**Lęk i smutek - jak pomóc dziecku osiągnąć spokój?**

**Życie z lękiem i smutkiem bywa ciężkie dla dziecka. Zabiera radość z codziennych czynności. Paraliżuje i utrudnia codzienne funkcjonowanie, odbija się także na nauce. Nie daje wytchnienia nawet nocy, zaburzając sen i powodując ciągłe niewyspanie. A dziecko staje się coraz bardziej wycofane i nieobecne.**

- Wiemy, jak ważne jest wsparcie rodzica w tej pięknej podróży, jaką jest rodzicielstwo. Nie ma szkół, gdzie nauczą się, jak być rodzicem. A mają całe mnóstwo wątpliwości. Potrzebują rozwijać kompetencje rodzicielskie, szukają odpowiedzi, inspiracji. Dlatego przychodzimy im z pomocą. Już 22 maja odbędzie się spotkanie z psychologiem i psychoterapeutą, autorem książek terapeutycznych dla dzieci - Arturem Gębką, na które serdecznie zapraszamy - mówi Monika Kamińska-Wcisło z Centrum Nauczania Domowego, która prowadzi webinary.

Razem z Arturem Gębką autorem książek: „Znikodem i zagadka lęku”; oraz „Smutek, którego nikt nie chciał” - postaramy się zrozumieć lęk i smutek i rozpoznać, kiedy te uczucia się pojawiają oraz pomóc dziecku osiągnąć spokój i odzyskać radość.

[Wydarzenie jest bezpłatne. Aby otrzymać link, wystarczy się zarejestrować:](https://pzpo300.clickmeeting.com/domowy-punkt-widzenia-i-lek-i-smutek-jak-pomoc-dziecku-osiagnac-spokoj-/register)

Artur Gębka - psycholog, psychoterapeuta poznawczo-behawioralny. Autor książek dla młodych czytelników, m.in. "Znikodem i zagadka lęku", "Smutek, którego nikt nie chciał". W przeszłości związany z Ośrodkiem Interwencji Kryzysowej, obecnie pracuje w Centrum Zdrowia Psychicznego, gdzie prowadzi psychoterapie dzieci, młodzieży i osób dorosłych. Zajmuje się również działalnością szkoleniową i psychoedukacyjną.

Jedną z placówek, która regularnie i nieodpłatnie wspiera rodziców w zakresie wychowania, pedagogiki, psychologii dziecka jest Centrum Nauczania Domowego. Już od ponad dwóch lat realizuje swój autorski projekt: „Domowy punkt widzenia”, mający postać cyklu webinarów gdzie do rozmowy zaprasza autorów książek i poradników dla rodziców.

Wśród dotychczasowych gości projektu znaleźli się m.in. Aga Rogala - terapeutka rodzin; Sylwia Bujko (Holimama) - absolwentka certyfikowanych kursów u dr Rossa W. Greene’a oraz w Familylab® Jespera Juula; Angelika Talaga (GODMOTHER) - neurobiolog edukacyjny, trener rodziców; Katarzyna Mitschke - pedagog i autorka książki pt. „Kiedy szkoła jest problemem?”; Agnieszka Kozak psycholog i autorka książek, Agnieszka Stein - psycholog i autorka książek, dr Agnieszka Dąbrowska i dr Marta Niedźwiedzka specjalistki w dziedzinie psychiatrii, Marta Cieśla - psycholog i psychoterapeutka, specjalistka w dziedzinie ADHD, wspierająca osoby neuroróżnorodne.