

## **Niwelowanie negatywnych skutków wywołanych COVID-19 - Czerwiec 2021**

Prowadzenie działań mających na celu niwelowanie negatywnych skutków wywołanych COVID-19 - czerwiec 2021

W kontekście zbliżającego się lata, miesiąc czerwiec w realizowanym w Sandomierzu projekcie „Prowadzenie działań mających na celu niwelowanie negatywnych skutków wywołanych COVID-19 ” to czas wzbudzania się pozytywnej energii i motywacji do działania. Likwidacja wielu obostrzeń z pewnością zwiększyła poczucie wewnętrznej stabilności i bezpieczeństwa. Pojawiają się myśli i emocje nasycone lękiem związane z oczekiwaniem potencjalnego zagrożenia pandemicznego, ale są one naturalną konsekwencją doświadczania długotrwałej sytuacji kryzysowej. Wsparcie psychologiczne umożliwia utrzymanie tych trudnych, ale naturalnych emocji w ryzach rozwijając umiejętność samokontroli własnych emocji i automatycznych negatywnych myśli.













