



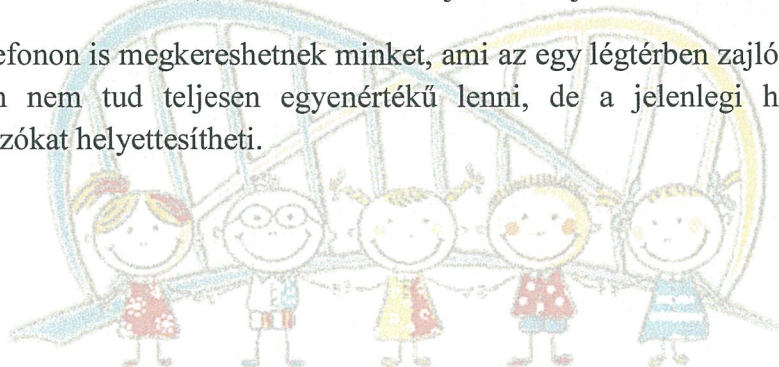
Óvodások karanténban

lelki segítség a nehéz helyzetben

Kedves Szülők! Egy mindenki számára nehéz és ismeretlen helyzettel találtuk szemben magunkat az elmúlt napokban. Kicsik és nagyok számára egyaránt megterhelő a kényszerű mozgáskorlátozás, a napokig-hetekig tartó össze- és bezártság- főleg a kisebb lakásokban.

A Szolnok Városi Óvodák óvodapszichológusaiként szeretnénk segítséget nyújtani Önöknek azzal, hogy hétről hétre egy-egy fontos téma rövid összefoglalóját, kézzelfoghatóan hasznos ötleteit töltjük fel erre a felületre, ezek segíthetnek kezelni a leggyakoribb nehéz szituációkat, illetve preventív (megelőző) jellegűek lesznek. Tervezett témáink: düh- és indulatkezelési tanácsok; stresszoldó-lenyugtató relaxációs gyakorlatok; testvérkonfliktusok kezelése; családi kapcsolatok erősítése; digitális eszközök és azok túlzott használatának hatásai az óvodásokra; a klasszikus társasjátékok fejlesztő hatásai stb.

Emellett a szülők telefonon is megkereshetnek minket, ami az egy légtérben zajló, elmélyült konzultációs beszélgetéssel ugyan nem tud teljesen egyenértékű lenni, de a jelenlegi helyzetben a személyes pszichológusi találkozót helyettesítheti.



Üdvözlettel:

Guba Veronika óvodapszichológus (06/20- 232 25 71)

és Horváth Borbála óvodapszichológus (06/20- 355 15 79)