. Wypełniamy dokumenty i krótko rozmawiamy



01.
Zaczynamy
od rozmowy

02.
Szukamy tego,
co może pomóc

01. Co się dzieje i czego potrzebujesz?

To spotkanie służy poznaniu sytuacji, i potrzeb. Nie trzeba przychodzić z gotowym celem.



02. Zasoby • możliwości • rozwiązania

Przyglądamy się mocnym stronom, doświadczeniom i kierunkom działania.



03.
Sprawdzamy
możliwości

04.
Ustalamy
kolejny krok

03. Nie tylko rozmawiamy

Może pojawić się praca z informacją edukacyjną i zawodową, ćwiczenia dotyczące decyzji, planowania, metody wizualne, ruch lub inne formy pracy.



04. Co możesz zrobić dalej?

Spotkanie kończymy uporządkowaniem wniosków i ustaleniem możliwego kolejnego kroku.

Liczba spotkań zależy od potrzeb i tematu pracy. Czasem wystarczy jedna konsultacja, w innych sytuacjach korzystniejsze jest kilka spotkań.

Jak umówić konsultację?

Skontaktuj się z Poradnią

Telefonicznie lub mailowo

Umów termin konsultacji

Spotkania indywidualne odbywają się w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 12.

Przyjdź z tym, co jest dla Ciebie ważne

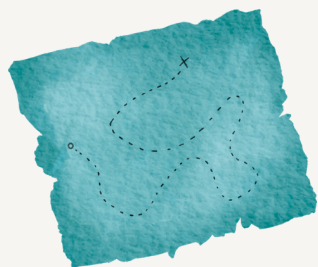
Nie musisz wiedzieć, jaki zawód chcesz wykonywać ani mieć gotowego planu. Punktem wyjścia może być pytanie, trudność, decyzja do podjęcia albo po prostu: „nie wiem, co dalej”.

Warsztaty dla szkół podstawowych



Doradztwo edukacyjno-zawodowe

- | | |
|-----------------------------|--------|
| • Kim jestem, co potrafię | 90 min |
| • Mapa ścieżek edukacyjnych | 45 min |
| • Od pasji do zawodu | 90 min |
| • Decyzja, która jest moja | 45 min |
| • Nowa szkoła bez stresu | 90 min |



Rozwój osobisty

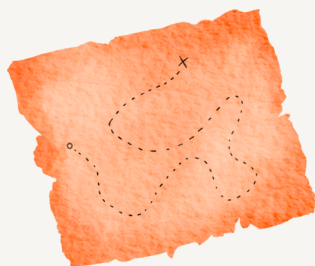
- | | |
|---|------------|
| • Granice i relacje | 90 min |
| • Odporność psychiczna | 90 min |
| • Stres egzaminacyjny | 90-135 min |
| • Projektowanie satysfakcjonującego życia | 90 min |
| • Presja rówieśnicza | 90 min |
| • Moje zasoby | 90 min |

Warsztaty dla szkół ponadpodstawowych



Doradztwo edukacyjno-zawodowe

- | | |
|----------------------------|--------|
| • Matura to nie koniec | 90 min |
| • Wybór kierunku studiów | 90 min |
| • Jak wygląda studiowanie? | 45 min |
| • Zawody przyszłości a AI | 90 min |
| • CV i pierwsza rozmowa | 90 min |



Rozwój osobisty

- | | |
|---|------------|
| • Ja w relacji z innymi | 90 min |
| • Odporność psychiczna | 90 min |
| • Stres egzaminacyjny | 90-135 min |
| • Projektowanie satysfakcjonującego życia | 90 min |
| • Radzenie sobie z niepewnością | 90 min |
| • Zarządzanie sobą w czasie | 90 min |
| • Równowaga przed dorosłością | 90 min |
| • Plan się zmienił. Co teraz? | 90 min |

Rodzice / nauczyciele i specjaliści

Spotkania dla Rodziców

- Jak pomóc dziecku wybrać szkołę
- Stres nastolatka
- Rozmowy o przyszłości
- Mocne strony dziecka
- Zdrowie psychiczne nastolatków

Spotkania dla specjalistów i nauczycieli

- TSR w doradztwie zawodowym
- Pokolenie Z
- Jak rozmawiać z uczniem o przyszłości
- Narzędzia i pomoce doradcze do pracy z młodzieżą

KONTAKT

Anna Sowińska

doradca zawodowy, pedagog, psycholog, arteterapeuta

PORADNIA PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNA NR 12

Ul. Dzielna 1a / ul. Dzielna 1

22 636 66 99

asowinska@ppp12.waw.pl

