

Szülői tájékoztató

(Iskolapszichológiai ellátás, Boldog Gizella, 2026/2027)

Ebben a tájékoztatóban szeretném megosztani veletek, hogy mikor vagyok jelen az intézményben, miként tudtok kapcsolatba lépni velem, és hogy pontosan miben tudok segíteni nektek.

Mikor és hol vagyok elérhető?

Hétfőnként vagyok az intézményben, az egyik héten 8 és 12 óra, míg a másik héten 11.30 és 15.30 között. Általában folyamatosan csinállok valamit (*egyéni konzultáció, pedagóguskonzultáció, csoportfoglalkozás, edukációs anyag összeállítása*), így arra szeretnék kérni titeket, hogy ha beszélni szeretnétek velem, akkor hívjatok vagy írjatok, hogy tudjunk időpontot egyeztetni. A telefont nem fogom tudni mindig felvenni, de amint lesz lehetőségem rá, vissza fogok hívni mindenkit. Ha írtok, akkor pedig válaszolni fogok rá.

Hogy tudtok időpontot egyeztetni vagy kérdéseket feltenni?

- *Telefon: 30/856-83-52*
- *E-mail: kroppadam1392@gmail.com*
- *Messenger*

Mire van lehetőség?

- **Szülőkonzultáció:** A legtöbb folyamat ezzel kezdődik, ilyenkor találkozunk mi, felnőttek, és beszéljük át az aktuális helyzetet, a problémát, amivel küzdötök. *Bármivel megkereshettek, ha én nem fogok tudni segíteni, ajánlani tudok majd valakit, aki fog. A lényeg, hogy legyenek meg a jelzések, és ha baj van, akkor beszéljünk róla.* Nálam nincsenek rossz kérdések, ha bizonytalanok vagytok valamiben, akkor gyertek és beszéljünk! Ez egyfajta közös gondolkodás is, egy kreatív folyamat, melynek a célja az, hogy megoldást találjunk a kialakult helyzetre, és a gyermeknek, nektek jobb legyen.
- **Egyéni konzultációk a gyermekkel:** Ez lenne az, amiről az egésznek szólnia kellene. Beszélgetések, találkozások az iskolai falain belül. Ha egy gyermeknek kérdése van, nehézségei egy adott területen (társas kapcsolatok, izgulás, önbizalom stb.), akkor tudunk találkozni. Ők is megkereshetnek maguktól, sőt, szeretném kérni, hogy erre biztassátok is őket. Nem ciki beszélni az érzéseinkről, nem ciki segítséget kérni. Ha én még egyszer

gyerek lehetnék, és lenne lehetőségem óra helyett konzultálni egy pszichológussal, tuti ezt tenném, mert sokkal jobb buli. A gyerekek olyan dolgokat tanulhatnak iskolaidőben, amire egy egész életen át alapozhatnak. Nem muszáj 20 évesen az egyetemen még mindig szorongani, ha mások előtt kell beszélni, vagy a munkahelyen csendben tűnni mindent, mert ijesztő kiállni magunkért. Sokunknak nem volt lehetősége gyermekként ilyen segítséget kapni, nekik viszont van. Éljetek ezzel a lehetőséggel, mert megéri!

Az iskolában rövidebb folyamatokra van lehetőség, mert nagyon kevés óraszám áll rendelkezésre, de alkalmanként egy óra alatt is csodák születnek. Ha valaki motivált és fejlődni szeretne, akkor erre ilyen keretek között is lesz lehetősége. A gyerekek jöhetnek egyedül, de idén van lehetőség arra is, hogy osztálytárssal, baráttal együtt jöjjenek, ha közösek a nehézségeik, és együtt könnyebb erről beszélni. A cél az lenne, hogy minél több gyerek kaphasson valamit, egy eszközt, egy technikát, egy „térképet”, amivel könnyebben tudnak eligazodni a világukban. Nem én fogom megmondani a tutit, de segíthetek abban, hogy nekik jobb legyen.

- **Pszichoedukáció:** Ebben a tanévben szeretnék anyagokat is megosztani veletek egy-egy témában, amiből meríthettek, és ami segítség lehet nektek a mindennapokban. Folyamatosan dolgozok majd ezeken, de ígérni nem tudok semmi konkrétumot, mert ez nagyban függ a bejelentkezések számától. Ha nem vagyok szülővel, gyerekekkel vagy nem tartok csoportfoglalkozást, akkor tudok haladni ezekkel. Amint elkészül egy ilyen segédanyag, azonnal meg lesz osztva veletek.

A fent leírtak mellett lesznek még csoportfoglalkozások osztályokkal, pedagóguskonzultációk stb., de ezek titeket talán kevésbé fognak érinteni. Ha bármilyen kérdésetek van, keressetek, de tényleg!

Néhány fontosabb információ (a korábbi tanévek tapasztalataira alapozva):

- Személyesen hétfőnként vagyok az intézményben, de telefonon, e-mailen, üzenetben elértek máskor is. Igyekszem minden megkeresésre válaszolni, amint lesz lehetőségem erre.
- A gyerekek bármikor megkereshetnek maguktól is, ha valami bántja őket vagy csak szeretnének elmesélni valamit. Itt vagyok, szívesen beszélgetek velük akár a szünetekben is, szóval lehet bátorítani őket erre!

- Az iskolapszichológiai ellátás ingyenes. A megadott óraszámban elérhető vagyok, ezt ki lehet használni.
- Ahhoz, hogy valaki felhívhasson, nem kell senkitől engedélyt kérnie. Azért vagyok itt, hogy segítek. Én fogom tudni eldönteni, hogy ezt milyen formában tudom megtenni *(konzultáció, szülőkonzultáció, csoportfoglalkozás, más szakember bevonása stb.)*. Ha valakinek más szakembert javaslok, az nem arról szól, hogy én valakivel ne szeretnék együtt dolgozni, hanem arról, hogy az ő megsegítése más kompetenciával rendelkező szakemberekkel, más keretekkel és formában tud a leghatékonyabban megvalósulni.
- Ha valaki szülőként vagy gyerekként megkeres, mindig meg fogjuk beszélni, hogy ebből mi az, ami a gyermek érdekében a pedagógusokkal vagy a többi szakemberrel is megosztható. Ami nem az, azt nem fogják megtudni, pont ezért bármilyen problémáról van lehetőség beszélni.
- Ami fontos, hogy pszichológus vagyok és nem varázsló, tehát akkor lesz esélyem segíteni, ha megkerestek és tudunk őszintén beszélni egymással. Nálam semmi sem ciki, semmit sem kell szégyellni. Emberek vagyunk, egyikünk sem tökéletes, és nem is kell annak lennie.

Élményekben és felismerésekben gazdag tanévet kívánok!

Raphael Varane szavaival zárva: „A zuhanás megengedett, a felemelkedés kötelező!”

Mohács, 2026. 09. 08.

Kropp Ádám

sportpszichológiai szakpszichológus

tanácsadó szakpszichológus