

ЗАЧЕМ ЛЮДИ ПРИХОДЯТ К ПСИХОЛОГУ?!

Они преследуют совершенно различные цели. Кто-то приходит из любопытства: что это за человек психолог и чем они занимается. Кому-то необходим собеседник — внимательный и отзывчивый. Кто-то попал в тяжелую ситуацию и ищет помощи. Приходят люди открытые и доброжелательные, измученные и удрученные, настороженные даже недоверчивые — с немым вопросом в глазах “а выйдет ли из этого что-нибудь путное”?

Конечно, психолог — это не спаситель. Он, скорее, помощник. Он поможет вам по-новому взглянуть на себя и окружающих, подскажет возможные выходы из непростых ситуаций, поддержит, если вам необходима поддержка.

Супружеские проблемы, осложнения в отношениях между родителями и детьми, конфликты на работе, неуверенность в себе — сталкиваться со всем этим приходится ежедневно. Нередко человек сам не понимает, что с ним происходит, просто чувствует, что “что-то не так”. Разобраться с этим “что-то” — тоже задача психолога.

Медики любят говорить, что нужно не бороться с болезнью, а предотвращать ее. В равной степени это относится и к психологическому здоровью. Позаботьтесь о себе!

В период учебы в университете у любого студента могут возникнуть сложности, связанные с самыми разнообразными моментами жизни:

Как строить отношения с близкими людьми, однокурсниками, преподавателями?

Как понимать окружающих людей и себя?

Как дружить и любить?

Как организовать свою учебную деятельность?

И не всегда поделишься с лучшим другом или с родителями. Что же делать в этом случае, к кому обратиться за помощью?

Психологическую поддержку людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации может оказать психолог. Он может помочь человеку преодолеть стресс, увидеть собственную ситуацию со стороны, иначе отнестись к ней и, если нужно, принять решение или изменить свое поведение, найти новые возможности выхода из сложной ситуации, а также вновь обрести способность справляться в дальнейшем с проблемами самостоятельно. При этом, обращаясь к психологу, ты можешь быть уверен в конфиденциальности разговора, ведь и содержание твоего разговора с ним, и результаты тестирования, и рекомендации, полученные тобой, носят закрытый характер и никому не передаются.