



Prasidėjus COVID-19 pandemijai, psichologė Virginija Guogienė kviečia pasinaudoti saugiomis konsultacijomis nuotoliniu būdu.

Reaguoju į paskutines žinias ir gerbdama bei saugodama kiekvieną žmogų informuoju, kad karantino laikotarpiu teiksiu konsultacijas nuotoliniu būdu – Skype, Messenger, Viber. Nuotolinis kontaktas iš pat pradžių gali atrodyti nejaukus ir ne visiškai priimtinas, bet jis yra plačiai naudojamas ir jis ne mažiau efektyvus, kaip ir tiesioginis susitikimas.

Šiuo laikotarpiu stipriau jaučiama baimė ir nerimas dėl to, kad negalime visko sukontroliuoti. Sunkumų gali iškilti tiems, kas jaučia baimę, įtampą, nerimą, išgyvena santykių krizę, susiduria su vaikų auklėjimo iššūkiais, pykčio protrūkiomis. Gali iškilti santykių sunkumai, nuo kurių buvome įpratę lengvai pabėgti į darbą, pramogas, skubių reikalų tvarkymą, apsipirkimą.

Kviečiu visus, kuriems norisi palaikymo, supratimo šiuo nepaprastu laikotarpiu pasikalbėti ir susidėlioti mintis į šiek tiek ramesnes lentynėles. Siūlau susisiekti asmeniškai tel. 862551985 ir susitarti dėl virtualaus kontakto būdo.

Psichologė Virginija Guogienė

