



OFERTA ZAJĘĆ POSTDIAGNOSTYCZNYCH

W PORADNI PSYCHOLOGICZNO-PEDAGOGICZNEJ NR 20 W WARSZAWIE
W ROKU SZKOLNYM 2020/2021

UCZNIOWIE KLAS IV-VIII

NAZWA ZAJĘĆ	DLA KOGO	PROWADZĄCY, TERMIN
<p>„ZARADNY KOT” zajęcia poznawczo-behawioralne dla dzieci mających trudności z kontrolą złości</p> <p>Dzieci uczestniczące uczą się rozpoznawać uczucia i panować nad nimi, poznają techniki relaksacyjne oraz skuteczne strategie rozwiązywania problemów i rozluźniania się w sytuacjach stresowych</p>	uczniowie klas IV-VI	Beata Domańska start: uzgodnienie z terapeutą
<p>„UWAGA, AKCJA KONCENTRACJA” GRANT</p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none">– poprawienie zdolności świadomego kierowania uwagi.– wydłużenie czasu koncentracji uwagi na zadaniu.– pomoc w lepszym radzeniu sobie z dystraktorami (bodźcami rozpraszającymi).– wzmocnienie uważności i pamięci.– poprawa funkcjonowania w grupie w sytuacji zadaniowej.	uczniowie klas IV-V	Joanna Gorgas wtorek godz. 15:00-16:00 s. 11 start: 29.09.2020 r.
<p>„JAK SIĘ UCZYĆ, ŻEBY SIĘ NAUCZYĆ – TUTORING DLA UCZNIÓW DYSLEKTYCZNEGO”</p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none">– nauczyć jak się uczyć skuteczniej,– studiowanie tajników pamięci przydatne w nauce szkolnej,– poznanie nowoczesnych technik uczenia się, zapamiętywania, notowania,– pokonanie swoich różnorodnych problemów związanych z dysleksją – tzn. poprawić umiejętność poprawnego pisania i czytania,– wykorzystywanie inteligencji wielorakich w nauczaniu ortografii ,– trening pokonywania stresu, naukę relaksowania się,– nauczyć się jak planować i osiągać sukces,– ujawnić swoje mocne strony.	uczniowie klas VI-VIII	Wiesława Szustkiewicz piątek godz. 16:30-18:30 s. 5 start: 02.10.2020 r.

<p><u>„KONSULTACJE GRAFICZNE DLA UCZNIÓW ZE SZKÓŁ PODSTAWOWYCH”</u></p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – przekazanie informacji o przyczynach trudności z pisaniem, – udzielenie porad i wskazówek do indywidualnej pracy w domu. <p>Zajęcia przeznaczone są dla uczniów, którzy :</p> <ul style="list-style-type: none"> – piszą „brzydko”, nieczytelnie, w sposób mało zautomatyzowany, – męczą się podczas pisania, – nie nadążają na lekcjach z powodu trudności z pisaniem, – chcą spróbować usprawnić swoją rękę i nauczyć się pisać czytelnie i ekonomicznie. 	<p>uczniowie szkół podstawowych</p>	<p>Ewa Jędral</p> <p>sobota, I w miesiącu, godz. 11:00-13:00</p>
<p><u>„CO Z MOJĄ NIEŚMIAŁOŚCIĄ”</u></p> <p>Trening Pozytywnego Myślenia zajęcia o przełamaniu negatywnych schematów myślowych</p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – budowanie pozytywnego obrazu własnej osoby, – szukanie swoich mocnych stron, – nauka rozumienia ludzkich emocji i postaw, – osvajanie lęku przed ośmieszeniem, – poznanie sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych. 	<p>uczniowie klas IV-VI</p>	<p>Beata Kaczyńska, Monika Chodorowska</p> <p>środa, godz. 16:00 - 17:00 s. 5</p> <p>start: 30.09.2020 r.</p>
<p><u>„WARSZTATY ROZWOJU OSOBISTEGO I WZMACNIANIA POCZUCIA WARTOŚCI”</u></p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – kształtowanie adekwatnego obrazu siebie, identyfikacja swoich mocnych stron, – wzmacnianie poczucia własnych wartości, kształtowanie postawy asertywnej, – rozwijanie umiejętności nazywania emocji i adekwatnego ich wyrażania, – kształtowanie umiejętności regulacji emocji, – zapoznanie z zasadami efektywnej komunikacji interpersonalnej, – kształtowanie postawy współpracy i działania. 	<p>uczniowie klas VII - VIII</p>	<p>Eliza Bińkowska</p> <p>wtorek 18:00-20:00 s. 5</p> <p>Start: 29.09.2020 r.</p>
<p><u>„KOLOROWY ŚWIAT EMOCJI”</u></p> <p>Trening Umiejętności Społecznych</p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – trening umiejętności komunikacyjnych, – trening modyfikowania zachowań na bardziej aprobowane społecznie, – umiejętność współpracy w grupie, 	<p>uczniowie klas IV-VI i VII-VIII.</p>	<p>Beata Myśliwiec</p> <p>zgodnie z ustaleniami z prowadzącą</p>

<ul style="list-style-type: none"> - metody radzenia sobie z emocjami, - praca nad przestrzeganiem zasad, - uczenie się rozpoznawania emocji i potrzeb, - odreagowanie napięć emocjonalnych, - kształtowanie umiejętności rozwiązywania konfliktów, - rozwijanie empatii, - rozwijanie samoświadomości. <p>Trening prowadzony jest w grupach kilkusobowych dla dzieci z klas IV-VI, VII-VIII.</p>		
<p><u>SAT II + INSTRUMENTAL EWICHMENT</u></p>	<p>uczniowie klas IV-VIII</p>	<p>Grażyna Ciechanowska</p> <p>środa, godz. 16:00 - 18:00 s. 6</p>

INNE		
NAZWA ZAJĘĆ	DLA KOGO	PROWADZĄCY, TERMIN
<p><u>„JAK MÓWIĆ, ŻEBY DZIECI NAS SŁUCHAŁY, JAK SŁUCHAĆ, ŻEBY DZIECI DO NAS MÓWIŁY”</u> Warsztaty umiejętności wychowawczych dla rodziców</p> <p>W warsztatach może uczestniczyć tata, lub mama albo oboje rodzice. Każde ze spotkań składa się z części psychoedukacyjnej prowadzonej przez psychologów naszej poradni i wsparciowej, gdzie rodzice nawzajem dzielą się swoimi doświadczeniami związanymi z wychowywaniem dzieci.</p>	rodzice	<p>Anna Kiewel, Iwona Warecka</p> <p>środa, godz. 17:00-20:00 s. 5</p> <p>start: 30.09.2020 r.</p>
<p><u>„DOBRY RODZIC”</u> zajęcia dla rodziców dzieci szkolnych z diagnozą Zespołu Aspergera lub ADHD</p>	rodzice i dzieci z ADHD i ZA klas I-IV Klas V-VIII	<p>Marta Jakubowska</p> <p>Gr I – klasy I-IV piątek 18:00-20:00 s. 16</p> <p>Gr II – klasy V-VIII środa 18:00-20:00 s.17</p>
<p><u>„DESTINATION IMAGINATION”</u> zajęcia z kreatywnego rozwiązywania problemów, tworzenia innowacji, pracy zespołowej podczas podejmowania ekscytujących wyzwań, zarządzania czasem, zasobami ludzkimi, materiałami, finansami i pomysłami</p> <p>Zajęcia mają na celu:</p> <ul style="list-style-type: none"> – naukę umiejętności skutecznej komunikacji i prezentację wytworów własnej pracy oraz pracy zespołu, – pokazanie koncepcji myślenia rozbieżnego (dywergencyjnego) zakładającego, że istnieje więcej niż jedna droga do rozwiązania problemu, – zachęcenie dzieci i młodzież do podejmowania procesu tworzenia - w oparciu o własne mocne strony, – odkrywanie różnorodnych uzdolnień, przełamywanie barier, kształtowanie motywacji wewnętrznej i zwiększanie poczucia własnej wartości. <p>Destination Imagination stawia przed uczestnikami projekty zespołowe, które wyzwalają ducha odkrywczości i samodzielności, zachęcają do zdobywania nowych umiejętności i zainteresowań oraz kreują poczucie odpowiedzialności wobec innych.</p>	Dzieci 6 - 9 letnie	<p>Agnieszka Śmiateńska</p> <p>wtorek, godz. 18:00-19:00 s. 16</p> <p>start: 06.10.2020 r.</p>
<p><u>„WIDEOTRENING KOMUNIKACJI- PODRÓŻ DO GŁĘBSZEGO POZNANIA SIEBIE I INNYCH ORAZ WZMACNIANIE RELACJI Z OTOCZENIEM”</u></p>	Rodziny z problemami wychowawczymi i komunikacyjnymi (uczniowie szkoły podstawowej)	<p>Grażyna Ciechanowska</p> <p>środa godz. 18:00-20:00</p>

		<p>czwartek godz. 10:00-11:00 s. 6 zgodnie z ustaleniami z prowadzącą</p> <p>czwartek 10:00-11:00 s. 6 zgodnie z ustaleniami z prowadzącą</p>
<p><u>JAK KOMUNIKOWAĆ SIĘ I JAK SIĘ BAWIĆ Z DZIECKIEM ZE SPEKTRUM AUTYZMU?</u></p>	<p>Rodzice dzieci z autyzmem</p>	<p>Marta Jakubowska</p> <p>sobota godz. 11:00-13:00 s. 16</p> <p>start: 26.09.2020</p>