



# HOẠT ĐỘNG TƯ VẤN TÂM LÝ TRONG TRƯỜNG HỌC

## XIN CHÀO!

### Mình là Tâm

với tên đầy đủ là CÔNG TÁC TƯ VẤN TÂM LÝ TRONG TRƯỜNG HỌC.



GIỚI THIỆU "MỘT CHÚT" NHÉ!

TÂM LÀ AI?

- Bạn đang cảm thấy lo lắng vì kỳ thi sắp tới.
- Bạn đang cảm thấy buồn vì người bạn thân "nghe chơi".
- Bạn đang cảm thấy áp lực vì bố mẹ chưa hiểu mình.
- Bạn đang cảm thấy sợ hãi vì ai đó làm điều không tốt với mình.
- Bạn đang mất hết niềm vui trong cuộc sống và học tập.
- ...

Và còn rất nhiều những câu chuyện, những lo lắng trong tâm lý... Đó là lúc bạn cần đến mình - Tâm - một người bạn quan trọng trong chăm sóc sức khỏe tinh thần tại trường học.



Một người "bạn thân" đặc biệt được trang bị kỹ năng và kiến thức về tâm lý đó!

Ồ! Nghe giống như một người bạn thân vậy...



Có chứ! Đó là khi bạn gặp khó khăn trong các mối quan hệ. Với trường hợp này, tớ sẽ trò chuyện cùng bạn, cùng xem vấn đề nằm ở đâu và phân tích cách giải quyết. Từ đó, bạn có thể đưa ra giải pháp cho bản thân.

Tớ đang cãi nhau với bạn thân và đang rất bức bối, tớ có thể tìm đến bạn không?



Tớ cảm thấy buồn khi rất cố gắng nhưng kết quả học tập không tốt. Vì thế nên tớ luôn tự ti.



Nếu bạn gặp khó khăn trong học tập, mình sẽ cùng bạn khám phá năng lực của bản thân, cùng tìm kiếm các phương pháp học tập phù hợp và thúc đẩy sự tự tin của bạn!





# HOẠT ĐỘNG TƯ VẤN TÂM LÝ TRONG TRƯỜNG HỌC



Khi bạn có vấn đề cần hỗ trợ chia sẻ như chuyện liên quan đến gia đình, bản thân, học tập, lo âu, mệt mỏi, định hướng nghề nghiệp,... bạn cũng có thể tìm mình và mình sẽ giữ bí mật cho bạn.



Tuyệt vời!  
Vậy bạn còn có thể làm được gì nữa không?



À... Khi bắt đầu vào tuổi dậy thì, tớ cũng có thể tìm đến bạn để có thêm thông tin về bản thân.



Đúng vậy! Như một người thấu hiểu các vấn đề của học sinh, Tâm luôn lắng nghe và tôn trọng các bạn. Từ đó cùng nhau tìm ra hướng giải quyết phù hợp nhất. Khi tiếp nhận, nếu vấn đề nghiêm trọng ảnh hưởng đến sức khoẻ tinh thần của bạn, mình sẽ giới thiệu đến các trung tâm uy tín!



Tớ hiểu rồi!

Khi tớ gặp các vấn đề như trầm cảm, lo âu, rối loạn phát triển,... có thể chuyển tuyến lên cấp cao hơn để được điều trị!  
Vậy Tâm sẽ nói chuyện với tớ đúng không?



Mình có thể nói chuyện riêng, có thể tổ chức thành các chuyên đề chia sẻ về một nội dung, hoạt động ngoại khoá, câu lạc bộ, diễn đàn,... tùy thuộc vào vấn đề và nhu cầu của bạn.



Các vấn đề của tớ, gia đình và nhà trường có được biết không?



Một câu hỏi thú vị! Cung cấp thông tin vấn đề của bạn với gia đình và nhà trường hay không, phụ thuộc vào sự mong muốn của chính bạn, trừ trường hợp khẩn cấp liên quan đến tính mạng, sự an toàn,... Tâm sẽ phải thông báo với các bên liên quan để đảm bảo an toàn.

Vì thế, hãy luôn tin tưởng vào "người bạn thân đặc biệt" tên Tâm này!  
Bất cứ khi nào và bất cứ vấn đề gì, bạn đều có thể tìm đến mình! Luôn lắng nghe và tôn trọng!

