



## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА СЛУЖБА

Кам'янець-Подільського національного  
університету імені Івана Огієнка

Соціально-психологічна служба надає свої послуги студентам, аспірантам, викладачам та співробітникам університету на *безоплатній* основі.

У роботі служба дотримується **правила конфіденційності**.

### РОБОТА З ПСИХОЛОГОМ ДАЄ МОЖЛИВІСТЬ:

- ✓ знайти вихід із проблемної ситуації;
- ✓ позбутися страхів, переживань, відчуття самотності та інших неприємних відчуттів;
- ✓ навчитись самостійно організувати навчальну діяльність та досягати успішних результатів;
- ✓ пізнати краще себе (свій характер, здібності, можливості, тип особистості і т.д.);
- ✓ навчитись розуміти себе і свої переживання та адекватно виражати почуття;
- ✓ навчитись уникати конфліктів та «правильно» виходити з них;
- ✓ полюбити себе та життя;
- ✓ дізнатися як зберегти або відновити душевну рівновагу;
- ✓ стати впевненим у собі, у своїх силах;
- ✓ навчитись ставити цілі та досягати поставленої мети;
- ✓ навчитись розуміти інших людей та їх проблеми;
- ✓ дізнатися як налагодити стосунки з оточуючими людьми та зберегти їх;
- ✓ сформувати навички ефективного спілкування та ін.

Крім індивідуальних психологічних консультацій ви можете стати учасником тренінгової групи (соціально-психологічний тренінг адаптації, згуртування колективу, тренінг розв'язання конфліктів тощо).

Тренінги відбуваються за запитом учасників (студентів, представників студентського самоврядування, кураторів, викладачів, адміністрації університету), а також з ініціативи соціально-психологічної служби університету (відповідні оголошення розміщуються на сайті університету та інформаційних стендах). Реєстрація на участь у тренінгу за телефоном або при особистій зустрічі з психологом.

<b>Діяльність служби забезпечується практичними психологами</b>	
<b>Логвіна Оксана Анатоліївна</b>	<b>Данчук Юлія Петрівна</b>
тел. 096-427-35-56	тел. 067-602-68-58
<b>Графік роботи:</b> Середа: 15:00-16:00; Четвер: 15:00-16:00 (310 ауд. головного корпусу, за попереднім записом) Понеділок, вівторок, п'ятниця – робота на факультетах (за запитом)	