



APROBAT

Director Colegiul de Ecologie

NEGARA NINA

ORARUL ACTIVITĂȚILOR PSIHOLOGICE ORGANIZATE ON-LINE ÎN PERIODA ÎN CARE ACCESUL ÎN  
INSTITUȚII ESTE RESTRIȚIONAT

Tema	Termen de realizare	Beneficiari	Forma de activitate
<b>Consilierea Psihologică</b>			
1. Mi-e frică: Depășește-ți emoțiile	Luni 13:00-15:00	Elevi	Consiliere individuală /grup
2. Nivelul de cunoștințe și modul de adaptare la instruirea on-line	Marti 15:00-16:00	Elevi	Consiliere individuală /grup
3. Probleme de comportament și cauzele lor	Vineri 13:00-15:00	Elevi	Consiliere individuală /grup
4. Autocunoașterea și cunoașterea interpersonală	Joi 15:00-17:00	Elevi	Consiliere individuală /grup
5. Situațiile de stres. Cauze și soluții	Vineri 15:00-16:00	Elevi	Consiliere individuală /grup
6. Comunicarea eficientă profesor-elev în perioada instruirii la distanță	Marti 11:00-12:00	Cadre didactice	Consiliere individuală
7. Stresul și modalitățile de relaxare în perioada de criză	Marti 12:00-13:00	Cadre didactice	Consiliere individuală
8. Anxietatea și atacul de panică în perioada de criză.	Miercuri 13:00-15:00 Vineri 11:00 – 13.00	Cadre didactice	Consiliere individuală
9. Gestionarea constructivă și non-violentă a relațiilor părinți-copii, în contextul intruirii la distanță	Luni 10:00-12:00 Marti 9:00-10:00	Părinți	Consiliere individuală
10. Diminuarea dificultăților de învățare și interrelația părinte-copil	Miercuri 10:00-12:00	Părinți	Consiliere individuală
11. Comportamentul copiilor în situații de risc. Analiză și soluții	Joi 10:00-12:00 Vineri 9:00-11:00	Părinți	Consiliere individuală

Activitatea de Prevenție/Profilaxie			
1. Cunoașterea de sine și autoreglarea emoțională	Marți 13:00-15:00	Elevi	Psihoprofilaxie, Seminar
2. Avantajele și dezavantajele instruirii on-line	Luni 15:00-17:00	Elevi	Psihoprofilaxie Informație
3. Sensul și valoarea vieții	Miercuri 15:00-17:00	Elevi	Psihoprofilaxie Informație
4. Gândirea pozitivă și consecințele ei	Marți 16:00-17:00	Cadre didactice	Psihoprofilaxie Seminar
5. Sindromul <b>Burnout</b> -sintromul arderii profesionale simptome și consecințe	Joi 14:00-15:00	Cadre didactice	Psihoprofilaxie Seminar
6. Sisținerea psihopedagogică a elevilor în perioada premergătoare a examenelor	Vineri 16:00-17:00	Cadre didactice	Psihoprofilaxie Informație
7. Colaborarea eficientă a instituției de învățământ cu familia în perioada instruirii on-line	Joi 12:00-14:00	Părinți	Psihoprofilaxie Informație
<b>Activități organizatorice</b> <b>Activități de autinstruire</b>	Pe parcursul perioadei de instruire la distanță		

Psiholog Colegiul de Ecologie-TATARU LIDIA

DATE DE CONTACT: [tataru.lidia@mail.ru](mailto:tataru.lidia@mail.ru) ,069431185