

Szanowni Rodzice,

czas epidemii to czas dużych zmian w sposobie funkcjonowania naszych miejsc pracy i nauki, zmian w sposobie spędzania wolnego czasu, a tym samym w sposobie funkcjonowania naszych rodzin. Być może część z Państwa zauważyła potrzebę rozwijania swoich kompetencji rodzicielskich, wychowawczych i umiejętności pracy z własnym dzieckiem.

Z powodu wybuchu epidemii wiele warsztatów i zajęć dla rodziców zostało odwołanych lub przełożonych na późniejsze terminy. Chcemy jednak zaproponować kilka miejsc w przestrzeni internetu oraz publikacji, z których warto skorzystać w ramach samokształcenia.

Poniższy link prowadzi do fachowej publikacji z zakresu psychologii rozwojowej. Warto przeczytać ją choćby pobieżnie, aby zrozumieć z czym wiąże się rozwój naszych dzieci w wieku przedszkolnym. „Niezbędniki” zostały opracowane z myślą o dzieciach i młodzieży w różnym wieku.

<http://eduentuzjasci.pl/dziecko-nastolatek/index.php?n=ndn-seria> [do pobrania]

Wiecej: <https://wyszukiwarka.efs.men.gov.pl/search?q=niezb%C4%99dnik>

Ciekawe warsztaty oferuje dla rodziców platforma Uniqskills. Warsztaty są najczęściej płatne, ale kwoty nie są wysokie, jeśli porównać je z cenami innych warsztatów. Zaletą uniqskills jest ich dostępność online o każdej porze. Podobną ofertę ma Akademia Charakterów:

https://www.uniqskills.com/pl/terapia-psychologiczna/redukcja-leku-i-stresu-u-dzieci?a=103558/1&promo=103558/1&f=email_int&utm_medium=email_int&utm_campaign=103558/1&utm_source=email&c=&hc=&smclient=6d3b6092-90db-11e8-94f9-0cc47a1254ce&g=

<https://www.akademiacharaktery.pl/courses/detail/70>

Warto zajrzeć również do Strefy Psyche SWPS, gdzie znajdują się propozycje bezpłatnych webinarów, wykładów i artykułów o tematyce psychologicznej, przygotowanych pod kątem aktualnej sytuacji w kraju: <https://www.swps.pl/strefa-psyche/cykl-tematyczny-koronawirus>

Dla rodziców dzieci szczególnie kierowane są następujące materiały:

<https://www.swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/21383-koronawirus-jak-rozmawiac-z-dziecmi-i-wspierac-je-w-tym-czasie>

<https://www.swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/21477-jak-rozmawiac-z-dziecmi-o-koronawirusie>

<https://www.swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/17059-jak-wzmacniac-poczucie-wartosci-u-dzieci>

<https://www.swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/20004-zloszczace-sie-dziecko-czy-na-pewno-zle-i-zlosliwe>

<https://www.swps.pl/strefa-psyche/blog/relacje/5792-dlaczego-dzieci-sie-zloszcza>

Interesującą propozycję ma dla osób indywidualnych, ale także dla małżeństw i rodziców Agnieszka Pieniążek, autorka strony <https://www.domowezawirowania.pl/>

Agnieszka proponuje model Rodzicielstwa Pełnego Spokoju, opartego na trzech filarach: regulowaniu emocji, budowaniu więzi i trenowaniu umiejętności.

Być może znają Państwo również inne wartościowe treści, którymi chcieliby podzielić się z innymi Rodzicami. Zapraszamy do dzielenia się informacjami o ciekawych źródłach. Razem możemy stworzyć naszą Promykową biblioteczkę dobrych praktyk i pomysłów.