

KAKO SKRBE TI ZA OTROKOVO DUŠEVNO ZDRAVJE



LJUBEZEN

Vzemite si čas za otroka, pokažite mu skrb in ljubezen.



BODITE PONOSNI

Povejte otroku, da ste ponosni nanj.



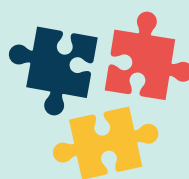
ČAS ZA POČITEK

Otroku pomagajte obvladovati stres tako, da mu omogočite dovolj časa za počitek.



PODPORA

Otroka vselej podpirajte, spodbujajte in hvalite.



REŠEVANJE TEŽAV

Pomagajte otroku uspešno reševati težave.



STROKOVNA POMOČ

Ne bojte se poiskati pomoči strokovnjakov.



POČUTJE

Naučite se prepoznati, kako se otrok počuti.



NOVA ZNANJA

Poučite se o psihičnih težavah.



VEDENJE

Bodite pozorni na spremembe v vedenju.



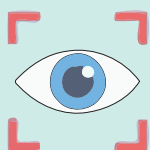
POTRPLJENJE

Bodite potrpežljivi. Ne pritiskajte na otroka.



OBVLADOVANJE STRESA

Pomagajte otroku spoznati preproste načine obvladovanja stresa, kot je sproščanje.



SIMPTOMI

Bodite pozorni na simptome, ki kažejo na otrokovo stisko.



POSLUŠANJE

Vzemite si čas, da prisluhnete temu, kar vam želi otrok povedati.



OKOLJE

Otroku nudite spodbudno okolje, v katerem bo lahko sijal.