

CHUYÊN ĐỀ KỸ NĂNG SỐNG: KIỂM SOÁT CẢM XÚC

🌸🌸Thực hiện nhiệm vụ năm học 2024 -2025 của nhà trường về tăng cường các hoạt động kỹ năng sống cho học sinh, Trường THCS Gia Thụy phối hợp với nhãn hàng văn phòng phẩm ClassMate tổ chức buổi chuyên đề Giáo dục Kỹ năng sống cho học sinh với chủ đề “Kiểm soát cảm xúc”.

🌸🌸Trong buổi chuyên đề, cô Hoàng Thục Anh- Thạc sĩ xã hội học, Đại sứ thiện chí của Unicef năm 2010-2015 đã cùng các em học sinh khám phá, tìm hiểu về những thay đổi rõ rệt trong tâm sinh lí ở độ tuổi tiền dậy thì và dậy thì. Sự thay đổi ấy đã khiến cho các em ở độ tuổi này gặp những khó khăn trong việc điều chỉnh, kiểm soát cảm xúc cá nhân, trở nên nhạy cảm hơn, buồn vui thất thường, dễ nổi nóng, hờn giận,... Những cảm xúc nếu không biết kiểm soát, cân bằng, sẽ dẫn đến những hành động nóng vội, có thể vô tình làm tổn thương đến mọi người xung quanh.

🌸🌸Buổi chuyên đề Giáo dục kỹ năng sống “Kiểm soát cảm xúc” của trường THCS Gia Thụy đã diễn ra thành công tốt đẹp. Đây là một hoạt động giáo dục ý nghĩa, trau dồi kỹ năng sống để các em học sinh biết làm chủ cảm xúc và có kỹ năng giải quyết các tình huống phức tạp trong cuộc sống.

















