

Drodzy Rodzice!

W tym trudnym dla nas czasie poniżej przedstawiam kilka propozycji, które mogą być dla was przydatne.

„**Mam tę moc**” jest to publikacja, która ma na celu zrozumienie sytuacji związanej z pandemią koronawirusa. Ta książka pozwoli zrozumieć dzieciom, co tak naprawdę się wydarzyło, czym jest epidemia, co to jest koronawirus i jak się go wystrzegać.

https://cloud.edupage.org/cloud/Koronawirus_ksiazeczka_dla_dzieci.pdf?z%3AyP4p%2BQqly5%2FWLv2hrndhSHvapMtLiz%2B1e%2FMCGbE3dr%2FLTiddTZHQjPgWQ13VcMoO

„**Bajka o koronawirusie**” kolejna publikacja skierowana do najmłodszych dzieci. Wyjaśnia czym jest wirus, ukierunkowana na emocje, które wywołuje w nas obecna sytuacja.

https://cloud6w.edupage.org/cloud/bajka_o_koronawirusie.pdf?z%3AUWQjK2sN%2FnTifHMMulVACrgh7SEgrkYosAFf6LqDbVKbvncUZ3EEUNLIpSwKtneh

„**Moje Emocje**” zachęcam do zagrania z dzieckiem w ruletkę. Każda osoba kręci i dzieli się swoim rozwiązaniem. Pytania rozwijają umiejętność nazywania i opisywania swoich emocji, jak i innych osób. Pobudzają kreatywność i myślenie w poszukiwaniu rozwiązań, w trudnych sytuacjach.

<https://wordwall.net/pl/resource/1031460/moje-emocje>

„**Jak rozmawiać z dzieckiem o koronawirusie**” artykuł skierowany jest do rodziców. Został napisany przez dr Magdalenę Śniegulską. Przedstawia kilka wskazówek jak pomóc swoim dzieciom, w obecnej sytuacji oraz czego unikać podczas rozmowy.

https://swps.pl/centrum-prasowe/informacje-prasowe/21361-jak-rozmawiac-z-dziecmi-o-koronawirusie?fbclid=IwAR0bbWbtdrAyT-Kc1QQvhJ6WawK760N-A9l3lW57liR_S4p0sWKyyc2o4

„**Jak poradzić sobie ze złością i złym samopoczuciem**” jest to prezentacja dotycząca złości – przedstawia fakty i mity na temat złości oraz pomysły na poradzenie sobie z gniewem.

<file:///C:/Users/Peaq/Desktop/złość%20.pdf>

„**Linia Wsparcia psychologicznego**” Instytut Psychiatrii i Neurologii uruchamia linie wsparcia psychologicznego. Zatrudnieni psycholodzy udzielą Państwu wsparcia, porad i informacji odnośnie racjonalnych zasad postępowania w obliczu stanu epidemii.

<https://mczp.edu.pl/2020/03/25/infolinia-wsparcia-psychologicznego/?fbclid=IwAR2NaIuIhAvJhVaYOJ8EvoSaTcrx1lj2Ld3AM67tIZ8ASZFApBLUjb0pgIk>

Aneta Wieteska
psycholog
wieteskasow@o2.pl