

Hogyan segít egy beszélgetés?

*a Kék Vonal Lelkisegély-szolgálat
lehetőségei és korlátai*



Nem vigasztal, nem tanácsol,
nem dönt, nem old meg,
akkor hogyan segít?

Segítő beszélgetés

Érzelmi támogatás
vigasztalás helyett

Elfogadás irányítás helyett

Kérdések tanácsok helyett

Ami tanulható, és ami nem...





**Elhinni, hogy már a jelenlét is támasz,
hogy már a hallgatás is segítség!**

Támogatás

- Biztonságot adó keretek
- Érzelmi támogatás, validáció
- Személyes reflexiók – csak ettől lesz személyes!
- Erkölcsi állásfoglalások



Feltérképezés

- Nyitott (és zárt) VALÓDI kérdések
- Visszajelzések kérdések helyett
- Miért ne kérdezd, hogy miért?
- Hogyan ne sugalmazz?



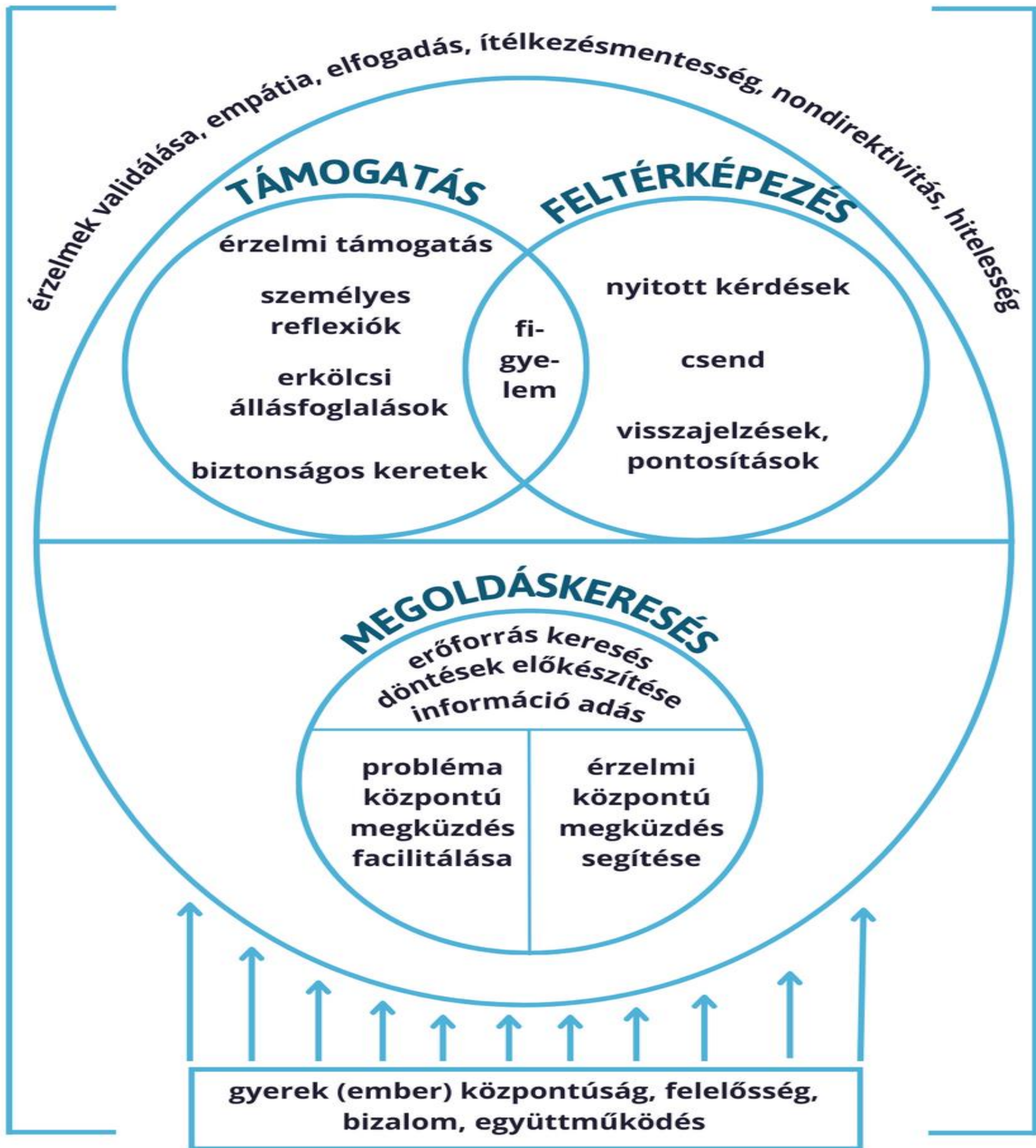
Megoldáskeresés

- Erőforrások
- Információk
- Döntés előkészítés





JOGI KERETEK



SZEMÉLYES HATÁROK



WARD, LOCK, & CO., LTD., War

Megküzdési eszköztár gazdagítása

Problémafókuszú megküzdés: csökkenteni a stresszorokat, a negatív érzéseket kiváltó helyzeteket



Érzelmifókuszú megküzdés: más feszültséglevezetési módokat találni



Amikor továbblépés szükséges

 Bullying, visszaélés, bármilyen bántalmazás

 Mentális nehézségek, lelki betegségek

 Jogi, anyagi problémák

 **SZUICID VESZÉLY**

A gyerekek biztonsága a felnőttek felelőssége

Gyerekekkel foglalkozó

szakemberként bármikor

kerülhetsz olyan helyzetbe, hogy te

jelented a biztonságot valakinek!





Köszönöm a figyelmet!

www.kek-vonal.hu

info@kek-vonal.hu

116 000

Köszönöm a figyelmet!

www.kek-vonal.hu

info@kek-vonal.hu

116 000