

Bezpłatne wsparcie psychologiczne

Dostęp do profesjonalnej opieki psychologicznej i psychiatrycznej w Polsce wciąż nie jest wystarczający. Od września 2022 roku wprowadzono do szkół obowiązek zatrudniania psychologów, jednak subwencja oświatowa w dalszym ciągu nie pozwala na pozyskanie tych specjalistów w pełnym wymiarze godzin. Ponadto warunki udzielania pomocy psychologicznej w szkole nie są w stanie zastąpić profesjonalnej terapii. Ogrom obowiązków bardzo często uniemożliwia zapewnienie stałych terminów spotkań i komfortowych warunków, dlatego rolą psychologa szkolnego jest przede wszystkim profilaktyka i doraźne wsparcie uczniów, ich rodziców oraz nauczycieli.

Na szczęście w naszym mieście działa kilka placówek wyspecjalizowanych w niesieniu pomocy psychologicznej dzieciom i młodzieży, z których można korzystać **BEZPŁATNIE**. Poniżej prezentujemy Państwu ich listę:

Centrum Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży PSYCHOMEDICO

Placówka w ramach kontraktu z NFZ (bez skierowania!) oferuje terapię indywidualną, jak i grupową. Organizuje warsztaty psychoedukacyjne, a także zapewnia wsparcie dla rodzin - w tym systemową terapię rodzinną (terapia systemowa to forma pomocy polegająca na wsparciu każdego członka rodziny).

Adres: ul. Górna 12

Telefon: +48 784 225 166

Strona www: www.psychomedico.pl

Poradnia Psychologiczna dla dzieci i młodzieży EZRA UKSW

Placówka w ramach kontraktu z NFZ (bez skierowania!) oferuje konsultacje z psychiatrą, socjoterapię grupową, terapię indywidualną i kompleksowe wsparcie rodzin, w tym również terapię systemową.

Adres: ul. Słowackiego 15

Telefon: 576-495-777

Strona www: <https://ezrauksw.pl/>

Ośrodek Interwencji Kryzysowej

Działa przy Miejskim Ośrodku Pomocy Rodzinie. Udziela wsparcia psychologicznego w stanie kryzysu psychicznego - nie prowadzi działalności diagnostycznej, świadczy pomoc doraźną o charakterze terapeutycznym.

Adres: ul. Próchnika 34, pokój 6

Godziny: 15:30 - 19:00

Telefon: 44 647 43 62

Strona www: <https://mopr.piotrkow.pl/formy-wsparcia-t3/osrodek-interwencji-kryzysowej-t78#!>

Piotrkowskie Centrum Profilaktyczno-Terapeutyczne Pomarańczowa Linia

Oferuje wsparcie przede wszystkim osobom uzależnionym - od używek, ale również od komputera, telefonu. Jego działalność koncentruje się wokół udzielania porad, prowadzenia terapii grupowych lub indywidualnych oraz informowania o ośrodkach leczenia uzależnień.

Adres: ul. Konarskiego 2

Telefon: 44 645 97 85

Strona www: <https://orangeline.net.pl/>

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna

Chyba dobrze znana Państwu placówka, której działalność ma charakter zarówno terapeutyczny, jak i diagnostyczny. Oferuje konsultacje psychologiczne, diagnozę, terapię oraz mediacje rodzinne.

Adres: ul. Dmowskiego 47

Telefon: 44 646 53 16

Strona www: <https://poradnia.piotrkow.pl/>

Doraźne wsparcie psychologiczne można uzyskać również telefonicznie (zarówno przez dorosłych, jak przez dzieci). Warto znać numery:

800 70 2222 – Całodobowa Linia Wsparcia dla Osób w Stanie Kryzysu Psychicznego

(22) 484 88 01 – Antydepresyjny Telefon Zaufania

116 111 – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży

800 12 12 12 – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka

800 100 100 – Telefon dla Rodziców oraz Nauczycieli w Sprawie Bezpieczeństwa Dzieci

Jeżeli nie wiecie Państwo, czy problem Waszego dziecka kwalifikuje się na doraźną pomoc psychologiczną, długoterminową psychoterapię czy diagnozę psychiatryczną, zachęcamy do umawiania się na konsultacje u naszego psychologa.

Pani Daria Gawrosińska pełni dyżury:

- w poniedziałki od 10:30 do 15:30,

- w środy od 12:30 do 16:30,

- w czwartki od 13:30 do 15:30.

Prosimy o wcześniejsze umawianie się poprzez e-dziennik!!!