

WSPARCIE PSYCHOLOGICZNO- PEDAGOGICZNE

Drodzy Rodzice i Uczniowie!

W tym trudnym dla nas wszystkich czasie, Zespół Psychologiczno - Pedagogiczny pozostaje do Państwa dyspozycji i oferuje pomoc w trybie zdalnym. Zachęcamy do skorzystania z naszej pomocy poprzez dziennik elektroniczny lub kontakt bezpośredni.

Maria Lelito - psycholog szkolny

Formy pomocy:

1. Radzenia sobie z obniżonym nastrojem, lękiem, stresem - w tym związanym ze zbliżającym się egzaminem maturalnym, izolacją rówieśniczą, kwarantanną, obawami związanymi z panującą pandemią koronawirusa.
2. Jak rozmawiać w tak trudnych sytuacjach.

Messenger: Maria Lelito

Poniedziałek - piątek w godzinach 10.00 - 12.00 lub 14.00 - 16.00

Monika Gwiżdż-Smaga - pedagog szkolny

Formy pomocy:

1. Organizacja dnia - stworzenie harmonogramu pracy oraz sposoby aktywnego wypoczynku w domu.
2. Techniki oraz metody uczenia się.
3. Relacje rodzinne, rówieśnicze w obecnej sytuacji.

SKYPE: Monika Gwiżdż-Smaga

Poniedziałek - piątek w godzinach 11.00 - 13.00 lub 16.00 - 18.00

Zachęcamy również do skorzystania ze strony internetowej:

<https://www.psychologowie-dla-spoleczenstwa.pl>, dzięki której każdy z Państwa kto znalazł się w trudnej sytuacji związanej z epidemią koronawirusa, może uzyskać wsparcie i zasięgnąć darmowej porady psychologa lub psychoterapeuty.