STREFA WIEDZY

fundacja twójpsycholog

Łatwiej połączyć kropki, gdy wiemy jak.

Sprawdź naszą bazę praktycznej wiedzy - artykuły i kurs.

dla rodzica | dla nauczyciela | dla rówieśnika

„To tylko gorszy czas”?

Jak rozpoznać, że nastolatek może mierzyć się z depresją?

przeczytaj →

dla rodzica | dla nauczyciela | dla rówieśnika

„Jak rozpoznać, że dzieje się coś niepokojącego?”

Kryzys psychiczny u nastolatka

przeczytaj →

dla rodzica | dla nauczyciela | dla rówieśnika

„Ciągle się boję, że coś pójdzie nie tak...”

Jak rozpoznać sygnały lęku i wspierać nastolatka?

przeczytaj →

dla rodzica | dla nauczyciela | dla rówieśnika

„Kończę szkołę i co dalej...”

Jak pomóc w trudnościach związanych ze zmianami u nastolatków?

przeczytaj →

dla rodzica | dla nauczyciela | dla rówieśnika

Jak zareagować na atak paniki u dziecka lub przyjaciela?

Praktyczny model 4xZ

przeczytaj →

dla rodzica | dla nauczyciela | dla rówieśnika

„Dlaczego tego nie zauważyłem?”

Co zrobić, kiedy młoda osoba jest w kryzysie?

przeczytaj →

dla rodzica

Mój nastolatek nie chce pomocy

Co robić?

przeczytaj →

dla rodzica

Nie zdążyłem pomóc swojemu dziecku w kryzysie

Jak poradzić sobie z poczuciem winy?

przeczytaj →

Wszystkie artykuły znajdziesz na sygnal.pl