AVISENSA

Pot k dobremu počutju

psihologija · svetovanje · izobraževanje

PSIHOLOŠKA IZOBRAŽEVANJA ZA ŠOLE

Strokovna predavanja, interaktivne delavnice in vsebinski programi
za učence, starše ter pedagoške in druge strokovne delavce



AVISENSA

IZOBRAŽEVANJE, PRILAGOJENO VAŠI ŠOLI

Izbirajte med različnimi formati izobraževanja, ki jih prilagodimo ciljem in potrebam vaše šole.

FRONTALNO PREDAVANJE Jasna strokovna predstavitev za večjo skupino	**INTERAKTIVNA DELAVNICA** Teoretični koncepti, povezani s praktičnimi vajami, diskusijo in aktivno vključenostjo udeležencev
VSEBINSKI CIKEL Več povezanih srečanj za razvoj specifičnih znanj in veščin	**PRILAGOJEN PROGRAM** Vsebina glede na konkretno situacijo ali potrebe šole



IZOBRAŽEVANJE LAHKO IZVEDEMO TUDI V SPLETNI OBLIKI

IZBERITE MED TEMATIKAMI

Med navedenimi temami lahko izberete posamezno vsebino, vsebine povežete v cikel, ali nam predstavite izziv, za katerega želite prilagojen predlog.

Za učence

- Ko pritisk naraste: kako obvladati tremo/ stres/ testno anksioznost
- Kako se postaviti zase in ohraniti dobre odnose
- Jaz v digitalnem svetu: samopodoba in vpliv družbenih omrežij
- Kako krepim motivacijo, vztrajnost in svoja močna področja
- Kako učinkoviteje upravljam s časom
- Učne strategije: kako naj se učinkovito učim?
- Ko ne vem, kaj narediti: reševanje problemov in sprejemanje odločitev
- Kako poskrbeti zase in pravočasno poiskati pomoč
- Ko me čustva preplavijo: kako se umiriti
- Ko je vsega preveč: Kako se sprostiti s praktičnimi tehnikami?
- Novi začetki, novi izzivi: kako lažje skozi prehode med stopnjami izobraževanja

Za pedagoške in druge strokovne delavce

- Ko se za vedenjem skriva stiska: prepoznavanje težav in podpora učencem
- Razumevanje specifičnih težav: npr. motnje hranjenja pri učencih/ anksiozne motnje pri učencih/ ...
- Medvrstniško nasilje: kako ga prepoznati in ustrezno ukrepati
- Kako učinkoviteje upravljati s časom?
- Podajanje povratne informacije, ki spodbuja razvoj
- Jasno, mirno in spoštljivo: asertivna komunikacija s starši in sodelavci
- Postavljanje in ohranjanje zdravih meja v odnosih
- Odnosi in konstruktivno reševanje konfliktov v kolektivu
- Spoprijemanje s stresom v službi in doma
- Kako razvijati višjo raven čustvene regulacije?
- Praktične tehnike umirjanja in sproščanja

Za starše

- Kako ostati miren in otroku postaviti meje?
- Kako ohraniti stik, ko se otrok začne umikati?
- Prepoznavanje perfekcionizma pri otrocih: kako spodbujati brez pretiranih pričakovanj?
- Od všečkov do lastne vrednosti: samopodoba otrok in mladostnikov v digitalnem svetu
- Je to le težko obdobje? Kako prepoznati stisko, podpreti otroka in presoditi, kdaj poiskati pomoč?
- Razumevanje specifičnih težav: npr. motnje hranjenja pri mladih/ anksiozne motnje pri mladih / ...
- Ko je otrok žrtev medvrstniškega nasilja ali ga izvaja: kaj lahko naredijo starši?
- Novi začetki, novi izzivi: spoprijemanje s prehodi med stopnjami izobraževanja

Vsaka šola, skupina in izziv so drugačni.
Zato vsebino, zahtevnost, trajanje in način izvedbe uskladimo s ciljno skupino ter vašimi konkretnimi potrebami.



KAJ LAHKO PRIČAKUJETE?

- PRILAGODITEV TEME ZNAČILNOSTIM SKUPINE
- DOGOVOR O CILJIH PRED IZVEDBO
- JASNE IN PRAKTIČNO UPORABNE INFORMACIJE
- STROKOVNO UTEMELJENE IN AKTUALNE VSEBINE





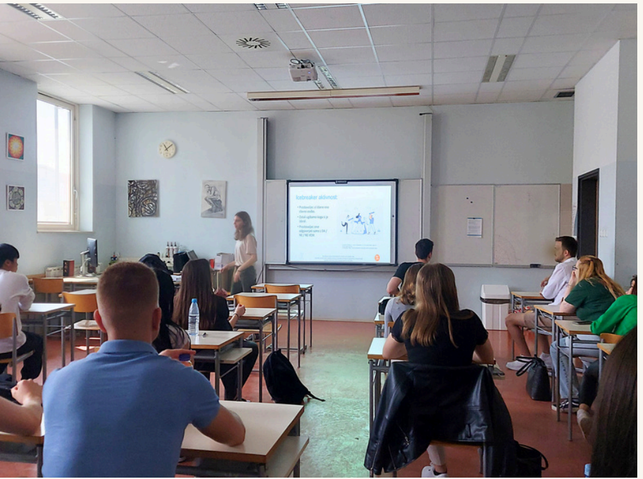




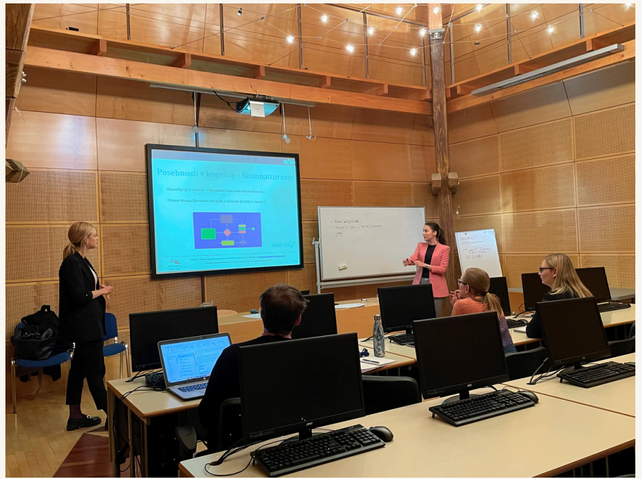


UTRINKI IZ NAŠIH IZOBRAŽEVANJ











O AVISENSI

Inštitut Avisensa je psihološki inštitut iz Maribora, ki izvaja psihološko svetovanje ter strokovna izobraževanja in programe s področij psihologije, duševnega zdravja, odnosov, komunikacije in skrbi za zaposlene.

Izobraževanja izvajamo magistrice psihologije z dodatnimi strokovnimi usmeritvami s področja klinične psihologije in vedenjsko-kognitivne psihoterapije.

Pri pripravi vsebin izhajamo iz strokovno utemeljenih pristopov ter skrbimo, da so predstavljene razumljivo, praktično in uporabno.

Pri izvedbi izobraževanj v zadnjih petih letih kontinuirano sodelujemo s številnimi vrtci, osnovnimi in srednjimi šolami ter z visokošolskim prostorom.



AVISENSA

NAČRTUJETE VSEBINO V TEM ŠOLSKEM LETU?



Kontaktirajte Adeliso, našo koordinatorko za sodelovanje z institucijami:

040 647 845

adelisa@avisensa.com

avisensa.com/kontakt/