

Informacija tėvams apie vaikų emocinę sveikatą

Šiuo metu vaikai ir paaugliai šalia kasdienių iššūkių susiduria ir su dvejus metus besitęsiančia COVID-19 pandemija, karu Ukrainoje ir su juo susijusios informacijos, nuomonių gausa bei sparčiai besikeičiančiomis aplinkybėmis. Visa tai kelia nemažai nerimo, neužtikrintumo, baimės, pykčio ar kitų negatyvių jausmų ir gali išprovokuoti sunkiai kontroliuojamą nerimą, pablogėjusią emocinę sveikatą, išauginti psichologinį pažeidžiamumą, padidinti konfliktinių situacijų šeimoje ar mokykloje, net lemti psichikos ar elgesio sunkumų atsiradimą.

Svarbu, kad tėvai nesijaustų bejėgiai, gebėtų laiku pamatyti nerimą keliančius ženklus, žinotų, kaip padėti vaikui ir kur kreiptis pagalbos.

Atmintinės tėvams apie vaikų emocinę sveikatą

<https://pagalbasau.lt/patarimai-tevams/>