



Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου

ΚΕΝΤΡΟ ΗΜΕΡΑΣ ΕΦΗΒΩΝ



## ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΙΚΗ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

για εφήβους  
και τις οικογένειές τους



Εταιρεία Ψυχοκοινωνικής Υγείας του Παιδιού και του Εφήβου



Ημέρες και Ώρες Επικοινωνίας:  
Δευτέρα-Τετάρτη-Παρασκευή: 8.00-14.00  
Τρίτη-Πέμπτη 8.00-16.00

Συγγρού 3, 15232 Χαλάνδρι  
T/F: 210.68.12.237  
m: k\_imeras@otenet.gr

# Συμβουλευτική Υπηρεσία

Στην εφηβεία υπάρχουν περίοδοι που κάποιος μπορεί να νιώθει έντονα συναισθήματα. Άλλες φορές μπορεί να είναι εύκολο να τα σκεφτεί, να τα βάλει σε τάξη και να τα επεξεργαστεί κι άλλες φορές να νιώθει ότι κατακλύζεται από αυτά. Συχνά ένας έφηβος μπορεί να νιώσει άγχος, μοναξιά, θλίψη, δυσκολίες στις σχέσεις με τους συνομηλικούς και να έχει την αίσθηση ότι κανείς δε μπορεί να τον καταλάβει. Σε τέτοιες φάσεις όλοι γνωρίζουμε πώς η ύπαρξη κάποιου που μπορεί να ακούσει - ενός φίλου, ενός γονιού που κατανοεί, ενός ευαίσθητου εκπαιδευτικού - μπορεί να είναι βοηθητική.

Η Συμβουλευτική Υπηρεσία του Κέντρου Ημέρας Εφήβων της Ε.Ψ.Υ.Π.Ε. έχει δημιουργηθεί για τις περιπτώσεις εκείνες που μια τέτοια βοήθεια δε φτάνει ή δεν υπάρχει, με αποτέλεσμα οι δυσκολίες να παραμένουν άλυτες, προκαλώντας απογοήτευση. Απευθύνεται σε εφήβους και τις οικογένειες τους που νιώθουν ότι τα ζητήματα αυτής της ηλικίας μπορούν να συζητηθούν με έναν ειδικό. Η ομάδα απαρτίζεται από γιατρούς, ψυχολόγους, κοινωνικούς λειτουργούς που ασχολούνται με την εφηβεία. Ο ρόλος τους δεν είναι καθοδηγητικός ή να παρέχουν έτοιμες απαντήσεις αλλά να βοηθήσουν τον έφηβο και την οικογένεια του να κατανοήσουν καλύτερα τη φύση των δυσκολιών τους.