

Psihološka ambulanta za otroke, mladostnike in starše na SFU Ljubljana

I. Psihološka obravnava otrok in mladostnikov

Obravnavamo razvojne težave otrok, čustvene primanjkljaje in negotovosti, travmatične in nepredelane negativne življenjske izkušnje. Z uporabo konkretnih kognitivno-vedenjskih tehnik obravnave in psihološkega svetovanja dosegamo vidne rezultate v kratkem času.

Cilji obravnave otrok in mladostnikov

- učenje, pomoč in opolnomočenje pri spoprijemanju z lastnimi čustvenimi stiskami in prevzemanju nadzora nad vedenjem
- osredotočanje na vzroke težav, *ne na diagnosticiranje*
- zagotavljanje kakovosti obravnave z uporabo konkretnih, preverjenih psiholoških pristopov
- celostna obravnava s poudarkom na podpori in vodenju staršev ter vzpostavitvi sodelovalnega odnosa s starši



Vrste težav

- vedenjske težave (hiperaktivnost, nemir, impulzivnost, motena pozornost, neprilagojenost)
- čustvene stiske (strahovi in anksioznosti, nizka samopodoba, navezanost in separacijska anksioznost)
- psihosomatske težave (nepojasnjene bolečine v trebuščku, glavoboli, težave s prebavo, nenehna utrujenost)

- šibke socialne veščine (krepitev konstruktivne komunikacije in asertivnosti, postavljanja zase, vključevanja v vrstniško skupino)
- strah pred šolo in z njim povezane učne težave (npr. izogibanje šoli, izostajanje ali nesledenje pouku)
- obsesivno-kompulzivna vedenja (vsiljive misli in prisilna dejanja), npr. pretiravanje s čistočo, varnostjo, redom

II. Psihološka podpora in svetovanje staršem

Nudimo vzgojno posvetovanje in usmerjanje v obliki individualnih konzultacij za starše. Izvajamo strokovno podporo pri razumevanju otrokovih čustvenih stisk, potreb in primanjkljajev s psihološko-razvojnega vidika ter pomoč pri soočanju z občutki krivde, nemoči in preobremenjenosti v vlogi starša

Cilji podpore in svetovanja staršem

- učenje, pomoč in opolnomočenje pri soočanju z izzivi starševstva ter prevzemanju nadzora nad življenjsko situacijo
- krepitev vzgojne intuicije in samozavesti, samostojnosti in odločnosti v starševski vlogi
- staršem ponuditi strokovno podporo, preko psihoedukacije predstaviti različne možnosti, nato pa jim puščati avtonomijo pri odločanju



Načela delovanja

Pri svojem strokovnem delovanju smo zvesti Kodeksu psihološke etike.

- Zavezani smo varovanju zasebnosti in zaupnosti podatkov
- Uporabljamo le učinkovite tehnike psihološke obravnave in svetovanja
- Delujemo v skladu z doseženo strokovno usposobljenostjo in kompetentnostjo
- Starše v obravnavo otrok aktivno vključujemo, saj kot soodločevalci v procesu bistveno pripomorejo pri otrokovem doseganju sprememb.

Naše delo je zasnovano na pozitivnem pristopu.

- Skozi krepitev osebne rasti in opolnomočenja otrok in staršev si prizadevamo spodbujati čustveno higieno, psihološko odpornost in blagostanje vseh vpletenih v proces obravnave.
- Pri obravnavi otrok ne izhajamo iz diagnosticiranih motenj. Naše izhodišče je prepoznavanje in razumevanje vzrokov in vzdrževalnih dejavnikov nastalih težav z namenom lažjega samostojnega spoprijemanja v bodoče.
- Staršem želimo ponuditi alternativo, drugo mnenje usmerjanje in pomoč pri napotitvi na pravi naslov

III. Cenik

Psihološka obravnava otrok in mladostnikov (individualno delo)

Uvodni intervju (dvodelen).....	30 eur
a) Začetno srečanje s starši	60 min 15 eur
b) Začetno srečanje z otrokom ali mladostnikom	50 min 15 eur
Nadaljnja psihološka obravnava.....	50min 30 eur

Svetovanje staršem (individualna konzultacija)..... 50min 15 eur

IV. Pomembno

- Srečanja praviloma trajajo 50 minut, uvodni intervju s starši po potrebi polno uro
- Starši po opravljeni storitvi storitev poravnajo v enkratnem znesku
- Če ste na dan rezerviranega termina nujno zadržani, vas prosimo, da termin odpoveste vsaj 48 ur vnaprej. Tako boste svoje mesto dovolj hitro sprostili in obravnavo omogočili drugemu otroku. Hvala!

V. Dodatne informacije

UVODNI INTERVJU

- je **pogoj** za nadaljno individualno delo z otrokom oz. mladostnikom
- **ni pogoj** za individualno konzultacijo s starši (svetovanje staršem)
- poteka v **dveh delih**: najprej se srečamo s starši, da nam predstavijo otrokove težave in lastne stiske, s katerimi se soočajo. V nadaljevanju se pogovorimo z otrokom oz. mladostnikom samim; osredotočimo se na njegov vidik težav in motivacijo za sodelovanje v obravnavi
- v okviru drugega srečanja določimo tudi vsebinske **cilje** obravnave in dosežemo (ter podpišemo) **soglasje** o pogostosti in terminih srečanj, ki jih določimo za 2 tedna vnaprej. Omenjeno soglasje staršev predstavlja temelj nadaljnjega psihološkega dela z otrokom oz. mladostnikom.

VKLJUČENOST STARŠEV

- starši so tekom obravnave vabljeni na usmerjanje in sprotno povratno informacijo o otrokovem napredku in sodelovanju. Stopnja vključenosti staršev se pri obravnavi mladostnikov prilagaja glede na individualne želje mladostnikov, saj se jim zagotavlja višja stopnja avtonomnosti in zaupnosti podatkov

SVETOVANJE STARŠEM (individualna konzultacija)

- poteka v obliki enkratnih ali večkratnih srečanj, ki so namenjena razbremenitvi, pojasnjevanju otrokovega vedenja ter osnovni usmeritvi glede tega, kako ukrepati v primeru specifičnih vzgojnih težav

NAROČANJE

Vljudno vabljeni, da nas pokličite v sprejemno ambulanto SFU na telefonsko številko **051 382 484** ali pošljite povpraševanje prek e-maila narocanje@prima-pomoc.si

»Naj ne bodo razlog za vaš obisk samo težave ali bolezen,
temveč zgodnja preventiva za lepši jutri.«

mag. Ranja Salmič, otroška psihologinja

Ljubljana, 26. 1. 2017