

POMÓŻ SWOJEMU DZIECKU

Dzisiejsza sytuacja związana z pandemią nie służy dobru psychicznemu ludzi, zwłaszcza tych najmłodszych. Nauka zdalna, brak kontaktów rówieśniczych, poczucie osamotnienia i brak pewności, co będzie jutro przyczynia się do powstawania problemów psychicznych, spadku motywacji, rodzi lęki i depresje. Wielkim zadaniem dorosłych, którzy przecież często sami borykają się z tymi problemami, jest budowanie i wspieranie odporności psychicznej dzieci i młodzieży. Nauczyciele, ale przede wszystkim rodzice powinni skupić się, w tym trudnym czasie, na „byciu ze swoim dzieckiem”. Oto kilka wskazówek jak budować odporność psychiczną dziecka:



Beata Kowalska

Źródło (rysunek): Nauczyciel z powołania