

Kochani Bursjanie,

Mówi się, że młodzież najbardziej odczuwa dyskomfort z powodu izolacji społecznej. Przyznam szczerze, że mi również nie jest łatwo odnaleźć się w tej trudnej sytuacji.

Bardzo mi brakuje spotkań z Wami. Mam nadzieję, że Wy dobrze sobie z tym radzicie.

Domyślam się, że po takim długim czasie przebywania w domu pewnie zrobiliście już wszystko, co było możliwe.

Co możemy jeszcze?

Już mówię ☺

Tęsknicie pewnie za spotkaniami ze znajomymi? Nic dziwnego, chyba każdemu w mniejszy czy większy sposób doskwiera samotność.

Dlatego pozostajmy z nimi w kontakcie! Wykorzystajmy mądrze Internet, przecież możemy się widzieć i słyszeć! ☺

Możemy się spotykać, wpić razem kawę, zagrać w grę, pouczyć się, czy zjeść kolację (oczywiście online).

Nie izolujmy się od innych! Dbajmy o wspólne relacje i utrzymujmy więź!

Kiedy jednak zaczniesz odczuwać niepokój, pustkę, smutek, brak motywacji do działania czy nauki nie zamykaj się przed innymi.

Pamiętajcie, że zawsze możecie do mnie zadzwonić czy napisać ☺

Ściskam wam mocno!

Psycholog

Milena Trelewicz