

ŠOLSKA SVETOVALNA SLUŽBA

Spoštovani starši!

Šolska svetovalna služba vam bo tudi v tem času - na prilagojen način - pomagala, če boste potrebovali informacijo, nasvet ali kakršnokoli podporo.

Svetovalna delavka Polona Kosec Krajnc sem staršem dosegljiva prek e-pošte: polona.krajnc1@guest.arnes.si ali na telefonski številki 031/720-113 (med 9.00 in 11.00 uro - od ponedeljka do petka).

Vsem nam je pomembno je, da bodo naši dijaki ostali v dobri psihični in izobraževalni kondiciji, zato bomo z dijaki sodelovali in jih spodbujali k odgovornemu in sprotnemu izpolnjevanju njihovih obveznosti. Hkrati pa jim omogočili spoznavanje in odkrivanje njihovih močnih/šibkih področij in kompetenc. Tudi starši boste na preizkušnji, dnevno se boste soočali z novo dinamiko odnosov in komunikacije z vašim mladostnikom. Vsi bomo v tem obdobju spoznali veliko novega tudi o sebi. Naši odnosi z drugimi bodo dobili nove razsežnosti.

Za vas smo pripravili nekaj koristih povezav za pogovor, učenje in razmislek:

- Razvojna psihologinja: Starši, ostanite mirni, a ne brezbrizni:

<https://www.rtv slo.si/zdravje/novi-koronavirus/razvojna-psihologinja-starsi-ostanite-mirni-a-ne-brezbrizni/517024>

- Izolacija deluje, kolektivna imunost je tvegana:

<https://www.rtv slo.si/stevilke/izolacija-deluje-kolektivna-imunost-je-tvegana/517237>

- Kako govoriti o koronavirusu?

<https://casoris.si/kako-govoriti-o-koronavirusu/>

- Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Maribor;

<http://www.svet-center-mb.si/za-starse.html>

- Kaj je asertivno komuniciranje?

<https://www.septabene.net/si/clanek/tretja-pot-brez-pasivnosti-in-agresivnosti/>

- 7 pravil za boljše načrtovanje časa:

<https://www.finance.si/8334291/7-pravil-za-boljse-nacrtovanje-casa>

- Nasveti za starše mladostnikov:

http://psihiater-leser.com/pomagajmo_si_sami/nasveti_za_starse_mladostnikov/

- Slovenski zdravniki opozarjajo slovenske dijake in študente:

<https://onaplus.delo.si/koronavirus-zaskrbljeni-zdravniki-opozarjajo-slovenske-dijake-in-studente>

- Prijava na dodiplomske in enovite magistrske študijske programe v študijskem letu 2020/2021 in vse informacije v vezi s študijem:

<https://portal.evs.gov.si/prijava/>

- Prijava na višje strokovne šole 2020/2021:

<http://www.vss-ce.com/vps/>

- Tehnike sproščanja kot načini obvladovanja stresa:

<https://www.gzs.si/Portals/gradniki-zdravja/Tehnike%20spro%C5%A1%C4%8Danja-na%C4%8Din%20obvladovanja%20stresa.pdf>