



**\*Priežasčių, dėl ko asmenys kreipėsi gauti Psichologinės gerovės ar psichikos sveikatos stiprinimo paslaugas, kodai:**

A1 – dėl patiriamo streso (tarpasmeniniai konfliktai)

A2 – dėl patiriamo streso (darbo praradimas ar finansinės problemos)

A3 – dėl patiriamo streso (netekty)

A4 – dėl patiriamo streso (vienišumas)

A5 – dėl patiriamo streso (smurtas)

A6 – dėl patiriamo streso (liga)

A7 – dėl patiriamo streso (patyčios, mobingas)

A8 – dėl patiriamo streso (kita): nurodyti priežastį

B1 – dėl kitų priežasčių (savišvieta)

B2 – dėl kitų priežasčių (kita)

**\*\*Grupinės paslaugos rūšių kodai:**

1. asmeninių įgūdžių tobulinimo užsiėmimai psichologiniam atsparumui ugdyti (streso valdymo praktiniai užsiėmimai, emocijų atpažinimo ir išraiškos, konfliktų valdymo praktiniai užsiėmimai, kita);

2. psichikos sveikatos raštingumo didinimo edukaciniai užsiėmimai (užsiėmimai, skirti įgyti žinių ir (ar) keisti nuostatas apie psichikos sveikatą, psichikos sveikatos rizikos veiksnius, pagalbos sau būdus bei profesionalios pagalbos priemonumą);

3. emocinės paramos teikimo užsiėmimai (savitarpio pagalbos grupės, grupinės psichologinės konsultacijos);

4. kiti psichologinę gerovę ir (ar) psichikos sveikatą stiprinantys praktiniai užsiėmimai: įrašyti temas.

**\*\*\*Psichologinės gerovės ar psichikos sveikatos stiprinimo paslaugų vertinimo teiginių numeriai ir teiginiai:**

1. Išmokau geriau atpažinti ir tinkamai išreikšti savo emocijas.

2. Išmokau geriau atpažinti ir tinkamai reaguoti į kitų žmonių emocijas.

3. Išmokau ir praktiškai taikau veiksmingus būdus, kaip suvaldyti stresą.

4. Sužinojau apie naujus psichologinės pagalbos sau ir artimiesiems būdus.

5. Žinau, kur galu kreiptis specialistų pagalbos, jei pablogėtų mano arba mano artimųjų psichikos sveikata.

6. Lengviau sprendžiu konfliktines situacijas.

7. Užsiėmimų metu įgytas žinias ir įgūdžius taikau kasdieniame gyvenime.

6. Paslaugų teikimo ataskaitą užpildęs asmuo (vardas, pavardė, telefono numeris, el. pašto adresas):
--