



Ilona Žodžika

Psiholoģiskā atbalsta nodaļas psihologs

Izglītība:

2015.gads - Daugavpils Universitāte, profesionālais maģistra grāds psiholoģijā un izglītības psihologa kvalifikācija

2009.gads - Daugavpils Universitāte, sociālo zinātņu maģistra grāds psiholoģijā

2007.gads - Daugavpils Universitāte, bakalaura grāds psiholoģijā

Darba pieredze:

No 2019.gada Iekšlietu ministrijas veselības un sporta centrs, Psiholoģiskā atbalsta nodaļas psihologs

No 2019.gada Salienas vidusskolas psihologs

2017. – 2019. g. Daugavpils pilsētas pašvaldības iestāde Sociālais dienests, Ģimenēm ar bērniem sektora psihologs

2017. gads Mācību centrs plus, “Motivācijas programmas” lektore un sociālais mentors darba meklēšanai

2016. – 2017. g. Lāču pamatskolas psihologs

2015. – 2017. g. Daugavpils pilsētas domes Sociālo lietu pārvalde, Sociālās aprūpes un sociālās rehabilitācijas dienas centra psihologs

2011. – 2012. g. Daugavpils Saskaņas pamatskolas psihologs

2009. – 2010. g. Bērnu nama - patversmes „Priedīte” psihologs

2008. – 2017. g. Špoģu vidusskolas psihologs

2008. – 2009. g. Daugavpils rajona skolas psihologu Metodiskas Apvienības vadītāja

Profesionālā attīstība:

Savā praksē izmantoju geštalterapijas, smilšu spēļu terapijas pamatelementus, projektīvas metodikas, koučinga pamatelementus. Ir pieredze veikt psihodiagnostiku, rakstīt atzinumus, izstrādāt un vadīt psiholoģiskus seminārus un treniņus. Man ir liela pieredze psiholoģiskajā konsultēšanā pieaugušiem, kā arī darbā ar bērniem. Strādāju ar dažāda veida emocionālām problēmām (piem. dusmas, trauksme, depresīvie stāvokļi, stresa vadīšana u.c) un savstarpējo attiecību problēmām. Ir pieredze psiholoģiskās palīdzības sniegšanā krīzes situācijās (piem., vardarbība, tuvinieka zaudējums, šķiršanās). Konflikta risināšanā izmantoju mediācijas pamatprincipus. Atsevišķu darba jomu sastāda personības pašizpratnes un izaugsmes problēmas: sevis iepazīšana, savu resursu apzināšana, uzstādījumu un ieradumu maiņa, dzīves mērķu uzstādīšana un sasniegšana. Sniedzu konsultācijas bērnu audzināšanas un vecāku-bērnu attiecību jautājumos.

Piedāvā sekojošas pakalpojumus:

- Individuālās konsultācijas
- Darbs ar klientiem krīzes situācijās (individuāli un grupā)
- Darbs ar grupām:
 - treniņi, semināri
 - psiholoģiskā atbalsta grupas

Kontakti:

Adrese: Daugavpils, Piekrastes iela 23, 16. kab.

Tālr.: 67829867, 26369561

E-pasts: ilona.zodzika@iem.gov.lv