

Psycholog poleca, materiały dla dzieci i rodziców:

1. pomagające w radzeniu sobie z sytuacją pandemii koronawirusa:

- Film „*Krótki film o wirusie na literkę K i o żmii*”
https://www.facebook.com/studiodinksy/videos/2839872769442480/?hc_ref=ARQNb42hFm2cAqKW4Z9d7itG8uwfoTEfRM20K7qTdf4Hg3V33QNEAtt2tRd4x8jo4Y&fref=nf&_tn_ =kCH-R
- Bajki Cioci Doroci: „Bajka o złym koronawirusie i dobrej kwarantannie”. Dorota Bródka
- Wirusobajka: <https://www.youtube.com/watch?v=SateBIBazlw>

2. relaksujące, pomagające radzić sobie z napięciem, lękiem, stresem:

- Relaks dla najmłodszych:
<https://www.youtube.com/watch?v=P8128iS8o0g>
- Stwórz Mały Poradnik Rodzinny Bezpieczeństwa/Organizacji - dzieci mogą *pisać, rysować*
- Dbaj o relacje:
- *Nauka nie stworzyła innego równie skutecznego leku uspakajającego jak kilka ŻYCZLIWYCH SŁÓW*
- Przytulaj dziecko

“By przeżyć, trzeba nam czterech uścisków dziennie.

By zachować zdrowie, trzeba nam ośmiu uścisków dziennie.

By się rozwijać trzeba nam dwunastu uścisków dziennie”.

Virginia Satir