



BIULETYN

nr 4

rok szkolny 2022/2023

**SPECJALISTYCZNA PORADNIA
PSYCHOLOGICZNO – PEDAGOGICZNA
DLA DZIECI Z NIEPOWODZENIAMI
EDUKACYJNYMI**

w Krakowie

ul. Św. Gertrudy 2

www.poradnia-psychologiczna.com

Drodzy Czytelnicy,

Informacje zawarte w Biuletynie naszej Poradni adresowane są przede wszystkim do pedagogów, nauczycieli, wychowawców oraz dyrektorów placówek oświatowych miasta Krakowa.

W niniejszym wydaniu prezentujemy wakacyjną ofertę Słonecznej Przestrzeni Wsparcia, a także dwa artykuły autorstwa naszych pracowników. Pragniemy tym samym przybliżyć Państwu tematykę szkolenia podnoszącego kwalifikacje kadry Poradni, a także zachęcić do zgłębienia wartości odpoczynku w procesie uczenia się.

Życzymy miłej lektury!

Wakacje w Słonecznej Przestrzeni Wsparcia - ul . Zabłocie 23

Wraz z rozpoczynającymi się wakacjami nasze Słoneczne Centrum na Zabłociu zaprasza serdecznie dzieci i młodzież na bezpłatne wakacyjne zajęcia! Oferujemy zajęcia muzyczne, teatralne, językowe, edukacyjne i wiele innych!

Zajęcia indywidualne oferujemy dla dzieci od 6 do 18 roku życia a zajęcia grupowe będą odbywać się w grupach 5 do 7 lat, 8-11 lat oraz 12 do 15 lat!

Przez najbliższe dwa miesiące wakacji Słoneczne Centrum będzie otwarte od poniedziałku do piątku w godzinach od 9-17!

Jeśli Państwa dzieci będą same przyjeżdżały bądź wracały z zajęć potrzebne będzie upoważnienie rodzica na samodzielny przyjazd/powrót na zajęcia.

Informujemy, iż w naszej Słonecznej Przestrzeni nie zapewniamy posiłków dla podopiecznych. (Dzieci mogą przynieść własny lunch lub przekąski. Nie jest to półkolonia.)

Szczegółowe informacje można uzyskać w SPW, a zapisy na zajęcia można dokonać osobiście/ poprzez kontakt telefoniczny/ lub mailowy!

tel: 12 358 53 55

email: zablocie@spwslonce.pl

strona internetowa: www.spwslonce.com/spw-zablocie

Do zobaczenia!

SERDECZNIE ZAPRASZAMY NA BEZPŁATNE WAKACYJNE ZAJĘCIA DO SŁONECZNEJ PRZESTRZENI WSPARCIA NA ZABŁOCIU!



ZAJĘCIA W GRUPACH
WIEKOWYCH: 5 DO 7 LAT.
8 DO 11 LAT ORAZ 12 DO 15 LAT.

W OFERCIE MIĘDZY INNYMI:

- ZAJĘCIA TEATRALNE
- ARTETERAPIA
- GRA NA BĘBNACH
- GRY I ZABAWY MATEMATYCZNE
- ZAJĘCIA JĘZYKOWE Z ANGIELSKIEGO,
POLSKIEGO I UKRAIŃSKIEGO
- ZAJĘCIA LOGOPEDYCZNE
- GRY PLANSZOWE
- PSYCHOTERAPIA
- TERAPIA INDYWIDUALNA I GRUPOWA
- SPOTKANIA Z PSYCHOLOGIEM – BADANIA,
KONSULTACJE



Szczegółowe informacje na
naszej stronie
internetowej oraz FB



[HTTPS://WWW.SPWSŁONCE.COM/](https://www.spwslonce.com/)
ORAZ FACEBOOKU SPW ZABŁOCIE

Adres: ul. Zabłocie 23 Kraków
tel: 12 358 53 55

Słów kilka o odpoczynku, nie tylko w wakacje...

Czy wiecie, że słowo wakacje pochodzi od łacińskiego słowa oznaczającego uwolnienie? Każdy potrzebuje uwolnienia od obowiązków. Tak jak silnik, który za długo pracuje na wysokich obrotach, w końcu się przegrzewa, tak my wszyscy możemy się „przegrzać” i osłabnąć bez odpoczynku. Wyobraźmy sobie, że każdy z nas ma w głowie takie właśnie urządzenie. Żeby dobrze pracować potrzebuje dobrej jakości paliwa i działającego układu chłodzenia, który powoduje, że silnik się nie przegrzewa. Awaria tego układu powoduje zepsucie. Kierowca musi zatrzymać samochód. Przegrzany silnik jest ospały, źle reaguje na instrukcje kierowcy, szarpie i słabnie. Tym silnikiem w naszych głowach jest mózg. Dobrej jakości paliwem jest wartościowe jedzenie i sen, a układem chłodzenia mogą być, właśnie rozpoczęte, wakacje. Wakacje, które mimo upalnych temperatur, chłodzą mózg dzięki temu, że dają mu odpoczynek. Przez ostatnie dziesięć miesięcy intensywnie się uczyliście, przygotowawaliście do sprawdzianów, kartkówek, referatów, prezentacji, odpytywania. To długi czas. Dlatego dwa kolejne miesiące spędźcie na chłodzeniu swoich głów, nabieraniu sił, przeżywaniu najlepszych chwil, doświadczaniu przyjemności! Z tak przygotowanym silnikiem pełną parą ruszycie we wrześniu w kolejny rok szkolny!

Co można zrobić, żeby odpocząć jak najlepiej? Przede wszystkim zapytać samych siebie, co daje nam najwięcej poczucia relaksu. Dla niektórych mogą to być długie spacery z muzyką w uszach, spokojne chwile z książką czy ulubionym filmem, leżenie na plaży. Dla innych jazda na rowerze, rolkach, gra w piłkę nożną, pływanie. Może też być tak, że lubicie robić wszystko na raz, może u siebie w domu, może w podróży. I świetnie!

Wakacje to jest Wasz czas, i Rodziców, na stwarzanie okazji do tego, żeby zrobić to, na co się ma ochotę.

Życzymy Wam najwspanialszych wakacji, niech lody nigdy nie smakują lepiej niż teraz, a chmury układają się w najfantastyczniejsze kształty. Trzymajcie się, Kochani!

oprac. Kaja Kowynia- Pietraszek



Trening Umiejętności Społecznych

W kwietniu bieżącego roku nasi pracownicy zdobyli nowe kwalifikacje. Pedagodzy, psychologowie oraz logopedzi pracujący w Poradni wzięli udział w szkoleniu organizowanym przez Instytut Nauki Lektikon. Tym samym pragniemy poinformować, iż zajęcia z Treningu Umiejętności Społecznych znajdują się w ofercie Poradni na rok szkolny 2023/2024.



Czym jest Trening Umiejętności Społecznych?

Trening umiejętności społecznych to coraz popularniejsza w ostatnich latach metoda szeroko wykorzystywana zwłaszcza w pracy terapeutycznej z dziećmi i młodzieżą. Jej celem jest pomoc osobom, które doświadczają trudności w zakresie relacji z innymi ludźmi, a także funkcjonowania psychospołecznego. Tego typu zajęcia realizuje się głównie grupowo, choć istnieje również możliwość przeprowadzania ich indywidualnie. Podczas

treningu umiejętności społecznych uczestnicy uczą się m.in. jak efektywnie komunikować swoje potrzeby, nawiązywać i podtrzymywać relacje, a także jak poprawnie identyfikować i nazywać swoje stany emocjonalne. Ponadto trening umiejętności społecznych obejmuje ćwiczenia z zakresu asertywności, prowadzenia dialogu, strategii rozwiązywania konfliktów i aktywnego słuchania.



Co obejmowało szkolenie?

- *Podstawy teoretyczne treningu umiejętności społecznych*
- *Zadania i obowiązki trenera TUS*
- *Zasady tworzenia grup TUS*
- *Reguły współpracy z dziećmi i ich rodzicami*
- *Podstawowe metody pracy trenera TUS*
- *Przykładowe narzędzia diagnozy*

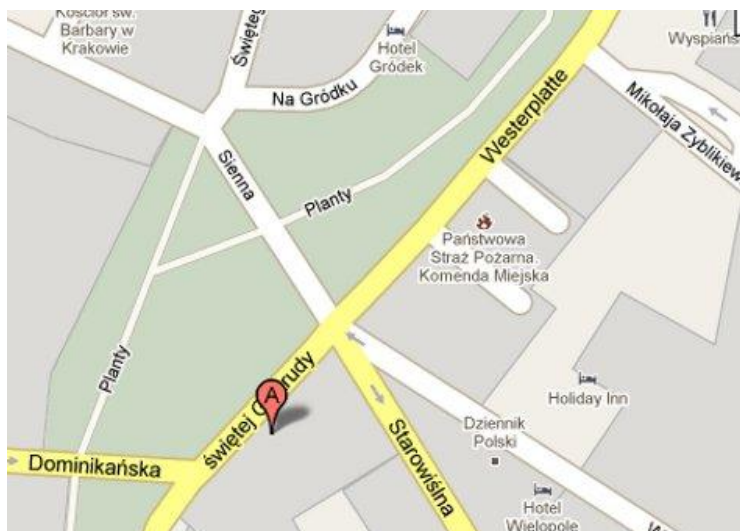
oprac. Patrycja Mikke

*Z okazji zakończenia roku szkolnego wszystkim
Uczniom, Nauczycielom i Rodzicom
składamy serdeczne gratulacje za całoroczny wysiłek w dążeniu do
wyznaczonych celów.
Na czas wakacji życzymy udanego wypoczynku, bezpiecznych podróży i
samyh słonecznych dni!*

Małgorzata Niewodowska – dyrektor Poradni wraz z Pracownikami



JAK DO NAS DOTRZEĆ?



TRAMWAJE 6, 8, 10, 13, 18 – przystanek „Św. Gertrudy”
TRAMWAJE 1, 3, 10, 24, 52 – przystanek „Poczta Główna”

*Poradnia czynna od poniedziałku do piątku
w godzinach od 8.00 - 18.00*

ZAPRASZAMY!

Więcej informacji na naszej stronie internetowej
www.poradnia-psychologiczna.com

Biuletyn opracowuje zespół redakcyjny w składzie:

mgr Małgorzata Niewodowska – dyrektor
mgr Szymon Rozmus- pedagog
mgr Kaja Kowynia- Pietraszek- psycholog
mgr Patrycja Mikke- psycholog
mgr Magdalena Biłan- Brozenbach- psycholog

Adres redakcji:

Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna
Dla Dzieci z Niepowodzeniami Edukacyjnymi
ul. św. Gertrudy 2
31 – 046 Kraków