

Тема: Индивидуальные консультации на тему семейных проблем

Что такое индивидуальная консультация?

Семейные проблемы могут оказывать значительное влияние на эмоциональное состояние человека. Индивидуальные консультации помогают студентам разобраться в сложных ситуациях, найти пути решения и получить профессиональную поддержку.

Как проходят консультации?

1. Первичный контакт

 Установление доверительных отношений между студентом и психологом.

 Разъяснение целей консультации и принципов конфиденциальности.

2. Диагностика ситуации

 Анализ причин семейных конфликтов или сложностей.

 Оценка влияния ситуации на эмоциональное состояние студента.

3. Планирование работы

 Разработка индивидуального плана действий.

◆ Определение методов и стратегий выхода из кризисных ситуаций.

4. Практическая работа

 Разбор конкретных жизненных сценариев.

 Обучение методам стрессоустойчивости и эффективной коммуникации.

5. Рекомендации

 Советы по улучшению семейного климата и налаживанию общения.

 При необходимости — направление к узким специалистам (семейным терапевтам).

6. Заключение

 Подведение итогов встречи и обсуждение дальнейших шагов.

 Назначение повторных консультаций, если требуется продолжение работы.

Ожидаемые результаты

 Осознание глубинных причин семейных проблем.

 Улучшение навыков общения и управления конфликтами.

 Повышение уровня эмоциональной устойчивости и гармонии в отношениях.

Тема: Индивидуальные консультации на тему семейных проблем



Последствия семейных проблем

⚠ Эмоциональное напряжение

1. Повышенный уровень тревожности и стресса.

2. Чувство одиночества и эмоциональной подавленности.

⚠ Конфликты и недопонимание

1. Усиление разногласий между членами семьи.

2. Снижение доверия и разрушение эмоциональной связи.

⚠ Влияние на личностное развитие

1. Формирование негативных установок о взаимоотношениях.

2. Затруднение в общении и построении здоровых связей в будущем.

⚠ Проблемы с самооценкой

1. Чувство вины, неуверенность в себе.

2. Сложности в принятии решений и выражении своих эмоций.



Как минимизировать последствия?



Обращаться за профессиональной поддержкой при необходимости.



Осваивать методы конструктивного общения и эмоциональной устойчивости.



Работать над восстановлением доверия и взаимопонимания.



Развивать навыки саморефлексии и самоподдержки.



СППС УпоИВР ЦИРиДМ на протяжении всего периода обучения оказывает содействие в решении сложных жизненных ситуаций.

Помогаем справиться с психологическими трудностями

Проводим работу по социально-педагогической поддержке и оказанию психологической помощи обучающимся и родителям.

13-ый корпус БНТУ

каб. №204, тел. 293-95-52; каб. №310а, тел. 293-96-79;

каб. №205, тел. 293-95-53; каб. №207, тел. 293-96-44

Мы рядом!

Конфиденциальность
гарантируем!