

Co inni uczniowie powiedzieli o doradztwie?

"Dobrze było porozmawiać z kimś, kogo jeszcze nie znałem."

"Posiadanie porady bardzo mi pomogło. Byłem w stanie omówić moje problemy, zamiast je blokować, co kiedyś robiłem. To było naprawdę pomocne w tym, że czuję się szczęśliwsza."

"To pomogło mi zrozumieć moje problemy i je przezwyciężyć."

"To naprawdę pomogło mi porozmawiać z moją rodziną i ludźmi wokół mnie, z którymi mogłem porozmawiać."

"Doradztwo pomogło mi czuć się pewnie w sobie."

"Nie wstydzę się przyznać, że potrzebuję pomocy, ponieważ teraz wiem, że nie jestem jedyną osobą, która potrzebuje pomocy."

Jak dowiedzieć się więcej lub poprosić o skontaktowanie się z doradcą?

Twój opiekun formularza lub Dyrektor Roku będzie mógł udzielić Ci więcej informacji. Możesz również pop-down podczas przerwy lub lunchu, aby mieć szybki czat z doradcą.

W Haute Vallee, Katie Mulligan, oferuje usługi doradcze. Ma duże doświadczenie w pracy z dziećmi i młodzieżą, a także posiada kwalifikacje w zakresie doradztwa i psychoterapii.

Jeśli uważasz, że doradztwo nie jest właściwą pomocą dla Ciebie. Poniżej znajdują się kolejne agencje, które mogą zapewnić dzieciom i młodzieży wsparcie.



Samaritans
116 123



Youth Enquiry Service
280 530



Mind Jersey
0800 7359404



Jersey Youth Service
280 500



National Society for the
Prevention of Cruelty to
Children 0808 800 5000



Childline
0800 1111

Szkoła Haute Vallee na bazie Doradztwo Usługi Informacje dla studentów





Katie Mulligan Szkoła Haute Vallée Doradca na podstawie

Wprowadzenie

Czasami życie może być trudne, a ludzie dorastający mogą być pod wieloma różnymi naciskami. Posiadanie kogoś, z kim możesz porozmawiać, który naprawdę cię wysłucha, często może pomóc nam poczuć się lepiej.

Czasami każdy czuje się zaniepokojony lub ma problemy, które mogą być trudne do rozmowy z ludźmi, którzy są najbliżej. Możesz martwić się o to, czy zrozumieją, czy możesz im zaufać, czy będą cię obwiniać, czy ignorują twoje uczucia. Wtedy możesz pomyśleć o dostępie do usług doradczych w szkole.

Dlaczego doradztwo różni się od rozmowy z kimś, kogo już znam?

- Nie obwiniamy cię ani nie osądzamy.
- Nie mówimy ci, co robić.
- Jesteśmy dla Ciebie - bez względu na problem.
- Jesteśmy dobrzy w uważnym słuchaniu.
- Możemy cię zobaczyć w czasie szkoły.
- Pomożemy Ci uporządkować rzeczy w sposób, który Ci odpowiada.
- Rozumiemy, jak działa Twoja szkoła i możemy uzyskać więcej pomocy i informacji, jeśli jej potrzebujesz.
- Możemy dać Ci czas i przestrzeń, których potrzebujesz.
- Mieliliśmy mnóstwo szkoleń i ćwiczeń, które pomogą nam dobrze wykonywać swoją pracę.

Czy innym osobom zostanie powiedziane, co mówię podczas sesji?

Zwykle nie mówimy innym osobom o Tobie lub Twojej sytuacji bez Twojej zgody. Jeśli uważamy, że Ty lub ktoś inny może być zagrożony lub w niebezpieczeństwie, być może będziemy musieli uzyskać pomoc od innych osób, aby zapewnić Ci bezpieczeństwo. Porozmawiamy z Tobą o tym i razem postaramy się znaleźć najlepszą rzecz do zrobienia dla Ciebie



Haute Vallée School

Pride in all we do

Pride . Ambition . Respect . Teamwork

www hautevallee.sch.je

@HauteVallee

HauteValleeSchool

01534 736524

O jakich rzeczach mogę mówić podczas tych sesji?

Wszystko jest mile widziane w doradztwie. Możesz mówić o tym, co jest na głowie, problemy, decyzje, obawy / niepokój, i zmiany. Może to być wiele różnych rzeczy - zaprzyjaźnianie się i relacje, separacja rodziców, utrata temperamentu i wpadanie w kłopoty w domu lub w szkole, dokuczanie i zastraszanie, utrata kogoś specjalnego, mieszane uczucia, problemy zdrowotne, egzaminy i zajęć. Wszystkie te rzeczy mogą mieć wpływ na to, jak się czujesz i jak się zachowujesz. Mówienie o swoich zmartwieniach i problemach może być początkiem pracy z tobą, aby je uporządkować, pomagając ci stać się szczęśliwszym i mniej zmartwionym.

Jak to działa?

Dostęp do tej usługi może być twoim pomysłem, pomysłem rodziców lub nauczycielem może to sugerować. Nie musisz od razu decydować. Po pierwsze, możesz spotkać się z doradcą, aby zadać pytania i dowiedzieć się więcej. Doradztwo jest dobrowolne - to twój wybór, a cokolwiek zdecydujesz, jest OK.

Prawdopodobnie przez kilka tygodni w pokoju doradcy, gdzie nie będzie ci przeszkadzać, możesz otrzymać wizytę na regularne sesje. Szkoła chciałaby skontaktować się z rodzicami/opiekunami, aby poinformować ich, że odbywają się te spotkania, ale nie będą wchodzić w szczegóły. Nadal można przyjść na poradnictwo bez poinformowania rodziców, i możesz o tym omówić podczas pierwszego spotkania z doradcą.

Po zakończeniu doradztwa otrzymasz formularz oceny, który możesz wypełnić.

Ten formularz jest anonimowy, chyba że zdecydujesz się umieścić na nim swoje imię i nazwisko. Opinie, które przekazujesz, dadzą nam znać, jak dobrze pomagamy młodym ludziom, których widzimy. Jeśli masz jakiegokolwiek wątpliwości lub skargi zapraszamy do podniesienia tego z Miss Quenault.