

# Krajská poradna pro rodinu nabídla letos nové služby

20.12.2024 - | Krajský úřad Pardubického kraje

**V době, kdy je všeobecný nedostatek psychologické pomoci a společnost je čím dál zranitelnější, roste význam Poradny pro rodinu Pardubického kraje. Ta se postupně přizpůsobuje novým potřebám a kromě tradičního poradenství nabízí i nové služby.**

„Poradna je naší příspěvkovou organizací a má své pobočky v Pardubicích, Chrudimi, Ústí nad Orlicí a ve Svitavách. Hlavní výhodou pro klienty je skutečnost, že veškeré odborné služby jsou pro ně zdarma,“ říká náměstek hejtmana pro sociální péči a neziskový sektor Pavel Šotola a pokračuje: „Společně hledáme způsoby, jak vycházet vstříc potřebám jak dospělých, seniorů, tak i mladým a dospívajícím. Donedávna byly nejčastějším tématem poradny rozvody a s nimi spojené problémy, ale ukazuje se, že lidé si dnes neví rady také třeba se sebepoškozováním dětí, s úzkostmi a depresemi. A právě na to naše poradna dokázala zareagovat.“

Řekněte si o pomoc

Jednou z novinek posledního roku je Rychlá pomoc v krizi. „Na našich webových stránkách zájemci najdou telefonní čísla pro situace, které nemohou zvládnout sami a z nichž nevidí cestu ven. V takovém případě je dobré se nebát říct si o pomoc. Naši odborníci je vyslechnou, nasměrují je k další pomoci a posléze je doprovázejí. Většinou se jedná o pomoc krizového intervenanta, který vyjíždí i do terénu, nebo o práci odborných pracovníků, které máme pro krizové situace rodin na všech našich čtyřech pracovištích. S lidmi řešíme například ztrátu zaměstnání, zjištění těžké diagnózy, úmrtí v rodině, odmítání rodiče dítětem, rozhodnutí odchodu od rodiny nebo třeba zjištění závislosti u člena rodiny,“ vysvětluje ředitelka poradny Petra Lášková.

Seberozvojové skupiny

Další novinkou jsou skupinová setkání, takzvané seberozvojové skupiny na různá témata, o která je v dané době největší zájem. „Zkušenosti máme s těmito skupinami pro dospělé, ale letos jsme je začali nabízet také dospívajícím (15-19 let) a mladým dospělým (20-25 let). Témata představují naši terapeuti na sociálních sítích. Kromě psychologů se jich účastní i peer konzultanti, což jsou lidé, kteří si určitou těžkou situací na vlastní kůži prošli a dokázali se s ní poprat. Každý cyklus má šest společných sezení, kde mohou účastníci podle svého zvážení sdílet své problémy a možná řešení s ostatními v malé skupině za dohledu našich terapeutů. Letos jsme takto uskutečnili už 22 skupin pro mladé a 32 skupin pro dospělé klienty a měli jsme na ně velmi dobré ohlasy,“ doplňuje Petra Lášková.

Kontakty na Poradnu pro rodinu Pardubického kraje najdou zájemci na webu: [www.poradnapardubice.cz](http://www.poradnapardubice.cz) a na facebooku i instagramu.

<https://www.pardubickykraj.cz/aktuality/127369/krajska-poradna-pro-rodinu-nabidla-letos-nove-sluzby>