



CENTRUM PORADENSTVA A PREVENIE

Karpatská 8, 040 01 Košice

tel. č. 055/622 66 15, 0902 759 724

e-mail: sekretariat@centrumke.sk, web: <https://centrumke.sk/>

PONUKOVÝ LIST

odborných aktivít Centra poradenstva a prevencie v Košiciach

pre stredné školy a osemročné gymnáziá

pre školský rok 2024/2025

Centrum poradenstva a prevencie – CPP

Je školským zariadením výchovného poradenstva a prevencie, ktoré patrí do siete školských zariadení v územnej pôsobnosti Regionálneho úradu školskej správy Košice.

Poskytuje komplexnú psychologickú, špeciálnopedagogickú, logopedickú, diagnostickú, reedukačnú, intervenčnú, výchovnú, poradenskú a preventívnu starostlivosť deťom a mládeži, vrátane detí so zdravotným postihnutím, od narodenia až do ukončenia prípravy na povolanie, ako aj ich zákonným zástupcom, pedagógom a všetkým, ktorí sa podieľajú na ich výchove, vzdelávaní a starostlivosti o nich.

V školskom roku 2024/2025 Vám ponúkame aktivity v nasledovných oblastiach:

Individuálna diagnostika, poradenstvo a terapia.

Skupinové aktivity a preventívne programy zamerané na osobnostný, emocionálny a sociálny vývin.

Aktivity vyplývajúce z legislatívnych predpisov a aktivity konzultačno-metodického charakteru.

- *Okrem týchto oblastí našich služieb sa na nás môžete obracať aj s inými požiadavkami, ktoré môžu vzniknúť počas školského roka.*
- *Ponúkané aktivity môžete objednávať v priebehu celého školského roka a to:*
 - a) *priebežne, na priloženom objednávacom formulári, ktorý nájdete na konci tejto ponuky,*
 - b) *inou písomnou formou,*
 - c) *telefonicky, e-mailom alebo osobne (potrebná je dodatočná písomná objednávka).*
- *Objednávkový formulár musí obsahovať pečiatku školy a podpis objednávateľa a aktivít.*
- *Objednávkový formulár je možné doručiť osobne alebo poštou na kontaktné údaje nášho CPP.*
- *Aktivity je možné v priebehu školského roka upravovať po dohode s kontaktným psychológom nášho centra, ktorý pôsobí na Vašej škole, a to telefonicky alebo prostredníctvom e-mailu*
- *Ponukový list spolu s objednávkovým formulárom a ďalšími formulármi nájdete aj na našej webovej adrese: www.centrumke.sk v ponuke DOKUMENTY.*
- *Všetky uvádzané odborné aktivity v školskom roku 2024/2025 budú v rámci CPP napĺňať naši zamestnanci – psychológovia, špeciálni pedagógovia, logopéd, kariérový poradca a sociálni pedagógovia.*

Kontaktné údaje: e-mail: sekretariat@centrumke.sk

tel. č.: 055 / 622 66 15

mobil: + 421 902 759 724

Tešíme sa na spoluprácu v školskom roku 2024/2025

INDIVIDUÁLNA DIAGNOSTIKA, PORADENSTVO A TERAPIA

1 Individuálna psychologická/špeciálnopedagogická diagnostika, poradenstvo a terapia v oblasti učenia a správania:

- a) pri adaptačných problémoch žiakov po vstupe do školy a prestupe z inej školy,
- b) identifikácia príčin školskej neúspešnosti a ťažkosti v učení,
- c) zvládanie školských povinností (správne rozvrhnutie času na učenie a na oddych u prvákov),
- d) motivácia k učeniu,
- e) diagnostika, rediagnostika a poradenstvo pre deti so ŠVVP.

2 Individuálna psychologická/špeciálnopedagogická diagnostika, poradenstvo a terapia pre nadaných žiakov v spolupráci s rodičmi a pedagógmi:

- a) identifikácia nadaných žiakov, diagnostika mentálnej úrovne a nadania,
- b) poradenstvo pri výbere nadaných žiakov (matematické triedy, prírodovedné, jazykové,...),
- c) individuálne psychologické poradenstvo a terapia pre nadaných žiakov a ich rodičov, pedagógov.

3 Individuálna psychologická diagnostika, poradenstvo a terapia pre žiakov so zameraním na kariérový vývin:

- a) identifikácia, rozvoj a efektívne využívanie schopností, výkonových charakteristík,
- b) rozvíjanie osobnostných predpokladov,
- c) ďalšie študijné zameranie a rozhodovací proces,
- d) rozhodovanie o výbere voliteľných seminárov a vysokej školy,
- e) sebahodnotenie a sebahodnotenie úrovne žiakov s dôrazom na ich kariérové zameranie.

4 Individuálna psychologická diagnostika, poradenstvo a terapia v oblasti optimalizácie osobnostného a emocionálneho vývinu žiaka v spolupráci s rodičmi a pedagógmi so zameraním na:

- a) rozvíjanie osobnostných a emocionálnych dispozícií- sebaopoznanie a rozvoj vlastného potenciálu,
- b) emocionálne ťažkosti – negativizmus, emoc. instabilita, agresivita,
- c) psychosomatické ťažkosti,
- d) psychosexuálny vývin,
- e) sociálne vzťahy,
- f) úzkosť a úzkostnosť,
- g) problémy v správaní (záškoláctvo, krádeže, úteky, túlanie, klamanie, demonštratívne sebaopozkodovanie, šikanovanie, egocentrizmus, nedisciplinovanosť).

SKUPINOVÉ AKTIVITY A PREVENTÍVNE PROGRAMY ZAMERANÉ NA OSOBNOSTNÝ, EMOCIONÁLNY A SOCIÁLNY VÝVIN

5 Skupinová práca s triedou zameraná na rozvoj:

- a) zdravého životného štýlu,
- b) zdravej klímy v triede,
- c) nenásilnej akceptujúcej komunikácie a asertivity,
- d) kritického myslenia,
- e) sociálnych vzťahov v triede a v kolektíve.

6 Skupinová práca s triedou zameraná na prevenciu a intervenciu:

- a) záťažové a krízové situácie a ich zvládanie, duševné zdravie,
- b) riešenie konfliktov,
- c) zhubné kultúry a sekty, negatívne subkultúry mladých,
- d) sebaublížovanie, suicidálne správanie,
- e) rizikové sexuálne správanie, prostitúcia, pohlavné prenosné choroby,
- f) prevenciu látkových závislostí – fajčenie, alkohol, drogy,
- g) prevenciu nelátkových závislostí – internet, sociálne siete, mobily, počítačové hry,
- h) prevenciu nežiadúcich foriem správania – agresívne správanie, neprimeraná interpersonálna komunikácia,
- i) prevenciu šikanovania a kyberšikanovania,
- j) prevenciu obchodovania s ľuďmi,
- k) vplyv masmédií na utváranie sebaobrazu a sebahodnotenia – anorexia, bulímia, kult tela,
- l) intoleranciu, extrémizmus, radikalizmus, rasizmus, diskrimináciu, xenofóbiu, antisemitizmus,
- m) podpora a ochrana ľudských práv,
- n) fyzické, psychické a sexuálne násilie páchané na deťoch, domáce násilie, syndróm CAN.

7 Skupinové psychologické poradenstvo v rámci triedneho kolektívu zamerané na:

- a) adaptáciu na nové školské prostredie a študijné povinnosti,
- b) problémy v učení, motiváciu k učeniu a optimalizáciu denného režimu a efektívne spôsoby učenia.
- c) sociálna interakcia.

8 Teambuilding

Skupinová aktivita realizovaná interaktívnou formou zameraná na budovanie kolektívnych vzťahov a rozvoj triedy ako jednotného tímu; orientácia na hľadanie a presadenie silných prvkov kolektívu, na aktivitu sú potrebné aspoň dve súvislé vyučovacie hodiny, prípadne odporúčame zvoliť formu krátkodobého výcviku.

9 Môj svet hodnôt

Práca so skupinou zameraná na posilňovanie hodnotového systému žiakov.

10 Preventívny program – PEER program

Program je zameraný na prípravu žiakov v oblasti prevencie závislostí a nežiadúcich foriem správania medzi rovesníkmi. Rovesnícky preventista tak bude môcť pozitívne vplyvať na svojich spolužiakov a je tiež účinným spolupracovníkom školského koordinátora vo výchove a vzdelávaní (koordinátora prevencie). Program pozostáva z 8 stretnutí po 120 minút a je určený pre žiakov 1. a 2. ročníka stredných škôl.

11 Preventívny program „*Aby učenie nebolo mučenie*“

Program je zameraný na osvojenie a rozvíjanie efektívnych metód učenia sa, ktoré sú jednou z kľúčových kompetencií vzdelávania. Cieľom programu je osvojiť si učebné zručnosti, prostredníctvom dotazníkov spoznávať ich vlastné učebné predpoklady, rozvoj vnútornej motivácie žiakov. Stretnutia sú zamerané na osobnostnú percepciu, motiváciu k učeniu a na zvládanie záťažových situácií, ktoré sa týkajú predovšetkým výchovno-vzdelávacieho procesu. Program pozostáva z 5 stretnutí po 45 minút a je určený pre žiakov 1. a 2. ročníka stredných škôl.

12 Preventívny program „*SafeTY – Vždy pripojený!*“

Program je zameraný na selektívnu prevenciu, ktorá sa sústreďuje na rozvoj kritického prístupu vo využívaní informačno-komunikačných technológií v záujme podpory zdravého životného štýlu, duševného zdravia, podpory ľudských práv pred zneužitím, zlepšenia sociálnej klímy medzi mládežou a podporu komunikačných a prosociálnych zručností pomocou zážitkových foriem. Cieľom programu je naučiť žiakov, že virtuálny priestor nie je priestorom len hry, aleže má reálny dopad na osobnosť, sociálne vzťahy a emocionalitu; naučiť žiakov, aký dopad má naša komunikácia na sociálne vzťahy; upozorniť žiakov, že virtuálny priestor prináša mentálne zneužitie v podobe nepodložených, alternatívnych a konšpiračných informácií a hoaxov a zároveň podporiť ich kritické myslenie; naučiť žiakov zodpovednosti voči sebe a zodpovednosti voči druhým vo virtuálnom priestore. Program pozostáva zo 4 stretnutí po 90 minút a úvodného 45 minútového stretnutia. Je určený žiakom 2. ročníka.

13 Preventívny program „*Nie sme tolerantní voči netolerancii*“

Program je zameraný na selektívnu prevenciu, ktorá sa sústreďuje na predchádzanie šikanovania, kyberšikanovania, xenofóbie, rasizmu, diskriminácie. Program rozvíja toleranciu pomocou kladenia dôrazu na rozvoj komunikačných, životných zručností a budovanie duševného zdravia. Cieľom je napomôcť k zlepšovaniu psychosociálnej klímy prostredia, v ktorom sa žiak pohybuje, k upevňovaniu ľudských práv, prezentácii sociálne pozitívneho správania, predchádzaniu manipulatívnych názorov, postojov a rozvoju zdravých sociálnych vzťahov. Program pozostáva zo 4 stretnutí po 90 minút a úvodného 45 minútového stretnutia. Je určený žiakom 2. a 3. ročníka.

14 Preventívny program „*Pozitívnu psychológiou k podpore zdravej mládeže*“

Program je zameraný na rozvoj osobnosti žiaka v rámci zdravého životného štýlu, zameraný na psychohygienu v podobe podpory utvárania zdravého sebaobrazu a sebahodnotenia, upevňovanie triedneho kolektívu pomocou teambuildingu, tréning zručností v oblasti správnej komunikácie, asertivity a rozvoj hodnotového rebríčka. Program pozostáva zo 4 stretnutí po 90 minút. Je určený žiakom 2. a 3. ročníka.

15 Preventívny program „*Pripravujeme zodpovednú mládež*“

Program je zameraný na prevenciu u žiakov v oblasti medziľudských vzťahov s dôrazom na sebaopoznávanie a poznávanie iných, rozvoj medziľudských vzťahov, učenie sa zvládať konflikty a budovať zdravú komunikáciu. Program pozostáva zo 4 stretnutí po 90 minút. Je určený žiakom 1. ročníka.

16 Preventívny program „*Výchova k manželstvu a rodičovstvu, sexuálna výchova*“

Program je zameraný na rozvoj kompetencií v oblasti vyrovnaného sebavedomia, citovej zrelosti, sociálnej zrelosti ako predpokladov pre budúci manželský život a riešenie vzťahových otázok a komunikácie v partnerstve.

17 Rozvojový program „Ja, môj rozvoj a moje ďalšie smerovanie“

Program je určený pre žiakov SŠ. V oblasti sebapoznania ponúka program aktivity na preskúmanie vlastných silných aj slabších stránok, hodnôt, osobných priorít a preferencií. V oblasti poznania sveta práce sú v programe aktivity na zoznámenie sa s jednotlivými druhmi vysokých škôl a žiaci budú povzbudení k aktívnemu vyhľadávaniu informácií potrebných pre zodpovedné kariérové rozhodovanie. K tomu im budú ukázané vhodné nástroje. V oblasti osobného rozvoja budú žiaci uvažovať o tom čo sa učia v škole aj mimo nej, ako si plánovať ďalší rozvoj (vrátane výberu vysokej školy) v súlade s ich schopnosťami, záujmami a predstavou o vlastnej budúcnosti. Rozvojový program je realizovaný v rozsahu 4 stretnutí, s trvaním 90 min. Pre niektoré stretnutia bude potrebné zabezpečiť triedu s projekčnou technikou a pripojením na internet.

18 Intervenčný program „Open“

Program je zameraný na konkrétne oblasti rozvoja osobnostného, emocionálneho a sociálneho rozvoja a prevencie. Obsah stretnutí je špecifikovaný na základe požiadaviek školy (napr. výchovný poradca), triedneho kolektívu (triedny učiteľ, žiaci) a odborných zamestnancov CPP. Kľúčovými témami sú osobnostný rozvoj – sebavnímanie, sebahodnotenie, sebadisciplína, body image, zvládanie záťaže, primerané formy správania sa a komunikácie; sociálny rozvoj – vnímanie iných, stereotypy, predsudky, klíma v kolektíve, riešenie konfliktov, rozvoj tolerancie. Program pozostáva minimálne zo 4 stretnutí po 90 minúta jedného úvodného 45 minútového stretnutia. Je určený pre všetky ročníky.

19 Klub peer aktivistov

Metodická činnosť pre vyškolených Peer aktivistov v ich ďalšej práci so skupinami v škole, supervízne stretnutia zamerané na ich činnosť v rámci preventívnych aktivít v škole.

20 Supervízia pri realizácii screeningu, depistáže a sociometrie

Skupinové zisťovanie určitých problémov výchovným poradcom alebo koordinátorom prevencie v začiatkových štádiách, resp. ich odhalenie zamerané na:

- a) oblasť učenia a motivácie k učeniu,
- b) oblasť správania,
- c) oblasť sebaopisovania a sebahodnotenia,
- d) proforientáciu (profesijná orientácia),
- e) prieskum v drogovej problematike – „D“ dotazník (supervízia pri realizácii screeningu),
- f) problémy šikanovania a kyberšikanovania (šikanovania na internete) – „Š-KŠ“ dotazník,
- g) užívanie a závislosť na mobiloch, internete a počítačových hrách – „IT“ dotazník,
- h) iné výchovno-vzdelávacie ukazovatele,
- i) sociometriu (meranie štruktúry sociálnych vzťahov v triede - potrebný informovaný súhlas rodiča).

AKTIVITY VYPLÝVAJÚCE Z LEGISLATÍVNYCH PREDPISOV A AKTIVITY KONZULTAČNO-METODICKÉHO CHARAKTERU

CPP poskytuje ďalším zložkám systému výchovného poradenstva na školách na základe zákona č. 245/2008 Z. z. o výchove a vzdelávaní (školský zákon), zákona č. 138/2019 Z. z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov a Vyhlášky MŠVVaŠ SR č. 24/2022 Z. z. o zariadeniach poradenstva a prevencie:

- a) poradenstvo a metodickú pomoc pre výchovného poradcu,
- b) poradenstvo a metodickú pomoc pre kariérového poradcu,
- c) poradenstvo a metodickú pomoc pre školského psychológa,
- d) poradenstvo a metodickú pomoc pre školského špeciálneho pedagóga,
- e) poradenstvo a metodickú pomoc pre školského koordinátora vo výchove a vzdelávaní (koordinátora prevencie),
- f) poradenstvo a metodickú pomoc pre školského špecialistu vo výchove a vzdelávaní (starostlivosť o deti a žiakov so SZP),
- g) poradenstvo a metodickú pomoc pre sociálneho pedagóga,
- h) poradenstvo a metodickú pomoc pre liečebného pedagóga.

21 Na základe zákona č. 138/2019 Z. z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov má zamestnávateľ na základe § 79 ods. 4 najmenej jedenkrát ročne zabezpečiť pedagogickým zamestnancom v pracovnom čase:

- 1) Preventívne psychologické poradenstvo, v rámci ktorého ponúkame prednášky a diskusie na školou zvolené témy. (Potrebná konzultácia s kontaktným psychológom.)
- 2) Absolvovať poradenstvo zamerané na predchádzanie a zvládanie agresivity, na sebaopoznanie a riešenie konfliktov v podobe ponúkaných modulov:
 - a) sociálna percepcia,
 - b) sociálna komunikácia,
 - c) sociálna interakcia v skupine,
 - d) konflikty a ich zvládanie,
 - e) zvládanie záťažových situácií,
 - f) tvorivosť ako rozvoj osobnosti.

22 Skupinová práca s pedagogickým zborom zameraná na:

- a) seba-percepcia, sebaopoznanie,
- b) rozvoj komunikácie a asertivity,
- c) rozvoj sociálnych vzťahov a kooperácie v pracovnom kolektíve,
- d) zvládanie záťažových situácií a riešenie konfliktov,
- e) prevenciu syndrómu vyhorenia,
- f) efektívne sebariadenie, self manažment a time manažment.

23 Účasť psychológa na rodičovských združeniach.

24 Odborná konzultačno-poradenská činnosť pre pedagógov a rodičov so zameraním na:

- a) adaptačné problémy žiakov,
- b) problémy a poruchy správania žiakov,
- c) problémy žiakov v učení,
- d) komunikačné problémy žiakov,
- e) problémy žiakov osobnostného a citového charakteru a v sociálnych vzťahoch,
- f) aktuálne problémy vo výchove,
- g) aktuálne problémy vo vývine osobnosti,

- h) pri riešení intolerantného správania žiakov, prípadne šikanovania,
- i) pri narušených vzťahoch žiak – učiteľ,
- j) problémy práce s nadanými žiakmi,
- k) problémy práce a integrácie so žiakmi so ŠVVP,
- l) vlastné témy (*potrebné konkretizovať*).

- 25 Účast' psychológa a/alebo špeciálneho pedagóga na pedagogických radách a aktivity odborného-metodického charakteru podľa špecifických požiadaviek škôl v súčinnosti s príslušnými zložkami systému výchovného poradenstva na školách (napr. výchovný poradca) – žiadať priebežne počas školského roka.**
- 26 Supervízne stretnutia zamerané na metodickú pomoc jednotlivým zložkám systému výchovného poradenstva na školách (napr. výchovný poradca).**
- 27 Metodická pomoc a podpora školským podporným tímom.**
- 28 Metodická pomoc začínajúcim jednotlivým zložkám systému výchovného poradenstva na školách (napr. výchovný poradca) pri výchovnej a preventívnej činnosti.**
- 29 Metodická pomoc riaditeľom škôl a školským koordinátorom vo výchove a vzdelávaní (koordinátorom prevencie) pri realizácii školských projektov prevencie.**

PhDr. Emília Nuberová
riaditeľka



CENTRUM PORADENSTVA A PREVENČIE

Karpatská 8, 040 01 Košice
tel. č. 055/622 66 15, 0902 759 724

e-mail: sekretariat@centrumke.sk, web: www.centrumke.sk

OBJEDNÁVKA ODBORNÝCH AKTIVÍT Centra poradenstva a prevencie v Košiciach

Názov školy, adresa školy a pečiatka školy

.....

	Titul, Meno, Priezvisko	E-mailový kontakt	Telefonický kontakt
Riaditeľ školy			
Výchovný poradca			
Školský koordinátor vo výchove a vzdelávaní			
Kariérový poradca			
Školský psychológ			
Školský špeciálny pedagóg			
Školský sociálny pedagóg			

Číslo aktivity	Názov požadovanej aktivity (prípadné úpravy)	Termín