



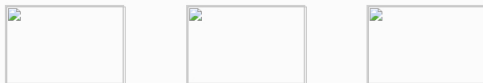
📅 30. listopada 2017.

Sudjelovanje stručnjaka iz VPŽ u edukaciji stručnih suradnika i odgajatelja učeničkih domova u RH na kojoj se govorilo o tome „Kako prevladati ispitnu tjeskobu“

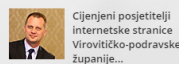
U Učeničkom domu Marije Jambrišak u Zagrebu održan je državni stručni skup (stručno vijeće) stručnih suradnika učeničkih domova u Republici Hrvatskoj na kojemu su kao predavači bili: Siniša Brias (Ispred Zavoda za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravke županije) i Ivana Martinušić (Ispred Opće bolnice Virovitica).

Tema skupa bila je suzbijanje ispitne tjeskobe. 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 psiholozi Siniša Brias i Ivana Martinušić osmislili voditi „Kako prevladati ispitnu tjeskobu“ 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. Voditelj je koncipiran 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. Na ovome skupu sudionici su u radionicama uz pomoć autora izradili instrumente za mjerenje ispitne tjeskobe, a koji će biti primijenjeni u svim učeničkim domovima u državi kako bi se dobile što preciznije informacije o tome na koji način naši učenici doživljavaju ispitne situacije.

Ovaj je državni stručni skup dio redovitog stručnog usavršavanja stručnih suradnika i odgajatelja učeničkih domova u Republici Hrvatskoj, a stručnjaci iz Virovitičko-podravke županije pozvani su gostovati u ovoj edukaciji zbog dosadašnjih rezultata u provedbi preventivnih aktivnosti među mladima u Virovitičko-podravskoj županiji. Pokazatelj je to kako su iskustva dobre prakse koja nastaju u Virovitičko-podravskoj županiji jedinstvena i kao takva prepoznata, a itekako su primjenjiva i u ostatku Republike Hrvatske. (www.zjzvpz.hr)



Riječ dobrodošlice



Cijenjeni posjetitelji internetske stranice Virovitičko-podravke županije...

Pročitaj više

Tražilica

Traži...

Istaknuti sadržaji

Obavijest o uredovnom vremenu Upravnih tijela Virovitičko-podravke županije za rad sa strankama

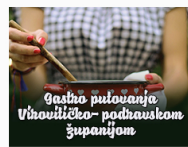
Obavijest o uredovnom vremenu Matičnih ureda u Pitomači, Novoj Bukovici, Voćinu i Suhopolju

Izjava o pristupačnosti internetske stranice Virovitičko-podravke županije www.vpz.hr

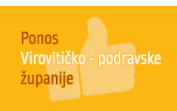
Projekt Virovitičko-podravke županije, Budi STEMpatičan najbolji je hrvatski EU projekt u kategoriji „Doprinos znanosti i inovacijama“ u izboru jutarnjeg lista, Hrvatske zajednice županije, zupana.hr i EU parlamenta

U Virovitičko-podravskoj županiji će se graditi sušionica povrća, Centar za pametnu poljoprivredu, istražiti će se geotermalni izvori, a obnovit će se željeznička pruga Osijek – Virovitica

Kuharice



Ponos županije



Društvene mreže

- Prati na Facebooku
- Prati na YouTube-u
- Prati na Twitter-u

Županijska kronika



Prijatelji

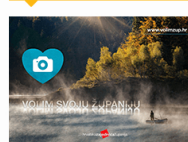




Otvoreni proračun



Volim svoju županiju



Vpz.hr koristi kolačiće za pružanje boljeg korisničkog iskustva i funkcionalnosti i prikaza stranice. Cookie postavke mogu se kontrolirati i konfigurirati u vašem web pregledniku. Nastavkom pregleda web stranice vpz.hr slažete se sa korištenjem kolačića. Za nastavak pregleda i korištenja web stranice vpz.hr kliknite na "Slažem se". [Iskrpije](#)

Slažem se