



Opublikowane na: Mława (mlawa.pl)

Autor: Agnieszka Puzio-Dębska

Mławscy psychologowie prowadzą konsultacje e-mailowe i telefoniczne

Publikowane od
07.05.2020 08:25:34



W czasie pandemii koronawirusa specjaliści chcą pomóc tym, którzy nie radzą sobie z tą trudną sytuacją. Specjaliści gotowi są, aby odpowiedzieć na najtrudniejsze pytania, rozwiać wątpliwości, podpowiedzieć rozwiązania.

Aktualnie wiele osób może doświadczać ostrej reakcji na stres. Mogą nasilić się dotychczasowe reakcje lękowe czy pojawić nowe, związane z izolacją, czy brakiem akceptacji sytuacji w jakiej się znajdujemy.

Do kogo adresowane jest wsparcie? Do osób samotnych, starszych, źle znoszących izolację, do osób w kryzysie związanym z kwarantanną lub leczeniem, do personelu medycznego i przedstawicieli służb, szczególnie teraz obciążonych.

Rodzice otrzymają wskazówki/porady dotyczące postępowania z dziećmi, które znalazły się w nowej, nieznanej sobie sytuacji (brak zwykłych kontaktów z rówieśnikami, zabaw w przedszkolach, codziennej nauki w szkole, która zastąpiona została w sposób nagły nauką zdalną). Wreszcie pomoc mogą otrzymać uczniowie, dotyczącą nie tylko sytuacji i kłopotów szkolnych, ale przede wszystkim związaną z lękami i stresem.

Zachęcamy do skorzystania ze wsparcia psychologicznego.

Aktualnie najbardziej preferowanym kontaktem to dyżur telefoniczny psychologa. Dyżur będzie pełniony w każdy czwartek od godz. 14.30 do godz. 18.30 pod numerem 23 654 56 38 w. 411.

Zostały również utworzone adresy e-mail pod które można wysłać pytania, podzielić się swoją aktualną sytuacją, uzyskać wsparcie. Prosimy pisać na adres [psycholog@mlawa \[dot\] pl](mailto:psycholog@mlawa.pl) ([psycholog\[at\]mlawa\[dot\]pl](mailto:psycholog[at]mlawa[dot]pl)), bądź na [profilaktyka@mlawa \[dot\] pl](mailto:profilaktyka@mlawa.pl) ([profilaktyka\[at\]mlawa\[dot\]pl](mailto:profilaktyka[at]mlawa[dot]pl)).

Zachęcamy do kontaktu.

Adres źródłowy: <https://mlawa.pl/arttykul/mlawscy-psychologowie-prowadza-konsultacje-e-mailowe-i-telefoniczne>