

Redakcja Uniwersytetu SWPS

Wpływ pandemii na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży

Zdalne nauczanie, brak możliwości spotkania się z kolegami i koleżankami z klasy, wiele godzin spędzanych przed ekranem komputera, poczucie izolacji społecznej, niepewność co do odpowiedniego przygotowania do egzaminów – oto, z czym mierzą się w tym roku uczniowie. Jak pandemia koronawirusa wpływa na zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży? Czy przedłużające się odczuwanie zagrożenia, ekspozycja na stres i poczucie braku stabilizacji życia wpłynie na rozwój całego pokolenia młodych ludzi? Czy brak możliwości budowania naturalnych relacji rówieśniczych można zastąpić kontaktami w świecie wirtualnym? Jakie długofalowe skutki dla dzieci i młodzieży ma wielomiesięczna izolacja? W jaki sposób możemy w tym trudnym czasie wspierać najmłodszych i nastolatków?

Podczas webinaru w ramach cyklu **ABC Psychoterapii** rozmawiają o tym **Artur Gębka**, psycholog i psychoterapeuta związany z Kliniką Terapii Poznawczo-Behawioralnej Uniwersytetu SWPS, oraz psycholożka i psychoterapeutka poznawczo-behawioralna **Joanna Gutral**.

Link do filmiku:

https://www.youtube.com/watch?v=RQQgC40DdjY&feature=emb_title