

Anna Sigurðardóttir,
brotthvarfssérfræðingur

Seigla nemenda

Markmið: Að allir nemendur sem hefja nám við Menntaskólann við Sund
ljúki námi með stúdentspróf og jákvæða sjálfsmynd

Hvers vegna hverfa nemendur frá námi?

- 1. Námsleg og félagsleg skuldbinding
 - Hvatning og eftirfylgni
 - Félagar og vinir
- 2. Námshegðun – metnaður
 - Mætingar
 - Námsferfiðleikar
- 3. Trú á eigin getu
 - Seigla
 - Kvíði - tengdur vissum aðstæðum eða ákveðnum atriðum. Vægur kvíði getur skerpt dómgreind, einbeitingu og virkni. Kvíði verður hamlandi þegar hann stigmagnast

Seigla

- Hæfileiki til að þjálfa með sér nytsamlega hæfnipætti til að takast á við ögranir eða mótlæti í lífinu.
- Seiglu má efla og þróa alla ævina.

Hæfnipættir seiglu

- Skynjun
- Ná tökum á lífinu
- Mynda tengsl
- Jákvæðni
- Lausnamiðaður
- Heilbrigður lífstíll
- Sjálfstöryggi
- Taumhald á tilfinningum

Námskeið fyrir foreldra um seiglu

Þeim að kostnaðarlausu á matsal skólans þriðjudaginn 24. janúar 2017
kl. 19.30 til 21.30

Á námskeiðinu verður rætt um hvernig nemendur geta lært að takast á við
ögranir og komast yfir hindranir með því að efla með þeim seiglu.

Nauðsynlegt er að bóka þátttöku á netfangið annas@msund.is eða hringja í
síma 5807300 og tilkynna þátttöku.

Kennarar á námskeiðinu eru þær:

Anna Sigurðardóttir, MHR í samskiptastjórnun, brotthvarfssérfræðingur við MS.

Björg J. Birgisdóttir, MSc í náms- og starfsráðgjöf og námsstjóri við Listaháskóla Íslands.

Stuðningskerfi innan skólans og utan

- Nærumhverfi
 - Foreldrar
 - Félagar
- Náms- og starfsráðgjafar
 - Björk Erlendsdóttir
 - Hildur Halla Gyfjadóttir
- Annað starfsfólk skólans



Stuff

Oct 31, 2016 at 11:03 • ⚙️



Samfélagsmiðlar?

**If Your Child Can Operate
A Smartphone**



**They Can Use Any One
Of These**

SHARE **Stuff**

52,359,109 views