



Katowice, dnia 24 października 2024 roku

**WICEPREZYDENT
MIASTA KATOWICE**

PS-III.8141.1.2024.AS

PS-III.2D-00168/24

B.A.
P. AŻ
Leg. P. Przew
28.10.24

BIURO RADY MIASTA KATOWICE	
Wpł.	2024 -10- 29
BRM	

**Szanowny Pan
Łukasz Borkowski
Przewodniczący
Rady Miasta Katowice**

W związku z posiedzeniem Komisji Polityki Społecznej, które odbędzie się w dniu 5 listopada 2024 roku, przekazuję w załączeniu materiał, który stanowi punkt 3 harmonogramu posiedzenia, pn: *Informacja Prezydenta Miasta na temat możliwości uzyskania przez dzieci i młodzież pomocy psychologicznej w placówkach wsparcia dziennego (świetlice środowiskowe, kluby młodzieżowe).*

Z poważaniem

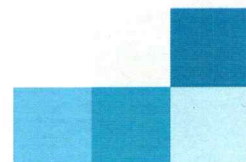
WICEPREZYDENT MIASTA KATOWICE

Maciej Biskupski

Pracownik prowadzący sprawę: Anna Szczęch wew. 3739

Do wiadomości:

1. Sekretarz Miasta Maciej Stachura



Informacja na temat możliwości uzyskania przez dzieci i młodzież pomocy psychologicznej w placówkach wsparcia dziennego

1. Wstęp	2
1) Placówki wsparcia dziennego w Katowicach: informacje ogólne	2
2) Czym jest pomoc psychologiczna?.....	4
2. Działania realizowane w poszczególnych placówkach	6
1) Katolicka Fundacja Dzieciom w Parafii Piotra i Pawła	6
2) Fundacja dla Ludzi Potrzebujących Pomocy „Gniazdo”	7
3) Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka	8
4) Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Dom Aniołów Stróżów”	10
5) Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej	11
6) Polskie Towarzystwo Kulturalne.....	13
7) Rzymsko-Katolicka Parafia św. Józefa Robotnika	14
8) Stowarzyszenie „Szansa dla Każdego”	16
9) Parafia Ewangelicko-Augsburska.....	17
10) Fundacja „Indeks do Przyszłości”	18
11) Fundacja „Jesteśmy dla Was”	19
3. Podsumowanie.....	19

Wstęp

Placówki wsparcia dziennego w Katowicach

W 2024 roku Miasto Katowice zapewnia **701 miejsc w 29 placówkach** wsparcia dziennego, przeznaczając na ten cel kwotę: **9 103 707,00 zł** (w tym dla 9 placówek specjalistycznych prowadzonych przez Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej kwotę: 3 914 387,00 zł, dla 20 placówek prowadzonych przez organizacje pozarządowe w formie specjalistycznej, opiekuńczej i podwórkowej kwotę 5 189 320,00 zł). Realizacja działań placówek wsparcia dziennego odbywa się zgodnie z zapisami ustawy o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej.

Głównym celem działalności placówek wsparcia dziennego jest wsparcie rodzin przeżywających trudności w pełnieniu funkcji opiekuńczo-wychowawczej. Na terenie naszego miasta funkcjonuje przemyślana ich sieć, zapewniając w ten sposób pracę w środowisku, w którym funkcjonuje dana rodzina. By dostosować się do realnych problemów, z którymi mierzą się dzieci i ich rodziny, placówki funkcjonują w różnych formach:

1. opiekuńczej, w tym kół zainteresowań, świetlic, klubów i ognisk wychowawczych, zapewniającej dziecku opiekę i wychowanie, pomoc w nauce, organizację czasu wolnego, zabawę i zajęcia sportowe oraz rozwój zainteresowań,
2. specjalistycznej - organizującej zajęcia socjoterapeutyczne, terapeutyczne, korekcyjne, kompensacyjne oraz logopedyczne; ponadto placówki te realizują indywidualny program korekcyjny, program psychokorekcyjny lub psychoprophylaktyczny, w szczególności terapię pedagogiczną, psychologiczną i socjoterapię.
3. pracy podwórkowej – realizowanej przez wychowawcę, polegającej na działaniach animacyjnych i socjoterapeutycznych.

Głównym zadaniem placówek wsparcia dziennego jest utrzymanie dziecka w jego naturalnym środowisku poprzez wsparcie funkcji opiekuńczych i wychowawczych rodziny. Priorytetem jest efektywne przygotowanie dziecka do samodzielnego funkcjonowania w dorosłym życiu m.in. poprzez nabycie praktycznych umiejętności życiowych i społecznych przy jednoczesnym wsparciu rodziny poprzez pracę nastawioną na przezwyciężanie trudności opiekuńczo-wychowawczych oraz świadczenie specjalistycznego poradnictwa.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej prowadzi 5 świetlic specjalistycznych i 4 specjalistyczne kluby młodzieżowe, zapewniając 184 miejsca pobytu dziennego dla dzieci i młodzieży. W ramach swej działalności placówki świadczą nieodpłatną pomoc dzieciom, młodzieży, rodzinom zagrożonym defaworyzacją i wykluczeniem społecznym, w tym specjalistyczne wsparcie terapeutyczne, psychologiczne, logopedyczne, socjoterapię, terapię zajęciową, treningi umiejętności społecznych, poradnictwo dotyczące trudności opiekuńczo-wychowawczych, pomoc w sytuacjach kryzysów szkolnych, rodzinnych, rówieśniczych i osobistych, pomoc socjalną, w tym dożywianie.

Dodatkowo Miasto Katowice finansuje 20 placówek wsparcia dziennego prowadzonych, w różnych formach, przez **organizacje pozarządowe**, zapewniających łącznie 517 miejsc. Katowickie placówki wsparcia dziennego funkcjonują przez minimum 6 godzin dziennie w każdy roboczy dzień tygodnia (w przypadku świetlic i klubów młodzieżowych), trzy razy w tygodniu przez minimum 4 godziny dziennie (w przypadku kół zainteresowań) oraz średnio przez 3-5 dni w tygodniu, przez około 4 godziny dziennie w przypadku pracy podwórkowej prowadzonej przez wychowawcę. Podczas pobytu w świetlicy i klubie młodzieżowym podopieczni otrzymują wyżywienie składające się z dwóch posiłków dziennie. Szczegółowe zestawienie placówek znajduje się w tabeli poniżej:

I.p	NAZWA PLACÓWKI	ADRES PLACÓWKI	ORGANIZACJA PROWADZĄCA	DZIELNICA, W KTÓREJ FUNKCJONUJE PLACÓWKA	LICZBA MIEJSC
PLACÓWKI WSPARCIA DZIENNEGO W FORMIE SPECJALISTYCZNEJ					
ŚWIETLICE SPECJALISTYCZNE					
1	Świetlica Specjalistyczna	ul. Kilińskiego 15, 40-061 Katowice	Katolicka Fundacja Dzieciom w Parafii Piotra i Pawła, ul. Kilińskiego 15, 40-061 Katowice	Śródmieście	67
2	Świetlica Specjalistyczna	ul. Morcinka 19a, 40-124 Katowice	Fundacja dla Ludzi Potrzebujących Pomocy "Gniazdo", ul. Morcinka 19a, 40-124 Katowice	Koszutka	35
3	Świetlica Specjalistyczna św. Jacka	ul. Dębowa 23, 40-106 Katowice	Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka, ul. Dębowa 23, 40-106 Katowice	Dąb	40
4	Świetlica Specjalistyczna św. Agaty	ul. Solskiego 2, 40-749 Katowice	Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka, ul. Dębowa 23, 40-106 Katowice	Murcki	30
5	Świetlica Specjalistyczna św. Brata Alberta	ul. Brata Alberta 4, 40-020 Katowice	Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka, ul. Dębowa 23, 40-106 Katowice	Śródmieście	30
6	Świetlica Specjalistyczna św. Barbary	ul. Młodzieżowa 10, 40-485 Katowice	Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka, ul. Dębowa 23, 40-106 Katowice	Giszowiec	30
7	Świetlica Specjalistyczna	ul. Gliwicka 148, 40-857 Katowice	Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Dom Aniołów Stróżów”, ul. Andrzeja 12a, 40-061 Katowice	Załęże	55
8	Świetlica Specjalistyczna nr 1	ul. Orkana 7a, 40-553 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Załęska Hałda - Brynów Część Zach.	20
9	Świetlica Specjalistyczna nr 2	pl. Powstańców 3, 40-377 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Szopienice- Burowiec	36
10	Świetlica Specjalistyczna nr 3	ul. Gliwicka 74a, 40-855 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Załęże	30
11	Świetlica Specjalistyczna nr 4	ul. Świdnicka 35a, 40-711 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Ligota – Panewniki	20
12	Świetlica Specjalistyczna nr 5	ul. Czecha 2, 40-225 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Zawodzie	30
SPECJALISTYCZNE KLUBY MŁODZIEŻOWE					
13	Specjalistyczny Klub Młodzieżowy	ul. Kilińskiego 15, 40-061 Katowice	Katolicka Fundacja Dzieciom w Parafii Piotra i Pawła, ul. Kilińskiego 15, 40-061 Katowice	Śródmieście	20
14	Młodzieżowy Klub Wspierania Rozwoju Osobistego	ul. Morcinka 19a, 40-124 Katowice	Fundacja dla Ludzi Potrzebujących Pomocy "Gniazdo", ul. Morcinka 19a, 40-124 Katowice	Koszutka	20
15	Specjalistyczny Klub Młodzieżowy	ul. Gliwicka 148, 40-857 Katowice	Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Dom Aniołów Stróżów”, ul. Andrzeja 12a, 40-061 Katowice	Załęże	15
16	Specjalistyczny Klub Młodzieżowy nr 1	ul. Orkana 7a, 40-553 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Załęska Hałda - Brynów Część Zach.	8
17	Specjalistyczny Klub Młodzieżowy nr 2	ul. Krakowska 138, 40-391 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Szopienice- Burowiec	20
18	Specjalistyczny Klub Młodzieżowy nr 3	ul. Czecha 2, 40-225 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Zawodzie	10
19	Specjalistyczny Klub Młodzieżowy nr 4	ul. Świdnicka 35a, 40-711 Katowice	Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej, ul. Jagiellońska 17, 40-032 Katowice	Ligota – Panewniki	10
PLACÓWKI WSPARCIA DZIENNEGO W FORMIE OPIEKUŃCZEJ					
ŚWIETLICE OPIEKUŃCZE					
20	Świetlica Opiekuńcza św. Wojciecha	ul. Brata Alberta 4, 40-020 Katowice	Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka, ul. Dębowa 23, 40-106 Katowice	Śródmieście	25

21	Świetlica Opiekuńcza NIKISZ	pl. Wyzwolenia 18, 40-749 Katowice	Polskie Towarzystwo Kulturalne, ul. Francuska 102/4, 40-507 Katowice	Janów – Nikiszowiec	30
22	Świetlica Opiekuńcza dla dzieci przedszkolnych	ul. Mikusińskiego 8, 40-146 Katowice	Rzymsko-Katolicka Parafia św. Józefa Robotnika, ul. Mikusińskiego 8, 40-146 Katowice	Wełnowiec - Józefowiec	15
23	Świetlica Opiekuńcza zwana Klubem „Szansa dla Każdego”	ul. 3 Maja 36/2, 40-097 Katowice	Stowarzyszenie „Szansa dla Każdego”, ul. Maja 36/2, 40-096 Katowice	Śródmieście	30
KOŁA ZAINTERESOWAŃ					
24	Koło Zainteresowań EKIPA	ul. Bednorza 20, 40-384 Katowice	Parafia Ewangelicko-Augsburska, ul. Bednorza 20, 40-384 Katowice	Szopienice-Burowiec	30
25	Koło Zainteresowań "Bezpieczna Twierdza"	ul. Panewnicka 13, 40-709 Katowice	Fundacja "Indeks do Przyszłości", ul. Stawowa 5/7, 40-095 Katowice	Ligota - Panewniki	45
PLACÓWKI WSPARCIA DZIENNEGO W FORMIE PRACY PODWÓRKOWEJ REALIZOWANEJ PRZEZ WYCHOWAWCĘ					
26	Praca podwórkowa realizowana przez wychowawcę w dzielnicy Załęże	nie dotyczy	Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Dom Aniołów Stróżów”, ul. Andrzeja 12a, 40-061 Katowice	Załęże	nie dotyczy
27	Praca podwórkowa realizowana przez wychowawcę w dzielnicy Śródmieście	nie dotyczy	Fundacja Jesteśmy dla Was, al. Korfantego 125 a, 40-156 Katowice	Śródmieście	nie dotyczy
28	Praca podwórkowa realizowana przez wychowawcę w dzielnicy Zawodzie	nie dotyczy	Fundacja Jesteśmy dla Was, al. Korfantego 125 a, 40-156 Katowice	Zawodzie	nie dotyczy
29	Praca podwórkowa realizowana przez wychowawcę w dzielnicy Bogucice	nie dotyczy	Fundacja Jesteśmy dla Was, al. Korfantego 125 a, 40-156 Katowice	Bogucice	nie dotyczy

701

Czym jest pomoc psychologiczna?

Opierając się na definicji pomocy psychologicznej zawartej na stronie Wikipedii, prześledzić można szeroki wachlarz wsparcia, jakie zapewnia dzieciom i młodzieży placówka wsparcia dziennego. Zgodnie z zawartą tam definicją, pomoc psychologiczna obejmuje wielostronny zakres działań psychologicznych, które obejmują takie obszary jak:

- Promocja zdrowia** - działania nastawione na rozwój cech, które sprzyjają kształtowaniu i zachowaniu zdrowia. Można wyróżnić dwie możliwości wykorzystania psychologii w realizowaniu zadań promocji zdrowia:
 - upowszechnianie wiedzy psychologicznej (psychoedukacja) - ma na celu przekazywanie wiedzy na temat funkcjonowania człowieka w różnych okolicznościach życiowych i warunkach społecznych. Dzięki zdobytej wiedzy na temat trudności napotykanym w życiu, możliwe jest zmniejszenie poczucia lęku oraz znalezienie dogodnych rozwiązań,
 - tworzenie i realizowanie programów, zajęć i warsztatów nastawionych na edukację zdrowotną i wspomaganie rozwoju. Są to programy mające na celu uczenie takich umiejętności jak nawiązywanie i utrzymywanie relacji z innymi, radzenia sobie ze stresem, rozwiązywanie konfliktów itp.
- Prewencja** - jest to zespół działań, w których wykorzystuje się metody i środki psychologiczne w celu obniżenia prawdopodobieństwa wystąpienia zaburzeń w funkcjonowaniu somatycznym, psychicznym i społecznym. Cel ten osiąga się poprzez przeciwdziałanie czynnikom ryzyka

i wzmacnianie zasobów. Prewencja może polegać na minimalizowaniu zagrożeń przez eliminowanie czynników ryzyka, które można podzielić na ryzyko sytuacyjne (stres wydarzeń), rozwojowe (okresy krytyczne w rozwoju, na przykład kryzys dorastania) oraz temperamentalne i osobowościowe. Działanie prewencyjne ma w pierwszym rzędzie przeciwdziałać pojawieniu się zaburzeń. Jest więc nastawione przede wszystkim na grupy ryzyka.

3. **Poradnictwo psychologiczne** – jest to forma pomocy oferowana osobom zdrowym przeżywającym tak zwane kryzysy rozwojowe lub trudności przystosowawcze. Poradnictwo psychologiczne użyteczne jest w zmianach rozwojowych i nagromadzeniu się wydarzeń życiowych. Odbywa się ono w formie kilku spotkań, których głównym celem jest zidentyfikowanie problemu i poszukiwanie sposobów jego rozwiązania. Poradnictwo można podzielić na cztery fazy:
 - diagnoza problemu, trudności z jaką osoba sobie nie radzi,
 - określenie czynników podtrzymujących istnienie problemu oraz trudności związanych z jego rozwiązaniem,
 - poszukiwanie nowych sposobów rozwiązania trudności,
 - wzmocnienie klienta w realizowanych przez niego zmianach.
4. **Interwencja kryzysowa** – jest pomocą w rozwiązywaniu sytuacji traumatycznych i kryzysowych, która obejmuje działania zmierzające do odzyskania przez osobę dotkniętą kryzysem zdolności jego samodzielnego rozwiązania. Ma charakter pomocy psychologicznej, medycznej, socjalnej lub prawnej, i służy wsparciu emocjonalnemu osoby w kryzysie.
5. **Psychoterapia** – jest to celowe i planowane oddziaływania psychologiczne, zmierzające do złagodzenia lub usunięcia objawów zaburzenia oraz do poprawy funkcjonowania psychicznego i społecznego, wspierające dążenia jednostki lub rodziny do zdrowia i rozwoju, kierowane do osób z zaburzeniami psychicznymi.
6. **Resocjalizacja** - działania polegające na przyswojeniu jednostce społecznie aprobowanych sposobów realizacji własnych potrzeb, przyjętych w danej społeczności norm i standardów postępowania, ukształtowaniu w niej zdolności do podejmowania i pełnienia – zgodnie ze społecznymi oczekiwaniami – właściwych jej ról społecznych. Proces resocjalizacyjny przebiega w wyniku wpływów interpersonalnych.

Placówki wsparcia dziennego, poprzez regularną (codzienną lub 3 razy w tygodniu, w zależności od formy placówki) pracę z dzieckiem i jego rodziną, realizują działania składające się na definicję pomocy psychologicznej w wszystkich wymienionych aspektach. Te najbardziej podstawowe obejmują prewencję, promocję zdrowia i poradnictwo psychologiczne, i są realizowane przez wychowawców zatrudnionych z placówki. Osoby pełniące obowiązki na tych stanowiskach, dzięki odpowiedniemu wykształceniu i doświadczeniu w pracy z dzieckiem i rodziną, stymulują rozwój podopiecznych poprzez diagnozę dziecka i rodziny, koncepcję pracy zarówno z podopiecznym, jak i grupą. W przypadku podopiecznych ze szczególnymi potrzebami, bądź w sytuacjach kryzysowych, placówka realizuje działania z obszaru interwencji kryzysowej, resocjalizacji i psychoterapii. W razie potrzeby współpracuje z odpowiednimi służbami i placówkami, tworząc sieć pomocową dla dziecka i jego rodziny (m.in. pracownicy socjalni, podmioty lecznicze, policja). Każda z placówek opracowuje autorski program pracy z podopiecznymi, uwzględniający określone w ustawie o wspieraniu rodziny i systemie pieczy zastępczej wymogi, który jest dostosowany do formy w jakiej placówka funkcjonuje oraz do bieżących potrzeb dzieci, które są jej podopiecznymi.

Działania realizowane w poszczególnych placówkach

Katolicka Fundacja Dzieciom w Parafii Piotra i Pawła

Dwie placówki wsparcia dziennego prowadzone przez Fundację korzystają z usług dwóch psychologów zatrudnionych przez Centrum Rehabilis w Katowicach. Opieką psychologów objęte są wszystkie dzieci i młodzież uczęszczające do placówek, których rodzice wyrazili chęć i zgodę na uczestnictwo w zajęciach:

- w świetlicy (grupa młodsza, 2,5 lat - 6 lat) objęte pomocą w roku 2024 było do tej pory 25 osób, przeprowadzono zajęcia indywidualne w wymiarze 10 godzin tygodniowo i grupowe w wymiarze 2 godziny tygodniowo;
- w świetlicy (grupa średnia i starsza, 7 lat - 14 lat) objęte pomocą w roku 2024 było do tej pory 55 osób, przeprowadzono zajęcia indywidualne i grupowe w wymiarze 13 godzin tygodniowo;
- w klubie młodzieżowym (13 lat - 19 lat) objęte pomocą w roku 2024 były do tej pory 22 osoby, przeprowadzono zajęcia indywidualne i grupowe w wymiarze 7 godzin tygodniowo.

Praca w placówkach obejmowała następujące obszary pracy pomocy psychologicznej:

- promocja zdrowia: zajęcia indywidualne i grupowe dotyczące promocji zdrowego trybu życia, higieny snu, związane ze zdrowiem psychicznym,
- prewencja: psychoedukacja rodziców dotycząca najczęstszych trudności występujących u dzieci i młodzieży, omawianie możliwych zagrożeń dla zdrowia psychicznego wynikających z różnych sytuacji społecznych, rodzinnych, zdrowotnych itp.,
- poradnictwo psychologiczne i interwencja kryzysowa: zajęcia indywidualne z dziećmi i młodzieżą oraz psychoedukacja rodziców dotycząca występujących trudności,
- resocjalizacja - kontakt z innymi specjalistami zatrudnionymi w placówce w celu opracowania planu pomocy i resocjalizacji dla dzieci, u których stwierdzono zaburzenia.

W celu osiągnięcia optymalnych efektów zastosowano następujący zakres, formy i metody pracy:

- praca indywidualna i grupowa z dziećmi,
- rozmowy indywidualne z rodzicami (na prośbę psychologa lub wychowawcy, na prośbę rodzica),
- godziny pracy dostosowane są do potrzeb dzieci oraz rodziców (możliwość umówienia się z psychologiem we wczesnych godzinach porannych lub późnym popołudniem, aby osoby pracujące miały możliwość skorzystania z pomocy),
- praca dodatkowa - promocja zdrowia psychicznego oraz udzielanie porad, kierowanie do odpowiednich instytucji pomocowych podczas Festynów czy Pikników organizowanych w ramach pracy Fundacji,
- psychologowie uczestniczą w zebraniach z wychowawcami, pomagają w opracowywaniu indywidualnych planów pracy z dzieckiem, opinii do sądów lub pisanych na prośbę pracownika socjalnego, biorą czynny, codzienny udział w procesie wychowania i edukacji.

Dodatkowo w placówkach prowadzonych przez Fundację świadczy usługi również zatrudniony przez Centrum Rehabilis w Katowicach terapeuta środowiskowy. Dotychczas w 2024 roku, z jego usług skorzystało 102 dzieci i młodzieży, w tym:

- w świetlicy - 80 osób, przeprowadzono zajęcia indywidualne i grupowe w wymiarze 14 godzin tygodniowo,
- w klubie młodzieżowym - 22 osoby, przeprowadzono zajęcia indywidualne i grupowe w wymiarze 4 godziny tygodniowo.

Praca w placówkach obejmowała następujące obszary pomocy terapeutycznej:

- prowadzenie działań profilaktycznych i mających na celu wspomaganie prawidłowego rozwoju dziecka,
- uczestniczenie we wczesnym rozpoznawaniu i rozwiązywaniu problemów zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży,
- wsparcie i współpraca z rodziną i środowiskiem wychowawczym we wspomaganiu rozwoju,
- współudział w procesie diagnostyczno-terapeutycznym zaburzeń psychicznych poprzez uczestnictwo w planowaniu i realizacji terapii w wymiarze indywidualnym i społecznym, prowadzenie stałej oceny jej postępów oraz wybór adekwatnych oddziaływań medycznych i psychospołecznych,
- prowadzenie edukacji rodziców i wychowawców rozwijającej ich umiejętności dobrego kontaktu z dzieckiem i mających, na celu umacnianie więzi emocjonalnej i wprowadzanie w normy społeczne,
- prowadzenie edukacji i socjoterapii adresowanej do dzieci i młodzieży rozwijającej kompetencje społeczne,
- prowadzenie interwencji środowiskowych dotyczących podopiecznego, jego rodziny oraz szerzej rozumianej społeczności lokalnej,
- przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu dzieci i młodzieży zagrożonych rozwojem zaburzeń psychicznych.

W celu osiągnięcia optymalnych efektów zastosowano następujący zakres, formy i metody pracy:

- praca indywidualna i grupowa z dziećmi,
- rozmowy indywidualne z rodzicami (na prośbę terapeuty lub wychowawcy, na prośbę rodzica),
- godziny pracy dostosowane są do potrzeb dzieci oraz rodziców (możliwość umówienia się z terapeutą w dogodnych godzinach dla rodziców i opiekunów),
- terapeuta uczestniczy w zebraniach z wychowawcami, bierze aktywny udział w procesie wychowania, wsparcia i edukacji.

Fundacja dla Ludzi Potrzebujących Pomocy „Gniazdo”

Fundacja prowadzi dwie placówki wsparcia dziennego: świetlicę specjalistyczną i specjalistyczny klub młodzieżowy. W ramach pomocy psychologicznej obie placówki realizują następujące działania:

- Warsztaty psychoedukacyjne, profilaktyczne, socjoterapeutyczne przygotowywane w oparciu o diagnozy grup, będące odpowiedzią na oczekiwania i potrzeby podopiecznych. Warsztaty dotyczą obszarów tematycznych i umiejętności wpływających pozytywnie na rozwój osobisty, m.in. samoświadomość i poczucie własnej wartości, rozpoznawanie i zarządzanie emocjami, radzenie sobie ze stresem, lękiem i sytuacjami trudnymi, rozpoznawanie kryzysów zdrowia psychicznego, podejmowanie decyzji i krytyczne myślenie, relacje interpersonalne, empatia i zaufanie, rozpoznawanie i reagowanie na przemoc, profilaktyka uzależnień, świadomość dotycząca funkcjonowania w cyberprzestrzeni. Metody wykorzystywane podczas warsztatów dostosowywane są do możliwości rozwojowych dzieci. Warsztaty odbywają się raz w tygodniu w każdej grupie wiekowej.
- Treningi umiejętności społecznych, podczas których dzieci rozwijają kompetencje niezbędne do prawidłowego funkcjonowania w grupach rówieśniczych oraz odnajdywania się w różnych sytuacjach społecznych. Treningi szczególnie kierowane są do podopiecznych, którzy doświadczają trudności w funkcjonowaniu w grupie, posiadają zaburzenia ze spektrum autyzmu,

charakteryzuje ich nadpobudliwość psychospołeczna, są zagrożone niedostosowaniem społecznym. Treningi odbywają się regularnie w każdej grupie wiekowej, w oparciu o zasady metody dr Bena Furmana Skilful Class. Metoda ta pozwala na budowanie sprawczości i przekonania w dzieciach, że są w stanie podjąć wysiłek zmiany prowadzącej do przezwyciężenia problemów emocjonalnych lub behawioralnych.

- Sesje indywidualne z psychologiem związane z trudnościami osobistymi, emocjonalnymi, rodzinnymi. Z sesji mogą korzystać dzieci mające problemy z dopasowaniem się do grupy rówieśniczej, doświadczające przemocy rówieśniczej zarówno fizycznej, jak i wirtualnej, odczuwające lęk przed kontaktami społecznymi, posiadające niską motywację do realizacji obowiązku szkolnego, samookalaczące się, wykazujące zachowania ryzykowne w tym spożywanie alkoholu, kradzieże, stosowanie przemocy wobec rówieśników.
- Rozmowy indywidualne z wychowawcą mające charakter pierwszej pomocy psychologicznej.
- Regularne spotkania z wychowawcą wspierające indywidualny plan psychokorekcyjny.
- Regularne spotkania z wychowawcą w oparciu o zasady metody dr Bena Furmana Kids' Skills, której celem jest pomaganie dziecku w uczeniu się umiejętności, dzięki którym przezwycięża ono swoje problemy.
- Konsultacje psychiatryczne - rodzice podopiecznych są świadomi, że mają możliwość skorzystania z bezpłatnej konsultacji z psychiatrą, w sytuacjach, gdy zachowanie dziecka nagle się zmienia, gdy podejrzewane są zaburzenia hiperkinetyczne, gdy przejawiają zaburzenia lękowe, gdy emocje dziecka zaczynają znacząco zakłócać jego codzienne funkcjonowanie.
- Psychoterapia indywidualna lub rodzinna - podopieczni mają możliwość uczestniczenia w sesjach psychoterapeutycznych, które są uzupełnieniem wymienionych wcześniej działań. Spotkania prowadzone są przez doświadczonego psychoterapeutę, w nurcie systemowym z wykorzystaniem elementów podejścia poznawczo-behawioralnego.
- Terapia indywidualna lub rodzinna, podopieczni mają możliwość uczestniczenia w sesjach terapeutycznych, które są uzupełnieniem wymienionych wcześniej działań. Spotkania prowadzone są przez terapeuta w procesie kształcenia w nurcie terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach (w świetlicy) lub w nurcie terapii Gestalt (w klubie).

Caritas Archidiecezji Katowickiej Ośrodek św. Jacka

Ośrodek prowadzi cztery świetlice specjalistyczne i jedną świetlicę opiekuńczą, łącznie dla 155 dzieci. W ramach wsparcia psychologicznego poszczególne placówki realizują działania w następujących obszarach:

- Indywidualne programy korekcyjne i terapeutyczne - placówki regularnie przeprowadzają dynamiczną diagnozę deficytów i zasobów dzieci. Na podstawie tej diagnozy opracowywane są indywidualne programy korekcyjne, które mogą obejmować elementy terapii psychologicznej i socjoterapii. Celem tych programów jest eliminowanie lub zmniejszanie zaburzeń zachowania, nadpobudliwości, zahamowania oraz zaburzeń emocjonalnych.
- Socjoterapia i trening umiejętności społecznych - (realizowane raz w tygodniu) mają na celu wspieranie dzieci w radzeniu sobie z problemami emocjonalnymi i społecznymi. Poprzez te zajęcia dzieci uczą się skutecznej komunikacji, rozwiązywania konfliktów oraz radzenia sobie ze stresem i trudnymi emocjami.
- Specjalistyczny program profilaktyczno-wychowawczy, którego głównym celem jest wzmocnienie prawidłowych postaw oraz eliminacja zachowań ryzykownych dzieci poprzez promowanie trybu

życia zgodnego z przyjętymi w społeczeństwie zasadami, normami, wartościami. Zajęcia odbywają się raz w tygodniu.

- Społeczność korekcyjna, podczas której podopieczni świetlicy zachęcani są do autorefleksji, samodzielnego rozwiązywania problemów, brania odpowiedzialności za swoje działania. Wspólnie uczą się zdrowych, społecznie akceptowanych wzorców życia. Zajęcia odbywają się raz w tygodniu.
- Praca w kręgu (tzw. rundki kończące dzień), podczas których podopieczni mają przestrzeń do swobodnego wyrażenia własnego zdania, uczą się nazywania i wyrażania przeżywanych emocji, dzielenia się swoimi doświadczeniami, czy przyjmowaniem informacji zwrotnej. Zajęcia odbywają się codziennie.
- Wsparcie psychologiczne przez wolontariusza - placówki współpracują z wolontariuszką będącą psychologiem, która udziela indywidualnego wsparcia dzieciom. Taka pomoc może obejmować rozmowy terapeutyczne, wsparcie emocjonalne oraz pomoc w rozwiązywaniu bieżących problemów.
- Specjalistyczne zajęcia terapeutyczne - w ramach programu placówka organizuje różnorodne specjalistyczne zajęcia, takie jak:
 - a) terapia psychomotoryczna, która wspiera rozwój motoryczny i psychiczny dzieci,
 - b) zajęcia z relaksacji i filmoterapii, które mają na celu redukcję stresu i rozwijanie umiejętności relaksacji oraz zdrowego przeżywania emocji.
- Społeczność korekcyjna i programy artterapeutyczne - zajęcia społeczności korekcyjnej oraz programy artterapeutyczne oferują dzieciom możliwość wyrażania swoich emocji i doświadczeń w sposób twórczy, co sprzyja ich zdrowiu psychicznemu i emocjonalnemu.
- Stały monitoring i współpraca z instytucjami lokalnymi - placówki wsparcia dziennego prowadzą systematyczny monitoring stanu psychicznego dzieci, konsultując się z instytucjami lokalnymi, takimi jak MOPS, szkoły, rodzice i kuratorzy, aby zapewnić spójne i skuteczne wsparcie psychologiczne.
- Interdyscyplinarna współpraca zespołu wychowawczego - zespół wychowawców w placówkach wsparcia dziennego współpracuje interdyscyplinarnie, co pozwala na całościowe i zintegrowane podejście do wsparcia psychologicznego dla dzieci i młodzieży.
- Promocja zdrowia - wpajanie dzieciom podstawowych nawyków higienicznych w kontroli codziennych czynności samoobsługowych, współpraca z jednostkami zdrowia (Akcja Pajacyk), podniesienie poziomu aktywności fizycznej, poprawa sposobu żywienia (Akcja Żółty Talerz), a także profilaktyka uzależnień – eliminowanie zachowań ryzykownych dla zdrowia, warsztaty z pierwszej pomocy.
- Edukacja w zakresie zdrowia psychicznego, która jest prowadzona przez cały rok szkolny zarówno w formie zorganizowanych zajęć grupowych (obejmująca tematy takie jak: „Jak dbać o swoje samopoczucie?”, „Jak rozpoznawać własne emocje?”, „Jak skutecznie szukać pomocy?”), jak i indywidualnych spotkań, konsultacji, rozmów zarówno z dziećmi jak i ich rodzicami i opiekunami.
- Spotkania integracyjne organizowane systematycznie dla podopiecznych placówki i ich rodzin mające na celu ukazanie całym rodzinom jak cenny i wartościowy może być czas spędzony razem (cel: budowanie więzi, nawiązanie relacji). Ponadto wychowawcy starają się pokazywać różne sposoby i formy aktywnego i ciekawego spędzania czasu wolnego z dzieckiem poprzez organizację warsztatów (np. wspólne tworzenie ozdób świątecznych, wspólne kolędowanie, zabawy integracyjne, szycie breloczków z filcu).

- Poradnictwo psychologiczne dla rodziców – udzielanie rodzicom wskazówek dotyczących postępowania z dzieckiem, wspierania ich rozwoju psychicznego, wskazywanie placówek lub osób, do których mogliby się zgłosić z dziećmi, by uzyskać dodatkową pomoc psychologiczną.
- Interwencja kryzysowa – w razie potrzeby wsparcie w organizowaniu pomocy medycznej, prawnej i socjalnej we współpracy z instytucjami społecznymi.

Stowarzyszenie Pomocy Dzieciom i Młodzieży „Dom Aniołów Stróżów”

Stowarzyszenie prowadzi na terenie katowickiego Załęża trzy placówki wsparcia dziennego, które oferują wsparcie dzieciom i młodzieży w wieku od 3 do 18 lat.

W świetlicy specjalistycznej, w okresie od września 2023 roku do czerwca 2024 roku, w skład wsparcia psychologicznego wchodziły następujące działania:

- Przeprowadzono 556 zajęć specjalistycznych, w tym zajęcia profilaktyczne oraz socjoterapeutyczne. Zespół miał jasno sprecyzowane cele zajęć w odniesieniu do konkretnych grup podopiecznych. Były to przede wszystkim:
 - a) rozwój umiejętności społecznych – uczenie podopiecznych efektywnej komunikacji, współpracy, rozwiązywania konfliktów, empatii i asertywności,
 - b) wsparcie emocjonalne – pomoc w rozpoznawaniu, wyrażaniu i regulowaniu emocji, takich jak złość, smutek czy lęk, oraz w budowaniu zdrowego poczucia własnej wartości,
 - c) poprawa samooceny i pewności siebie – wzmacnianie pozytywnego obrazu siebie, budowanie poczucia sprawczości i wiary w swoje możliwości,
 - d) zmiana niepożądanych zachowań – praca nad modyfikacją zachowań agresywnych, impulsywnych czy wycofanych poprzez dostarczanie alternatywnych sposobów reagowania w trudnych sytuacjach,
 - e) budowanie relacji z rówieśnikami – uczenie nawiązywania i utrzymywania zdrowych relacji interpersonalnych, rozwijanie umiejętności bycia częścią grupy oraz radzenia sobie z presją rówieśniczą,
 - f) praca nad rozwiązywaniem problemów – uczenie dzieci i młodzieży, jak rozwiązywać problemy, podejmować decyzje oraz radzić sobie z trudnościami dnia codziennego,
 - g) wzmacnianie pozytywnych wzorców zachowań – promowanie konstruktywnych form spędzania czasu wolnego, nauka zasad współżycia społecznego i odpowiedzialności za swoje działania,
 - h) redukcja stresu i napięcia – wprowadzenie technik relaksacyjnych, uważności i innych metod radzenia sobie ze stresem, co pomaga w lepszym funkcjonowaniu w szkole i w życiu codziennym,
 - i) budowanie poczucia przynależności – tworzenie bezpiecznej przestrzeni, w której uczestnicy mogą czuć się akceptowani i zrozumiani, co pomaga w budowaniu pozytywnego klimatu grupowego,
 - j) wspieranie w procesie zmiany – towarzyszenie uczestnikom w procesie zmiany, wspieranie ich w wyznaczaniu realistycznych celów i ścieżek ich realizacji.
- 958 spotkań konsultacyjno – wychowawczych z rodzicami/opiekunami podopiecznych m. in. o charakterze informacyjnym, wymiany informacji o sytuacji rodziny i dziecka, konsultacje wychowawcze, interwencje.
- 11 warsztatów, spotkań edukacyjnych dla rodziców podopiecznych placówek.
- 39 godzin wsparcia psychologicznego, w tym również w języku ukraińskim w ramach projektu finansowanego przez UNICEF.

W specjalistycznym klubie młodzieżowym, w okresie od września 2023 roku do czerwca 2024 roku, w skład wsparcia młodzieży, w tym psychologicznego, wchodziły m.in. następujące działania:

- 102,5 godziny wsparcia indywidualnego, które skoncentrowane były na dostosowanym do potrzeb każdej osoby, wsparciu psychologicznym i emocjonalnym,
- 44 godziny wsparcia psychologa,
- 170 zajęć w ramach programu poszerzającego kompetencje społeczne z elementami socjoterapii „PORADZĘ SOBIE!”,
- 16 zajęć profilaktycznych w ramach programu „Mam świadomość”, które miały na celu zwiększenie świadomości podopiecznych w zakresie zapobiegania ryzykownym zachowaniom oraz promowania zdrowego i bezpiecznego stylu życia,
- 76 zajęć w ramach programu socjoterapeutycznego z elementami Treningu Umiejętności Społecznych (TUS), który miał na celu rozwijanie umiejętności interpersonalnych i społecznych młodzieży,
- treningi umiejętności społecznych, które pozwalały na praktyczne doskonalenie komunikacji oraz współpracy w grupie,
- zajęcia socjoterapeutyczne, takie jak spotkania w ramach społeczności korekcyjnej, które miały na celu wzmacnianie więzi w grupie oraz naukę radzenia sobie w sytuacjach konfliktowych, jak również pracę nad problemami emocjonalnymi młodych ludzi,
- 21 wizyt lekarskich, w tym: psychiatra – 4 wizyty, ginekolog – 1, laryngolog – 2, okulista – 1, dermatolog – 7, dentysta – 6. Dzięki tym wizytom sytuacja zdrowotna podopiecznych uległa znaczącej poprawie,
- inne, tj. edukacja, treningi zadaniowe itd. różnorodne działania były kluczowe dla zapewnienia kompleksowego wsparcia podopiecznym, wspierania ich rozwoju oraz poprawy jakości ich życia.

W placówce w formie pracy podwórkowej realizowanej przez wychowawcę w okresie od września 2023 roku do czerwca 2024 roku wsparcie dzieci i młodzieży, w tym psychologiczne, odbywało się poprzez realizację Środowiskowego Programu Specjalistycznego zawierającego m. in.:

- zajęcia socjoterapeutyczne, których celem było: uspołecznianie, uwrażliwianie, wzmacnianie poczucia własnej wartości, integracja, wspieranie rozwoju emocjonalnego, rozwijanie umiejętności komunikacyjnych, budowanie relacji społecznych, zapobieganie agresji i konfliktom, promowanie poczucia bezpieczeństwa i akceptacji (69 zajęć),
- zajęcia z psychoedukacji, rozmowy i warsztaty na temat emocji i uczuć,
- poznawanie świata, zwyczajów - wyjścia do ciekawych i ubogacających miejsc,
- wspólne działania - spacer w naturze, arteterapia, ćwiczenia relaksacyjne,
- zajęcia profilaktyczne mające za zadanie zapobieganie ryzykownym zachowaniom, przeciwdziałanie uzależnieniom, budowanie poczucia własnej wartości, promowanie odpowiedzialności i samodyscypliny, rozwijanie umiejętności radzenia sobie ze stresem (60 zajęć),
- socjoterapeutyczny obóz letni.

Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej

Ośrodek prowadzi 5 świetlic specjalistycznych i 4 specjalistyczne kluby młodzieżowe, zapewniając 184 miejsca pobytu dziennego dla dzieci i młodzieży. W ramach wsparcia psychologicznego poszczególne placówki realizują działania poprzez:

- Realizację programów profilaktycznych, realizowanych przez wychowawców, w postaci grupowych zajęć o charakterze socjoterapeutycznym, dostarczające wychowankom:
 - a) wiedzę dotyczącą bezpieczeństwa fizycznego, społecznego, emocjonalnego, uzależnień, skutków picia alkoholu, palenia tytoniu, używania narkotyków, dopalaczy, kształtujące umiejętności dokonywania konstruktywnych wyborów, nie ulegania presji towarzystwa, grupy rówieśniczej itp.,
 - b) wiedzę na temat źródeł emocji, nazywania i rozpoznawania ich, konstruktywnych sposobów okazywania emocji, radzenia sobie z napięciem emocjonalnym, mechanizmów zachowań agresywnych, radzenia sobie z agresją własną i innych, sposobów zastępowania agresji,
 - c) wiedzę i umiejętności z zakresu rozwiązywania konfliktów, rozróżnienie konfliktu i przemocy, radzenia sobie z zachowaniami agresywnymi.

Programy te są realizowane przez pracowników merytorycznych placówek, wychowawców posiadających kwalifikacje przewidziane ustawą o wspieraniu rodziny i pieczy zastępczej i spełniający pozostałe wymagania przewidziane ustawą. Praca merytoryczna na bieżąco poddawana jest regularnej superwizji, wychowawcy zaczynający pracę w placówkach objęci są cyklem podstawowych szkoleń o tematyce bezpośrednio związanej z pracą merytoryczną w placówkach.
- Pracę wychowawczą z dzieckiem w kontakcie indywidualnym – działania mające na celu podnoszenie samooceny wychowanków, wyposażanie ich w umiejętności związane z asertywnością, stawiania granic, mówienia „nie”, odmawiania, szacunku do własnej osoby. W ramach pracy w kontakcie indywidualnym wychowankom udzielane jest wsparcie emocjonalne, pomoc w radzeniu sobie z kryzysami rówieśniczymi, rodzinnymi, szkolnymi. Celem oddziaływań wychowawczych jest kształtowanie u wychowanków umiejętności społecznych, prawidłowych relacji z innymi w oparciu o jasno określone normy i zasady, społeczność korekcyjną, treningi umiejętności społecznych, treningi zadaniowe.
- Stałą współpracę z rodzicami/opiekunami wychowanków - realizowane jest poradnictwo w kwestiach opiekuńczo-wychowawczych, podejmowane są interwencje w sytuacjach kryzysów rodzinnych, w sytuacjach tego wymagających członkowie rodziny kierowani są do specjalistów, motywowani do skorzystania z ich pomocy, monitorowane są działania rodziców/opiekunów w tym zakresie.
- Usługi świadczone przez psychologa w postaci terapii indywidualnej i rodzinnej dla wychowanków oraz rodzin wychowanków potrzebujących tego rodzaju wsparcia z uwagi na występujące problemy i kryzysy, tj. zaburzenia zachowania w tym zachowania opozycyjno-buntownicze, samookaleczanie się, zaburzenia identyfikacji płciowej, odrzucenie przez grupę rówieśniczą, agresja dziecka wobec rodziców, doświadczenie przemocy w mediach społecznościowych, zaburzenia więzi, relacji, struktury rodziny, zaniżona samoocena, obniżenie nastroju, myśli rezygnacyjne, trauma związana ze stratą, wsparcie dziecka i rodzica w procesie żałoby, radzenie sobie z trudnymi emocjami (złość, agresja), praca nad umiejętnością stawiania granic dziecku przez rodzica, podnoszenie kompetencji wychowawczych rodzica, kryzysy związane z okresem dorastania, zaburzenia odżywiania, doświadczenie przemocy, ucieczki z domu. W 2023 roku zrealizowano łącznie 163 godziny terapii indywidualnej oraz rodzinnej. Do końca czerwca 2024 r. zrealizowano 95 godzin terapii indywidualnej oraz rodzinnej. Na 2024 rok zakontraktowano 195 godzin takiego wsparcia.

- Realizację standardów ochrony małoletnich - w ramach działań związanych z rozpoznawaniem i przeciwdziałaniem przemocy oraz ograniczeniem patologii i niedostosowania społecznego nieletnich, wychowawcy na bieżąco monitorują sytuację dzieci i młodzieży pod kątem ewentualnego bycia ofiarami przemocy zarówno domowej, jak i rówieśniczej, podejmując interwencje w sytuacjach podejrzenia lub stwierdzenia faktu stosowania wobec wychowanków przemocy (interwencje domowe, przekazywanie zgłoszeń do zespołu interdyscyplinarnego w ramach procedury „Niebieskie karty”, interwencje w szkole, zgłoszenia na policji mające na celu ustanie przemocy i zapewnienie dziecku bezpieczeństwa).
- Zapewnienie wychowankom możliwości spędzenia wolnego czasu w miejscu bezpiecznym, często alternatywnym dla niekonstruktywnego środowiska lokalnego, z możliwością uzyskania wsparcia zarówno ze strony osoby dorosłej – wychowawcy, jak i konstruktywnej grupy rówieśniczej działającej w oparciu o ustalone normy bezpieczeństwa.
- Bieżące wsparcie w prawidłowej realizacji obowiązków szkolnych, nadrobieniu zaległości, udzielane są korepetycje, podejmowane są interwencje w sytuacjach absencji szkolnej wychowanków. Działania te znacząco przyczyniają się do stabilizowania funkcjonowania emocjonalnego wychowanków, radzenie sobie z trudnościami szkolnymi stabilizuje ich sytuację psychiczną, pozytywnie wpływa na ich samoocenę, nastrój, motywację do podejmowania konstruktywnych aktywności.
- Stałą współpracę z m.in. nauczycielami i pedagogami szkolnymi, pracownikami socjalnymi, asystentami rodziny, koordynatorami rodzinnej pieczy zastępczej, ośrodkiem interwencji kryzysowej, specjalistycznymi poradniami, placówkami służby zdrowia, sądem rodzinnym i kuratorami, policją – inspektorami ds. nieletnich i dzielnicowymi.

Polskie Towarzystwo Kulturalne

Towarzystwo prowadzi świetlicę opiekuńczą przy Szkole Podstawowej nr 56 w katowickim Nikiszowcu dla 30 dzieci. Placówka zapewnia podopiecznym wsparcie psychologiczne poprzez działania w następujących obszarach:

- Pracę na tak zwanej poprzeczce tj. poprzez szczeblowe wsparcie rozwoju dziecka, dostosowane do bieżących możliwości każdego z nich z osobna - oddziaływania behawioralne są dobierane tak, by poziom trudności nowych zadań był stopniowany w zależności od indywidualnego potencjału dziecka, w ten sposób, by tak każde z nich było w stanie odnieść sukces i mieć poczucie sprawczości.
- Budowanie tzw. wysp kompetencji, czyli wzmacnianie tego, co dziecku wychodzi najlepiej np. „dobrze rysujesz”, „świetnie grasz w piłkę”, „jesteś najlepszy w klasie z matmy”, „wspaniale gotujesz/pieczesz”. W tym przypadku ważne jest budowanie sprawczości u dziecka oraz zdolności do kierowania własnym zachowaniem, tak by dziecko miało świadomość swoich mocnych stron i zalet.
- Stosowanie metody „dialogu ukierunkowanego”, zwanego również sokratejskim. Taki dialog ma na celu pokazanie dziecku potrzebującego pomocy różnych rozwiązań, lub też wskazanie pewnych błędów poznawczych (nielogiczności) w myśleniu o sobie, ludziach i świecie, ale w taki sposób, aby dziecko do tych wniosków doszło samo. Nie ma tutaj miejsca na pouczenie, sugestie, podsuwanie rad czy interpretowanie słów. Takie działania mogłyby tylko zdenerwować nastolatka i spowodować rezygnację z dalszej pomocy lub wycofanie się z dalszego kontaktu.

- Stosowanie metody „dialogu motywującego”, który jest bardzo cennym narzędziem pomocy psychologicznej w pracy z nastolatkiem. To oparty na współpracy, zorientowany na cel sposób komunikowania się, zwracający szczególną uwagę na język zmiany (często używane są sformułowania typu „Dasz radę”, „Masz super moce!”, „Jesteś świetną koleżanką”). Ma on w zamierzeniu umocnić osobistą motywację i zobowiązanie do osiągnięcia konkretnego celu przez wydobycie oraz zbadanie u dziecka jego własnych powodów do zmiany w atmosferze akceptacji, empatii i wsparcia.
- Prowadzenie psychoedukacji, obejmującej takie tematy jak: czym jest adolescencja, z jakimi problemami może się wiązać i dlaczego ten okres rozwojowy jest tak trudny. Dobrze prowadzona psychoedukacja pozwala prawidłowo rozpoznawać emocje u siebie i u innych ludzi. Psychoedukacja obejmuje również m.in. czytanie bajek terapeutycznych, oglądanie dostosowanych do wieku i zweryfikowanych materiałów psychoedukacyjnych.
- Stałą pomoc wychowawców w rozwiązywaniu kryzysów rozwojowych dzieci.
- Pracę z lękiem, w przypadku kiedy przyjmuje formę zaburzeń, metodą ekspozycji na lęk. Jest to działanie, które ma na celu symulację sytuacji, w której nastolatek odczuwa lub mógłby odczuwać lęk np. przy wypowiedzi ustnej na forum klasy, przy egzaminie ósmoklasisty. Ekspozycje, dzięki mechanizmowi habituacji, pozwalają na oswojenie się z obiektem lęku. Na terenie placówki, raz w tygodniu jest organizowane zebranie społeczności świetlicy, na którym podopieczni zabierają głos na forum, dzielą się spostrzeżeniami, są pomysłodawcami konkursów i innowacji w placówce, dzięki czemu oswiają się z wystąpieniami publicznymi. Placówka organizuje wycieczki, wyjścia do instytucji kultury, miejsc wypoczynku i rekreacji. Sytuacje te, stwarzają warunki do nauki zasad zachowania się w miejscach publicznych, jak również teoretycznego omówienia zachowań na okoliczność: zgubienia się dziecka w tłumie, reagowania na zaczepki nieznałomej osoby itp. Dzieci uczą się poruszania po dużym mieście, zwracania uwagi na bezpieczeństwo: tramwaje, autobusy, przejścia podziemne. Oswajanie dziecka z takimi sytuacjami, może umożliwić w przyszłości, w razie wystąpienia podobnego problemu, znaczne obniżenie poziomu lęku u dziecka i znalezienie właściwego rozwiązania.
- Promowanie zdrowego trybu życia (zdrowe posiłki, kształtowanie racjonalnych wyborów konsumenckich, pogadanki na temat higieny osobistej, zajęcia rekreacyjno-sportowe na świeżym powietrzu).
- Prowadzenie (w razie potrzeby) interwencji kryzysowej.
- Stałe współdziałanie z rodzicami/opiekunami dzieci.
- Stałe poszerzanie wiedzy i umiejętności przez wychowawców (udział w szkoleniach, kursach, konferencjach, czytanie literatury fachowej).

Rzymsko-Katolicka Parafia św. Józefa Robotnika

Parafia w katowickim Józefowcu prowadzi świetlicę opiekuńczą dla 15 dzieci w wieku przedszkolnym. W ramach wsparcia psychologicznego, w placówce realizowany jest m.in. trening umiejętności społecznych i poznawania własnych emocji. Działania te mają za zadanie stymulowanie rozwoju dzieci w zakresie umiejętności radzenia sobie z własnymi emocjami i radzenia sobie w codziennych sytuacjach społecznych. Praca z podopiecznymi polega na wglądzie w cztery sfery życia dziecka:

- Relacja dziecko – dorośli - istotne są tutaj informacje o sytuacji rodzinnej dziecka, charakterystyka jego kontaktów z rodzicami lub opiekunami. Istotne znaczenie ma określenie stopnia i zakresu deprawacji potrzeb psychologicznych dziecka w środowisku rodzinnym oraz identyfikacja urazów psychicznych związanych z doświadczeniami życia rodzinnego. W relacji z dorosłymi odgrywają też rolę doświadczenia w kontaktach z nauczycielami lub innymi osobami dorosłymi z otoczenia dziecka (krewni, sąsiedzi, znajomi).
- Relacja dziecko – rówieśnicy - dzieci odrzucane uczuciowo, zaniedbywane, źle traktowane przez dorosłych uczą się agresywnych zachowań. Swojej złości często nie mogą objawiać otwarcie, ponieważ dorośli zawsze mają przewagę. Stąd też agresywne napięcie wyładowują w kontaktach z rówieśnikami poprzez bójki, kłótnie, częste konflikty, które próbują najczęściej „załatwiać” na siłę.
- Relacja dziecko – zadanie - jednym z zadań prowadzonych przez świetlicę jest przygotowanie dzieci do podjęcia nauki w szkole. Aby radzić sobie z wymaganiami dziecko musi opanować wiele niezbędnych umiejętności: nauczyć się słuchać i rozumieć polecenia nauczyciela, koncentrować uwagę na wykonywanym zadaniu. Ważnym przeżyciem dla dziecka są oceny jego postępów wyrażone przez nauczyciela.
- Relacja dziecko – „ja” - relacja ta opisuje stosunek dziecka do własnej osoby. Obraz własnej osoby tworzy się w wyniku informacji jakie dziecko otrzymuje w swoim życiu od ważnych dla siebie osób, najpierw od rodziców, opiekunów, potem wychowawców i nauczycieli, a także innych dzieci. Ich opinie są szczególnie ważne w okresie dorastania. Budowanie obrazu własnej osoby zależy też od oceny własnego działania i jego efektów.

Zebrane informacje zapisywane są na bieżąco w kartach poszczególnych dzieci. Wychowawcy również ustalają plan pracy miesięcznej i tygodniowej z podziałem na treści tematyczne z zgodnie z potrzebami grupy i indywidualnymi każdego dziecka.

Ponadto, w świetlicy prowadzony jest trening emocji, który obejmuje organizowanie zabaw integracyjnych, relaksacyjnych, parateatralnych, zabaw z wykorzystaniem pedagogiki zabawy Klanzy, zabaw paluszkowych, metody ruchu rozwijającego Weroniki Sherborne oraz edukacji plastycznej Doroty Dziamskiej. Głównym celem jest wspomaganie i ukierunkowanie rozwoju dziecka zgodnie z jego wrodzonym potencjałem poprzez:

- kształtowanie właściwych postaw wobec poznawanej rzeczywistości społeczno – kulturowej,
- akceptacja samego siebie i innych,
- rozwijanie samodzielności dziecka,
- uczenie się radzenia sobie z własnymi emocjami i właściwego reagowania na przejawy emocji innych,
- wdrażanie do zachowań akceptowanych społecznie,
- przestrzeganie zasad pożycia w grupie,
- rozwijanie poczucia szacunku i odpowiedzialności do pracy swojej i innych,
- promocja zdrowia (kształtowanie nawyków higienicznych i prozdrowotnych u dzieci),
- włączanie rodziców do procesu wychowania – konsultacje, poradnictwo, organizowanie dni otwartych, imprez okolicznościowych, wspólnych wycieczek.

Pracownicy świetlicy współpracują z pracownikami socjalnymi rodzin, spotykają się w celu omówienia zaistniałych problemów lub ważnych, znaczących zmian w życiu dzieci. W sytuacjach trudnych wymagających interwencji kierują rodziców do placówek pomocowych takich jak np. poradnia psychologiczno - pedagogiczna.

Stowarzyszenie „Szansa dla Każdego”

Pomoc psychologiczna odgrywa kluczową rolę w działalności świetlicy opiekuńczej „Szansa dla Każdego”, której głównym celem jest wspieranie dzieci i młodzieży w ich rozwoju psychicznym, emocjonalnym i społecznym. Program wsparcia psychologiczno-pedagogicznego obejmuje kilka kluczowych obszarów:

- Promocja zdrowia - obejmuje działania mające na celu edukację dzieci i ich rodzin w zakresie zdrowego stylu życia, w tym m.in. zdrowe żywienie, higienę ciała i jamy ustnej, higienę psychiczną („higiena duszy”), zajęcia indywidualne i grupowe z psychologiem (obecnie wolontariuszami - studentami psychologii), co pozwala im rozwijać umiejętności społeczne oraz radzić sobie z trudnościami emocjonalnymi.
- Prewencja - realizacja programów, które mają na celu zapobieganie problemom społecznym i psychologicznym, w tym m.in.:
 - a) trening umiejętności społecznych (TUS) - dzieci uczą się, jak budować pozytywne relacje z rówieśnikami, rozwiązywać konflikty oraz komunikować się w sposób asertywny,
 - b) trening zastępowania agresji - celem treningu jest nauka kontroli nad emocjami, zwłaszcza agresją, dzieci poznają techniki radzenia sobie z gniewem i stresującymi sytuacjami, co pomaga zapobiegać wzmaganiu się problemów emocjonalnych i zachowań destrukcyjnych,
 - c) profilaktyka uzależnień - prowadzone są programy edukacyjne, mające na celu zapobieganie uzależnieniom od substancji psychoaktywnych, takich jak alkohol czy narkotyki, placówka współpracuje się z różnymi instytucjami w zakresie wsparcia w walce z uzależnieniami,
 - d) streetworking - placówka w przeszłości współpracowała i planuje współpracować ze streetworkerami, którzy nawiązują bezpośredni kontakt z dziećmi i młodzieżą w ich naturalnym środowisku, oferując im pomoc i wsparcie w codziennych problemach, a także przeciwdziałając negatywnym wpływom otoczenia,
- Poradnictwo psychologiczne - skierowane jest zarówno do dzieci, jak i rodziców:
 - a) dzieci mogą korzystać z indywidualnych sesji wsparcia psychologicznego, które pomagają im radzić sobie z problemami emocjonalnymi i trudnościami w relacjach rówieśniczych, organizowane są również zajęcia grupowe, które wspierają budowanie pozytywnych relacji w grupie oraz rozwijają umiejętności interpersonalne.
 - b) rodzicom oferowane jest wsparcie pedagogiczne w sytuacjach kryzysowych, a także porady dotyczące tego, gdzie mogą zwrócić się o pomoc, świetlica współpracuje się z takimi instytucjami jak: Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej (MOPS), w tym Terenowe Punkty Pomocy Społecznej (TPPS), Ośrodek Interwencji Kryzysowej (OIK), poradnie psychologiczne oraz pedagogy szkolni, rodzice mogą także uzyskać pomoc prawną.
- Interwencja kryzysowa - placówka oferuje profesjonalne wsparcie w sytuacjach kryzysowych, dbając o dobro dzieci oraz współpracując z odpowiednimi instytucjami, co obejmuje m.in.:
 - a) Standardy Ochrony Małoletnich - placówka przestrzega Standardów Ochrony Małoletnich, co ma zagwarantować bezpieczeństwo dzieci oraz szybkie i odpowiednie reagowanie na sytuacje kryzysowe,
 - b) rozwiązywanie konfliktów – w sytuacji, kiedy pojawiają się konflikty między dziećmi lub w relacjach między dziećmi a opiekunami, organizowane są rozmowy medacyjne

- z udziałem wychowawców, kierownika, psychologa i rodziców, w razie potrzeby do pomocy włączane są także zewnętrzne instytucje,
- c) miejsce przyjazne dzieciom - placówka dysponuje specjalnym, przyjaznym dzieciom pokojem, w którym panuje cisza i spokój, co pozwala na stworzenie warunków sprzyjających rozmowie i udzielaniu wsparcia w sytuacjach kryzysowych, to miejsce zapewnia dzieciom komfort emocjonalny w trudnych chwilach,
 - d) spotkania z psychologiem dla rodziców - rodzice, którzy doświadczają trudności wychowawczych lub rodzinnych, mogą korzystać z indywidualnych spotkań z psychologiem, gdzie omawiane są strategie radzenia sobie z problemami oraz możliwości wsparcia.
- Psychoterapia i resocjalizacja obejmuje:
- a) psychoterapię poprzez zajęcia informatyczne – w trakcie zajęć informatycznych dzieci korzystają z programów i gier edukacyjnych, które mają charakter terapeutyczny, gry te są tak zaprojektowane, aby wspierać rozwój emocjonalny i poznawczy dzieci oraz wzmacniać ich umiejętności społeczne.
 - b) arteterapię, która jest szeroko stosowaną metodą pracy w placówce, i obejmuje różne formy wyrazu artystycznego:
 - choreoterapię (zajęcia taneczne i ruchowe) rozwija umiejętność wyrażania emocji poprzez ruch,
 - muzykoterapię (czynną i bierną) – uczestnicy mają możliwość tworzenia muzyki, śpiewania, a także biernego słuchania utworów, co pomaga w regulacji emocji,
 - bajkoterapię – poprzez czytanie i tworzenie bajek dzieci rozwijają wyobraźnię, a także uczą się radzenia sobie z trudnymi emocjami,
 - filmoterapię – oglądanie i omawianie filmów pozwala dzieciom lepiej zrozumieć swoje emocje i relacje międzyludzkie,
 - zajęcia teatralne – uczestnicy mają okazję brać udział w przedstawieniach teatralnych, które rozwijają zdolności komunikacyjne i wyrażanie emocji,
 - terapia ręki – zajęcia usprawniające motorykę małą, które mają na celu rozwój zdolności manualnych dzieci,
 - relaksacja – ćwiczenia relaksacyjne pomagają dzieciom radzić sobie z napięciem i stresem, wprowadzając elementy wyciszenia,

Parafia Ewangelicko-Augsburska w Szopienicach

Parafia prowadzi na zlecenie miasta Katowice placówkę wsparcia dziennego w formie koła zainteresowań pod nazwą Klub Profilaktyczny „Ekipa”. Placówka zapewnia dzieciom i młodzieży wsparcie poprzez organizację czasu wolnego, szereg kółek zainteresowań m.in.: sportowego, kulinarnego, filmowego, artystycznego, zajęć w plenerze, wycieczek oraz innych – wynikających z potrzeb i zainteresowań uczestników Klubu. Wykwalifikowana kadra sprawia, że dzięki powyższym działaniom zapewnione jest wsparcie psychologiczne w różnych formach:

- Plan pracy z dziećmi i młodzieżą oparty jest o diagnozę ich potrzeb i deficytów. Sposób prowadzenia zajęć przez wychowawców uwzględnia trudności wychowanków, planowane są działania ukierunkowane na poszukiwanie sposobów rozwiązywania wykazanych trudności.
- W ramach działań psychokorekcyjnych odbywa się praca z wychowankami nad ich deficytami w obszarach funkcjonowania interpersonalnego oraz w sferze ich stosunku do samych siebie.

- W razie potrzeby udzielane jest dziecku wsparcie w sytuacjach kryzysowych, rodzinnych, rówieśniczych i osobistych, poprzez adekwatne interwencje doświadczonych pracowników oraz współpracę z innymi placówkami pomocy rodzinie.
- Regularnie prowadzone są zajęcia profilaktyczne „Co mi daje skrzydła”, które obejmują m.in. działania edukacyjne dotyczące przeciwdziałania uzależnieniom, promocji zdrowia, inteligencji emocjonalnej, asertywności, wyrażania własnej opinii, radzenia sobie z krytyką, otwartości na odmienne opinie itp. Zajęcia prowadzone są w grupach 15-osobowych, przez dwóch wychowawców, przez 2 godziny tygodniowo. W 2024 roku przeprowadzono zajęcia na przykładowe tematy: „Moc emocji”, „Mapa pomocy w sytuacji przemocy rówieśniczej. Kodeks postępowania grupowego”, „Zrozumienie siebie i swoich emocji mają tarczą przed eksperymentowaniem z używkami”, „Nie tylko dla nieśmiałych – rozwój kompetencji społecznych i samooceny”, „Pozytywna informacja zwrotna”, „Narkodrom czyli o szkodliwości lekceważenia siły używek”, „ARS czyli jak dbać o miłość”, „Będę frajerką/ frajerem jeśli tego nie zrobię”, „UNPLUGGED – asertywność i samodzielne myślenie”.

Fundacja „Indeks do Przyszłości”

Od 2017 roku Fundacja prowadzi placówkę wsparcia dziennego o charakterze opiekuńczym - Koło Zainteresowań „Bezpieczna Twierdza”. Praca z wychowankiem w placówce to proces, którego kluczowym elementem jest wzmacnianie dzieci, uświadamianie im ich mocnych stron, zalet, talentów i umiejętności zarówno poprzez udzielanie pochwał, poświęcanie im uwagi, słuchanie, okazywanie akceptacji, jak i edukowanie o ich prawach, pokazywanie, że miejsca i relacje mogą być bezpieczne, a dorosły może stanowić uczciwy i pozytywny wzorzec. Wsparcie psychologiczne w „Bezpiecznej Twierdzy” obejmuje m.in.:

- Wsparcie psychologa - podopieczni raz w tygodniu uczestniczą w zajęciach grupowych z psychologiem, zajęciach socjoterapeutycznych oraz korzystają z konsultacji indywidualnych. Ważnym elementem opieki psychologicznej w placówce jest także współpraca rodzica/opiekuna prawnego z psychologiem, ponieważ trudności dziecka są ściśle związane z jego najbliższym otoczeniem, a także współpraca psychologa z wychowawcami i kierownikiem placówki.
- Integrację międzypokoleniową – w tym samych pomieszczeniach, w których prowadzona jest placówka wsparcia dziennego, Fundacja prowadzi również klub seniora oraz Centrum Integracji Międzypokoleniowej „Bezpieczna Twierdza”. W ramach wspólnych działań prowadzona jest działalność integracyjna dzieci, młodzieży oraz seniorów – dwóch pokoleń często zależnych od drugiego człowieka. Samotni seniorzy dzielą się swoim czasem, uwagą, ciepłem z dziećmi, którym z kolei często brakuje tego w domu. Dzieci uczą seniorów cierpliwości, obsługi nowych technologii. Poznają siebie nawzajem i obalają mity oraz stereotypy nt. innego pokolenia.
- Zajęcia terapeutyczne: socjoterapia, arteterapia, dogoterapia - podopieczni regularnie uczestniczą w zajęciach terapeutycznych. Raz w tygodniu prowadzone są zajęcia socjoterapeutyczne, podczas których dzieci uczą się komunikować ze sobą, rozwiązywać konflikty, rozmawiać o emocjach i wyrażać je w bezpieczny dla siebie i innych sposób, pracując nad sobą wewnątrz, ale i na zewnątrz - w grupie. To pomaga im radzić sobie z emocjami swoimi i innych, ale i stresem wywołanym sytuacją w domu lub w szkole. Ponadto w ramach zajęć „Koło Około Kultury”, prowadzone są różne formy arteterapii. Raz na kwartał dzieci

biorą udział w dogoterapii, która wzmacnia ich zaufanie i usprawnia funkcje kognitywne, przez co świetnie sprawdza się w przypadku dzieci mających problemy z nauką czy nawiązywaniem kontaktów społecznych. To doskonałe narzędzie rozwojowe dla dzieci cierpiących z powodu autyzmu, nadpobudliwości psychoruchowej, nerwicy, stanów lękowych, zaburzeń mowy, widzenia i słyszenia.

- Skrzynka skarg i pomysłów – prowadzona w ramach Standardów Ochrony Małoletnich, dzięki której w anonimowy sposób dzieci mogą zgłosić wychowawcom i kierownikowi trudność z jaką się mierzą lub przemoc, jakiej doświadczają. Skrzynka prócz skarg mieści też pomysły – tak, by ośmielić dzieci do korzystania z tej formy wsparcia i ochronić je przed ewentualnym osądem ze strony reszty podopiecznych.

Fundacja „Jesteśmy dla Was”

Fundacja prowadzi placówki wsparcia dziennego w formie pracy podwórkowej w trzech dzielnicach Katowic: Śródmieściu, Bogucicach i Zawodziu. Zajęcia w tej formie placówek opierają się przede wszystkim na działaniach animacyjnych i socjoterapeutycznych. W ramach pomocy psychologicznej i terapeutycznej Fundacja zatrudnia psychologa, terapeutę TUS, arteterapeutę, interwenta kryzysowego i odbywają się m.in.:

- regularne warsztaty poświęcone: poznawaniu i oswajaniu emocji, umiejętności opowiadania, kształtowaniu kreatywności, wyobraźni, mówienia o emocjach, przyjmowania perspektywy drugiego człowieka (ćwiczenia empatii), słuchania innych,
- indywidualne spotkania dziecka z psychologiem i interwentem,
- indywidualne spotkania rodzica z psychologiem i interwentem, Fundacja wynajmuje lokal w innej części miasta przy ul. Strzeleckiej dla psychologa, aby stworzyć bezpieczną przestrzeń dla dziecka i rodzica,
- regularne spotkania wychowawców z superwizorem - omawianie problemów wychowawczych i bieżących pojawiających się w pracy z dzieckiem i rodziną,
- korzystanie z pomocy psychoedukacyjnych, z tzw. „kart mocy”, w których poruszana jest m.in. tematyka wzmacniania poczucia sprawczości, rozwijania inteligencji emocjonalnej, rozwijania umiejętności dokonywania autorefleksji, poznawania sposobów radzenia sobie z emocjami, integracji uczestników, rozwijania umiejętności budowania zdrowych relacji, rozwijania umiejętności mądrego pomagania i wiele innych,
- cykl warsztatów „Na Tropie Emocji” – zajęcia prowadzone w podziale na grupy wiekowe w 4 blokach tematycznych, każdy po ok. 4 godziny, na zakończenie odbywa się gra terenowa podsumowująca zdobytą wiedzę. Najczęściej omawiane problemy obejmują: „emocje i uczucia”, „cierpliwość i wytrwałość”, „złość, smutek, rozczarowanie”, „bezprzemocowe radzenie sobie z krytyką”.

Podsumowanie

Pomoc psychologiczna to bardzo szerokie pojęcie, obejmujące całość oddziaływań psychologiczno-pedagogicznych, nakierowanych na pomoc w utrzymaniu zdrowia psychicznego jednostki. Wbrew powszechnej opinii, pomoc psychologiczna nie obejmuje jedynie poradnictwa psychologicznego czy psychoterapii, ale również działania nastawione na prewencję czy promocję zachowań prozdrowotnych. W przypadku dzieci i młodzieży pomoc ta często koncentruje się na

wspieraniu rozwoju emocjonalnego, pomocy w radzeniu sobie z lękami, stresem oraz trudnościami wynikającymi z relacji rodzinnych, szkolnych i rówieśniczych.

W kontekście działalności placówek wsparcia dziennego, pomoc psychologiczna często jest kluczowym elementem, który umożliwia dzieciom i młodzieży radzenie sobie z wyzwaniami, jakie stawia przed nimi trudne środowisko wychowawcze. Podopieczni placówek wsparcia dziennego wywodzą się ze środowisk defaworyzowanych społecznie, w których brakuje odpowiednich kompetencji wychowawczych, zasobów emocjonalnych i finansowych, a ich rodziny doświadczają marginalizacji i wykluczenia społecznego. W tych obszarach społecznych młodzież doświadcza dodatkowego ryzyka wystąpienia problemów emocjonalnych i psychologicznych, a brak wsparcia rodzinnego oraz trudne warunki życia, często prowadzą do izolacji, problemów psychologicznych i psychiatrycznych, zaburzeń zachowania oraz do uzależnień i przemocy.

Placówka wsparcia dziennego w takich przypadkach pełni funkcję kompensacyjną, oferując podopiecznym nie tylko pomoc psychologiczną, edukacyjną i emocjonalną, ale także bezpieczne i stabilne środowisko, którego brakuje w ich życiu codziennym. Placówka dzięki wszechstronnej, regularnej, często codziennej pracy z dzieckiem, buduje całościową strukturę wsparcia psychologicznego, stymuluje prawidłowy rozwój dziecka i pozwala na jego optymalne dojrzewanie.

WICEPREZYDENT MIASTA KATOWICE


Maciej Biskupski