



Trường TH - THCS - THPT Nam Sài Gòn



Viện Tâm Lý SUNNYCARE

LIVESTREAM CHỦ ĐỀ NHỮNG ÁP LỰC TÂM LÝ VÔ HÌNH TRONG GIỚI TRẺ

Các em học sinh trường Tiểu học – THCS – THPT Nam Sài Gòn thân mến,

Thầy cô biết rằng, trước những sự thay đổi trong tâm lý lứa tuổi và trần trở trong cuộc sống học đường, các em có nhiều nỗi suy tư và lo lắng cho học tập, tình cảm bạn bè, áp lực mình không đủ giỏi, thiếu định hướng tương lai, hoài nghi về sự lựa chọn nghề nghiệp của chính mình... Các em có những thay đổi mạnh mẽ trong tâm sinh lý và những khó khăn trong giao tiếp, thiết lập nề nếp cá nhân, kỹ năng tổ chức cuộc sống và định hình phong cách sống.

Có quá nhiều thứ phải lo lắng, nhưng cái quan trọng nhất, một áp lực vô hình tạo nên nỗi sợ hãi, tự ti, cô đơn, buồn bã, đó là chưa thấu hiểu bản thân mình, thiếu kỹ năng ứng phó những vấn đề xảy ra trong cuộc sống và nội tại chính mình.

Liệu các em có đang rơi vào những khó khăn tâm lý đó hay không?

Nếu có, hãy mở lòng chia sẻ cùng chuyên gia tâm lý - cô **Sunny Đặng Phương** ngay trong buổi Livestream này nhé.

Trong chương trình SUNNYCARE – Lắng Nghe Tâm Sự Học Đường số cuối năm tuần này, Cô Sunny Đặng Phương sẽ dành thời gian chia sẻ cụ thể, gần gũi từng tình huống khó khăn mà các em gửi đến.

- Chủ đề Livestream: **NHỮNG ÁP LỰC VÔ HÌNH TRONG TÂM LÝ GIỚI TRẺ**
- Thời gian phát sóng: **Thứ 7 lúc 15:00 ngày 18/12/2021**
- Tại Fanpage: **Đoàn Trường THPT Nam Sài Gòn**
(<https://www.facebook.com/doantruongthptnamsaigon.edu>)
- Chuyên gia tư vấn: **Cô Sunny Đặng Phương - Chuyên gia Tâm Lý SUNNYCARE**
(Tiến sỹ tâm lý học lâm sàng - Giám đốc Viện Tâm Lý SUNNYCARE)

Ngay bây giờ, các em học sinh, quý phụ huynh có thể đặt câu hỏi qua 2 hình thức:

- **Cách 1:** Gửi thông điệp muốn chia sẻ cho chương trình qua đường link tâm sự bí mật sau đây:

<https://forms.gle/Twg8VXgveXR1jxb6>

- **Cách 2:** Gọi trực tiếp đến BTC chương trình qua số 028 7300 6848

Các câu hỏi và thắc mắc của các em và quý khán giả sẽ được giải đáp trực tiếp khi chương trình LIVESTREAM được phát sóng.

Thân mời các em học sinh/phụ huynh và quý khán giả lắng nghe và chia sẻ cùng chương trình.

