Biuro Wsparcia Osób z Niepełnosprawnością (BON) ZUT w Szczecinie informuje o możliwości skorzystania z konsultacji psychologicznych dla studentów oraz doktorantów naszej Uczelni, którzy są osobami z niepełnosprawnością lub osobami ze szczególnymi potrzebami
i wymagają takiego wsparcia.

W jakich sytuacjach warto skorzystać z pomocy psychologa?

* kiedy bieżące problemy utrudniają codzienne funkcjonowanie
* kiedy obserwujesz u siebie spadek nastroju, apatię, długotrwały smutek, przygnębienie
* kiedy coś Cię niepokoi i chcesz porozmawiać o tym w atmosferze szacunku i zaufania
* kiedy wydarzyło się w Twoim życiu coś trudnego (np. strata, rozstanie, śmierć bliskiej osoby, kryzys w ważnej relacji)
* kiedy czujesz się samotny/samotna i trudno Ci nawiązywać relacje z innymi
* kiedy nie rozumiesz swoich zachowań lub emocji
* kiedy Twoje samopoczucie uniemożliwia Ci wykonywanie obowiązków i udział
w życiu społecznym
* kiedy nie masz sił
* kiedy to czego doświadczasz w życiu sprawia wrażenie niemożliwego do pokonania
* kiedy masz poczucie beznadziejności życia
* kiedy zdarzają Ci się myśli samobójcze

Skontaktuj się z nami, jeśli czujesz potrzebę rozmowy.

Nasz psycholog - mgr Paulina Jagodzińska

e-mail : pjagodzinska@zut.edu.pl

tel.: 91 449 58 82 (od poniedziałku do piątku w godz. 7.30-14.30) – kontakt do BON w celu ustalenia terminu spotkania

-