Drodzy Rodzice i Opiekunowie

W związku z przedłużającą się sytuacją epidemiologiczną w kraju oraz związanymi z tym ograniczeniami w funkcjonowaniu Powiatowej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Tarnowie pragniemy dołożyć wszelkich starań, aby podtrzymać naszą współpracę i zapewnić Państwu wsparcie w postaci konsultacji i porad.

Sytuacja w kraju wyzwala u każdego z nas różne emocje, nastroje, a także refleksje. Nadzieja przeplata się z lękiem o przyszłość, tę dotyczącą zdrowia, ale i bytową. W nowych okolicznościach należy szczególnie chronić dzieci, stworzyć im bezpieczne i przyjazne warunki do codziennego funkcjonowania. Niewątpliwie oczekuje się od nas dorosłych umiejętności odnalezienia się w nowej rzeczywistości, pełnej niepewności i stresu. Ktoś może powiedzieć: *Jesteście rodzicami, opiekunami musicie być odpowiedzialni i wspierać Wasze dzieci!* To prawda, ale czasami możemy czuć się bezradni, zmęczeni obowiązkami i problemami dnia codziennego, które niejednokrotnie związane są z naszymi pociechami. Utrzymująca się sytuacja epidemiologiczna sprawia, że doświadczamy różnych odczuć, od lęku, niepewności po złość i frustrację. Nie wiemy już jak rozmawiać z nastolatkiem, który po raz kolejny nie słucha, co chcemy powiedzieć, jak reagować, gdy dziecko odczuwa lęk i płacze. Nie potrafimy znaleźć konstruktywnego sposobu na rozwiązanie konfliktów między rodzeństwem. Trudno nam zmotywować dziecko do zdalnej nauki.

Drogi Rodzicu i Opiekunie, dobro dziecka stawiasz na pierwszym miejscu, ale musisz pamiętać o sobie i zatroszczyć się o kondycję psychiczną i fizyczną, szczególnie teraz, w tym niepewnym czasie. Jeżeli obserwujesz u siebie trudności, nie radzisz sobie w nowych okolicznościach funkcjonowania to zachęcamy do korzystania z pomocy specjalistów. Nie dopuść do długotrwałego napięcia emocjonalnego, które utrudni Ci prawidłowe funkcjonowanie na wielu płaszczyznach życia. Zadzwoń lub napisz do nas!

Specjaliści Powiatowej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej świadczą pomoc psychologiczno-pedagogiczną, **od poniedziałku do piątku w godz. 8:00-12:00,** w formie konsultacji i porad udzielanych drogą elektroniczną lub telefoniczną. Pamiętaj, czasami jedna rozmowa ze specjalistą pozwoli rozwiać Twoje wątpliwości, uzyskać informację i wskazówki, jak rozwiązać problemy, z którymi się borykasz.

Drogi Rodzicu i Opiekunie, pamiętaj, że każdy z nas ma prawo prosić o rozmowę i wsparcie. Życzymy Państwu dużo zdrowia, cierpliwości i wytrwałości w obecnej, trudnej dla nas wszystkich sytuacji oraz umiejętności cieszenia się powszechnym spowolnieniem pędu życia.

Dyrektor i Pracownicy
PPPP w Tarnowie

„Człowiek może wznieść się ponad okoliczności i osiągnąć wszystko, co zaplanuje, jeśli cechuje go niewzruszona wytrwałość i pozytywne nastawienie."

Samuel Smiles

Jesteśmy dla Państwa dostępni pod numerami telefonów:

PPPP w Tarnowie: 14 627 29 59
Filia w Tuchowie: 14 652 64 94
Filia w Wojniczu: 14 650 11 31
Filia w Żabnie: 14 645 69 36

oraz adresami mailowymi:
PPPP w Tarnowie: sekretariat@pppptarnow.pl
Filia w Tuchowie: filiatuchow@pppptarnow.pl
Filia w Wojniczu: filiawojnicz@pppptarnow.pl
Filia w Żabnie: filiazabno@pppptarnow.pl