

Održana tribina o ispitnoj tjeskobi i ovisnosti za učenike u Učeničkom domu Virovitica

7. prosinca 2016.



Profesor Siniša Brlas, psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije kao gost je u Učeničkom domu Virovitica s učenicima održao tribinu pod nazivom „Kako prevladati ispitnu tjeskobu i spriječiti pojavu ovisnosti kod mladih“. Tribina je održana u utorak 06. prosinca 2016. godine.

Ovo je već tradicionalno druženje profesora Brlasa i učenika Učeničkog doma Virovitica u Mjesecu borbe protiv ovisnosti. Prethodnih godina na ovakav su način obrađene mnoge važne teme za mlade; od štetnosti djelovanja droga, preko važnosti organiziranja slobodnog vremena djece i mladih, pa sve do problema pijenja alkohola kod mladih.

Ovogodišnja je tema odabrana stoga što učenici i studenti prije ispita većinom osjećaju tjeskobu i strah od mogućeg neuspjeha (da neće položiti ispit željenom ocjenom), a ova tjeskoba ako je snažnog intenziteta i duljeg trajanja može narušiti i mentalno zdravlje pa tako i funkcioniranje osobe. Takva je tjeskobna osoba nažalost ponekad sklona i uzimanju sredstava ovisnosti (droga, alkohola i sl.) kojima pokušava odagnati ovu tjeskobu, a to je stanje koje može voditi do ovisnosti i svakako se treba izbjeći.

Profesor Brlas ovom je prilikom učenicima predstavio i vodič za učenike i studente koji su pod nazivom „Kako prevladati ispitnu tjeskobu“ napisali Siniša Brlas i Ivana Martinušić, a izdavači su Visoka škola za menadžment u turizmu i informatici u Virovitici i Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije. Vodič je u elektronskom obliku dostupan svima na www.zzjvzp.hr. (www.icv.hr; sb)