

Izrada web stranica



brzo kvalitetno povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo kvalitetno povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo kvalitetno povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo

Izrada web stranica



brzo kvalitetno povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo kvalitetno povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo kvalitetno povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo

Održano predavanje za ravnatelje škola u Virovitičko-podravskoj županiji o suzbijanju ispitne tjeskobe kod učenika

15. studenoga 2017.

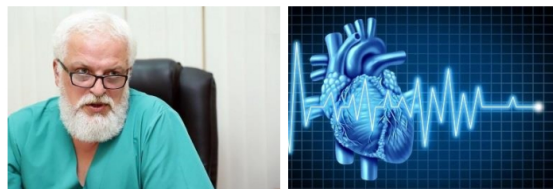
👍 Svidi mi se 0



U srijedu 15. studenog 2017. godine u Velikoj vijećnici Virovitičko-podravске županije u okviru kolegija ravnatelja osnovnih i srednjih škola s područja Virovitičko-podravске županije održano je predavanje „Ispitna tjeskoba-suzbija li se na ispravan način“. Predavanje je održao profesor psihologije Siniša Brlas koji radi kao psiholog u Djelatnosti za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti sa zaštitom mentalnog zdravlja Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije. Profesor Brlas ravnatelje je upoznao i s vodičem „Kako prevladati ispitnu tjeskobu“ i ponudio smjernice ravnateljima kako mogu organizirati rad s učenicima usmjeren smanjivanju ispitne tjeskobe i očuvanju mentalnog zdravlja učenika te poboljšanju uvjeta za što bolje obrazovne rezultate.

Vodič „Kako prevladati ispitnu tjeskobu“ koji su napisali profesor psihologije Siniša Brlas i magistra psihologije Ivana Martinušić besplatno je dostupan svim učenicima u Virovitičko-podravskoj županiji. Radi se o vodiču koji je nastao kao pomoć učenicima i studentima u ublažavanju tjeskobe koja se gotovo redovito pojavljuje prije i tijekom polaganja ispita. Ispitna tjeskoba može biti ozbiljna prepreka na putu ostvarenja obrazovnih ciljeva i stoga je potencijalna opasnost za mentalno zdravlje učenika i studenata. Učenicima i studentima nije poželjno da su izloženi visokoj razini ispitne tjeskobe jer ona nije dobra prognoza za njihov uspjeh u ispitnim situacijama. Stoga su autori osmislili ovaj vodič kako bi pomogli učenicima i studentima osvijestiti važnost razvijanja tolerancije na stres i frustraciju u pripremanju za polaganje ispita i poučili ih navikama i vještinama koje im u tome mogu pomoći. Koncipiran je tako da nakon uvodnog pojašnjenja temeljnih pojmova učenike i studente u koracima vodi ka ublažavanju tjeskobe za vrijeme učenja, pred ispit te za vrijeme ispita. Radi se o nizu praktičnih i međusobno logički povezanih savjeta kojima je cilj očuvanje mentalnog zdravlja učenika i studenata u stresnim i frustrirajućim ispitnim situacijama.

TEKST SE NASTAVLJA NAKON OGLASA



Jednostavna metoda koja rješava prostatitis u tjedan dana
Kako izbjeći srčani udar? Učini ovo dvaput na dan

Sponsored by Mifax

Vodič je u tiskanom obliku džepnog formata kako bi bio praktičan i u svakom trenutku pri ruci svima onima koji se nalaze pred ispitnom situacijom. Izdavači vodiča koji je rezultat odlične stručne i međusektorske suradnje koja je započela istraživanjem su Visoka škola za menadžment u turizmu i informatici u Virovitici i Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije. U elektronskom je obliku vodič svima dostupan na web stranici Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravске županije (www.zjzvpz.hr) kao i na web stranici Visoke škole za menadžment u turizmu i informatici u Virovitici (www.vsmti.hr). Od ove je školske godine ponuđen i za besplatnu objavu na web stranicama svih srednjih škola u Virovitičko-podravskoj županiji.

Valja naglasiti kako se radi o inovativnom i jedinstvenom vodiču na našoj zemlji, a autori su ga željeli objavom na web stranicama škola učiniti dostupnim što većem broju učenika u nastojanju da se stručnim savjetima doprinese što boljim obrazovnim rezultatima i proaktivno djeluje u zaštiti mentalnog zdravlja mladih. (www.icv.hr, sb)

Snimi, prijavi, dojavi, pošalji i postani naš čitatelj reporter!
Pošalji vijest na e-mail: vijesti@icv.hr

Najnovije vijesti...

- Virovitičani Mario Moslavac i Igor Tomljanović Becker kandidati za ulazak u...
1. veljača 2021.
- VIROVITICA, ŠPIŠIĆ BUKOVICA I KORJIA Svećenici će u blagoslov samo onim...
1. veljača 2021.
- Orahovica kroz pahulje: Završite u fotogaleriji i pogledajte zimske prizore
1. veljača 2021.
- Stižu u još šest škola: Policija nastavlja s provedbom evakuacijskih vježbi...
1. veljača 2021.
- ŽUPA SV. ROKA Do četvrtka mise u virovitičkoj crkvi, u srijedu...
1. veljača 2021.
- U posljednje tri godine u energetske obnovu škola, vrtića i domova...
1. veljača 2021.
- Poljoprivrednici pripremite svoje strojeve i traktore kupnjom rezervnih dijelova i opreme...
1. veljača 2021.
- U današnjoj emisiji ICV radija "Kulturni mozaik" gostuje Mihaela Kulej, ravnateljica...
1. veljača 2021.
- Na području Virovitice palo 14 cm snijega: U snježnim radostima uživajte...
1. veljača 2021.
- SEHA GAZPROM LIGA Branko Tamše novi trener NEXE-a "Gromovi" u 2...
1. veljača 2021.

silux

- Prednja lijev... Pametni sat... Klijesta stra...
- Zadnje koč... 3D Karbons... Karbonska z...
- Pametni sat... Griyani jastu... Set zupčast...
- Uredaj za au... Zaruja H4 L... LED žarulje...
- Organizator... Prednji Koči... Zadnje oblo...

kvalitetno
povoljno

DizajnICV

KLIKNI

VIŠE S WEBA



Jednostavna metoda koja rješava
prostatitis u tjedan dana



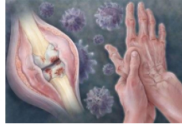
Savjeti za pomoć kod sindroma
iritabilnog crijeva



Kako izbjeći srčani udar? Učini
ovo dvaput na dan



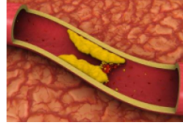
Mada Peršić: 'Luka igra sadista.
Privatno je potpuna suprotnost...'



Trenutni učinak domaćeg recepta
na zglobove. Bol nestaje već prvu
večer



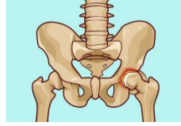
Ako brkate ova tri pojma, imate
nisku emocionalnu inteligenciju



Znakovi srčanog udara -
reagirajte na vrijeme!



Franka o pjesmi Nedodirjivi,
planovima i sinu Viktoru



Doktori oduševljeni: Jednostavan
način da ublažite bol u
zglobovima

Sponsored by Midas

stranica



brzo
kvalitetno
stranica



kvalitetno
povoljno

DizajnICV

KLIKNI

stranica



brzo
kvalitetno
stranica



Informativni centar Virovitica d.o.o.

ICV radio – čestitke i želje

ICV radio – SMS glazbene želje

ICV radio – streaming

Prelistajte Virovitički list

ICV radio | Virovitički list

www.icv.hr | www.dizajn.icv.hr

033/740-000

ISSN 1333-9230

Impressum

ICV radio | Virovitički list | www.icv.hr | www.dizajn.icv.hr

Marketing

Važni dokumenti

Uvjeti korištenja

Pravila ponašanja

Pravo na pristup informacijama

