



Kedves Diákok!

Kóródi Kitti vagyok, az iskola pszichológusa. Találkozhattál már velem az iskola folyosóján, vagy osztályfőnöki órán is.

A pszichológus egy olyan szakember, aki segít megérteni a helyzetet, amibe kerültél és akár más nézőpontból is meg tudja világítani a problémádat (és még kanapéra sem kell feküdnöd☺). Kész tanácsokat és tippeket azonban ne várj tőlem, döntéseket sem hozhatok meg helyetted.

Azzal, hogy hozzám fordulsz, nem vállalsz semmilyen kötelezettséget – akár már egy foglalkozás után is mondhatod, hogy elegendő volt számodra. Általában 3-5 alkalom szükséges egy probléma átbeszélésére.

Az egyéni foglalkozásokon kívül az osztályotokat is segíthetem egy titeket érdeklő téma feldolgozásával.

Az iskolában kedden és szerdán vagyok megtalálható; ha bármilyen kérdésed van, vagy szeretnél megbeszélni egy időpontot, akkor keress meg **szerdán 6. órában (12:20-13:10)** az **egészségügyi szobában**, vagy a szünetekben a tanáriban. Ha ez az időpont nem jó neked, akkor e-mailben tudunk másikat egyeztetni (kittikorodi@gmail.com).

Miben tudok segíteni?

- az utóbbi időben nem tudsz eléggé figyelni a tanulásra, elment tőle a kedved
- sokat tanulsz, de mégsem látszik meg az eredményeden
- dolgozatírás, felelés előtt túlságosan izgulsz
- olyan dolog történt veled, amit nem értesz vagy nincs, aki megértene
- csalódtál valakiben
- nem érzed jól magad otthon vagy az iskolában
- megváltozott a hangulatod az utóbbi időben, sokat fáj a fejed, a hasad, fáradékony vagy
- kevesebbet vagy többet eszel, mint korábban
- valamilyen kérdés foglalkoztat, de nem tudod (vagy mered) senkivel megbeszélni

Fontos, hogy tudd, pszichológusként szigorú titoktartási kötelezettségem van. Amit négy szemközt megosztasz velem, arról szüleidnek, tanáraidnak csak az általad jónak látott mértékben beszélhetek (kivéve az olyan helyzeteket, mikor az egészséged, jólléted van veszélyben).

Keress bátran!