

Telefon Zaufania dla Nauczycieli

Kategoria: Edukacja, Kultura i Sport

Opublikowano: czwartek, 13, listopad 2025 14:11

Alicja Cisowska

Odsłony: 1234

Nauczycielki i nauczyciele od 3 listopada br. mogą korzystać z bezpłatnego wsparcia psychologicznego, jakie zapewnia Fundacja Twarze Depresji.

Inicjatywa ma na celu odciążenie osób pracujących w oświacie, które coraz częściej mierzą się z presją, stresem oraz wyzwaniem emocjonalnymi związanymi z codzienną pracą.

Telefon Zaufania działa w każdy poniedziałek w godzinach 13:00-17:00. Aby uzyskać pomoc, wystarczy zadzwonić pod numer +48 510 338 182.

Po drugiej stronie słuchawki dyżuruje wykwalifikowany specjalista, który uważnie wysłucha, udzieli porady oraz odpowie na wszelkie pytania związane z sytuacjami trudnymi, zarówno zawodowymi, jak i osobistymi.

Infolinia została stworzona z myślą o tych, którzy mierzą się z przeciążeniem, wypaleniem zawodowym, stresem, ale także o nauczycielach zaniepokojonych dobrostanem swoich uczniów lub potrzebujących konsultacji dotyczącej właściwej reakcji w konkretnych sytuacjach wychowawczych.

Dzięki Telefonowi Zaufania nauczyciele mogą między innymi:

- porozmawiać z psychologiem o trudnej sytuacji związanej z uczniem,
- uzyskać indywidualne emocjonalne wsparcie i poczucie zrozumienia.

Każdy telefon jest ważny, a rozmowa może być pierwszym krokiem w stronę poprawy samopoczucia i odzyskania równowagi.

Źródło: Fundacja Twarze Depresji