



Ponujamo hitro in
fleksibilno alternativo
klasični obravnavi
duševnih stisk
mladih

www.prima-pomoc.si

PO-MOČ otrokom in mladostnikom



Obravnavamo zlasti:

- nemir in hiperaktivnost, težave s pozornostjo in druge vedenjske motnje
- obsesivno-kompulzivna vedenja (vsiljive misli, prisilna dejanja)
- čustvene težave, težave v odnosih in navezanosti

Obravnavamo tudi:

- nepojasnjene in ponavljajoče se telesne težave (glavoboli, boleč trebuh, nenehna utrujenost)
- strah pred šolo in z njim povezane učne težave
- težave v vzgoji (nevodljivost, neobgljivost in opozicionalnost, trma, težave v komunikaciji)
- težave v odraščanju (osamosvajanje, prevzemanje odgovornosti, raba digitalnih medijev)
- stiske zaradi izjemnih dogodkov in prilagajanjem (ločitev, selitev, prešolanje, žalovanje)

NUDIMO

- **individualno obravnavo – »ena-na-ena«**
- **skupinsko obravnavo – široka izbira delavnic, majhne skupine (3-5)**

Na individualno obravnavo se naročite prek koledarja za naročanje na naši spletni strani, za delavnice pa pošljite povpraševanje prek kontaktnega obrazca



PO-MOČ staršem

Psihosocialno svetovanje, konzultacije, psihoedukacija in coaching za starše ter družinske člane, ko:

- se čutite nemočni, v stiski ali potrebujete razbremenitev
- ste »obtičali« in potrebujete usmeritev
- želite izboljšati vpogled vase kot starša
- si prizadevate izboljšati lastne vzgojne metode in razumeti njihov vpliv na otroka
- potrebujete pojasnilo otrokovega vedenja
- ne želite dolgotrajne terapije, temveč enkratno konzultacijo
- potrebujete hitro in k-rešitvi-usmerjeno rešitev nastale krize
- iščete drugo mnenje ali alternativo obstoječi terapiji

Pošljite povpraševanje prek kontaktnega obrazca na naši spletni strani

COACHING

(na terenu, na domu)



NA DOMU

Otrokove težave najbolje razumemo in razrešujemo v kontekstu domačega, socialnega ali šolskega okolja, v odvisnosti od tega, kjer so najbolj izražene. Z delom znotraj konteksta se jih zmoremo lotevati individualizirano (družini prilagojeno) in celostno. Obravnava na terenu je vpeta v kontekst, ki težave ohranja, zato je takšna pomoč hitreje učinkovita in bolje zasnovana

NA TERENU

Primeri težav, primernih za coaching na terenu: dnevne rutine in rituali, učenje socialnih veščin, znanjenje v socialnem okolju, usvajanje samostojnosti, šolske težave, na kontekst vezane čustvene težave, zlasti fobije, socialni strahovi in anksioznosti

Nudimo priložnost otrokom in mladostnikom, da se s pomočjo strokovne usmeritve uspešno soočijo s čustvenimi stiskami v odraščajočem obdobju. Staršem otrok pa nudimo usmeritve glede odraščajočega otroka, razvojnih in vzgojnih dilem. Specializirani smo za celostno psihološko obravnavo s trajnimi rezultati.

Izkoristite brezplačno spletno svetovanje,
obiščite nas na www.prima-pomoc.si

Zakaj izbrati našo pomoč?

- zgodnja obravnava in preventiva – hitra pomoč brez čakalnih dob za optimalno ohranjanje zdravja brez klinične obravnave
- celostna podpora – ob obravnavi otroka pomagamo staršem in družini
- brez diagnoz in zdravil - posvečamo se vzroku težav, ne zatiranju simptomov
- intimna in prilagodljiva pomoč – s coachingom na domu in delom na terenu nudimo alternativo klasični obravnavi v zdravstvenih institucijah in zavodih
- kakovost obravnave – delamo s konkretnimi, preverjenimi in učinkovitimi tehnikami, npr. kognitivno-vedenjskim pristopom, metodo družinske mediacije, teorijo navezanosti
- pozitiven pristop – prizadevamo si za opolnomočenje, čustveno higieno, psihološko zdravje in odpornost ter krepitev osebnih virov moči

*“Spodbude prihajajo od zunaj,
spoznanja od znotraj, ko oboje
sovpade pa dobimo razvoj.”*

— Seneka

KONTAKTIRAJTE NAS

www.prima-pomoc.si
info@prima-pomoc.si

