

Od října 2024 se na vás budu těšit na Krkonošském gymnáziu a SOŠ.

## **PhDr. Eva Březinová**

### **Kdo jsem?**

Jsem **psycholožka a psychoterapeutka**.

### **S jakými tématy můžete přicházet?**

Od potíží a starostí ve škole (vztahy, učení), doma, s vrstevníky... přes úzkostné či depresivní myšlenky, stres, obavy, strachy, pocity osamělosti a nedostatečnosti, sexuální témata atd.

### **Jak pracuji?**

„Povídáme si“ o věcech, co vás tíží, ale i baví, abyste je měli s kým sdílet a nebyli na to sami. Dle chuti a potřeby můžeme pracovat i s tělem pomocí relaxace, focusingu či jiných technik.

V případě zájmu je možné se setkat i spolu s rodiči či pedagogy.

### **Kdy se můžeme potkat?**

**V pondělí od 8:30 do 12:30.**

Dobré je se dopředu domluvit na termínu přes telefon či osobně.

### **Kde?**

Ve Vrchlabí naproti učebně číslo 16 (s ředitelnu za zády dolů po schodech a napravo), případně na WhatsApp (video hovor).