

IDENTIFICAR I GESTIONAR L'ANSIETAT

Amb la intenció de treballar els aspectes emocionals causats per la pandèmia, el passat 19 de maig, va visitar el centre la psicòloga **Vanessa Silvano** per treballar amb l'alumnat de segon de batxillerat la possibilitat d'ajudar-los a identificar l'ansietat i aprendre a gestionar-la.



L'activitat va ser organitzada des de la matèria de Filosofia i els alumnes van mostrar-se molt satisfets amb el resultat, atès que aquest curs ha estat especialment dur ja que, a més de l'habitual pressió que suposa finalitzar el batxillerat, afrontar la selectivitat i escollir els pròxims estudis, s'ha sumat la pressió dels canvis que ha suposat la pandèmia, no només en els seus estudis sinó en les seves formes de vida.

Mireia Pérez

Professora de Filosofia