



KÖZÉLET POLITIKA HÍRZÓNA SPORT SZÓRAKOZÁS KULTÚRA KÖZÖSSÉG EGÉSZSÉG GAZDASÁG

EGYETEM

Léleknavigátor segít online a szegedi egyetem diákjainak



Megjelent: 2020.03.30. 07:06

Szerző: **Róth Balázs**

Megosztás 0

A mindannyiunk számára jelentősen megváltozott élethelyzet komoly próba elé állítja alkalmazkodó képességünket. Jelentősen befolyásolja társas kapcsolatainkat, érzelmi életünket, rövid és középtávú céljainkat. A Szegedi Tudományegyetem hallgatóinak online tanácsadással segít a Léleknavigátor.

Az oktatás is áttevődött az online térbe, ezzel más kompetenciákat és tanulási stratégiákat követelve oktatótól és hallgatótól egyaránt.

A markáns változások sorába tartozik az a jelenség is, hogy mozgástered beszűkül, így például lehetséges, szüleiddel laksz ismét együtt, holott már elindultál a függetlenedés útján. Az is lehet, hogy barátoddal vagy barátnőddel töltöd a nap 24 óráját, amely lehet ajándék, de lehet konfliktusok forrása is.

Azt ajánljuk, hogy bármilyen kérdés foglalkoztat, vagy elakadtál egy konfliktus megoldásában, vagy ez a most kialakult veszélyhelyzet aggodalmakat, kétségeket ébreszt benned, **a Léleknavigátor megoldást nyújthat a problémákra.**

Az e-mailen keresztül történő tanácsadás elsődleges célja, lehetőséget biztosítani számodra, hogy a saját problémáidat megfogalmazhasd, megoszthasd, annak érzelmi vonatkozásaira visszajelzést kaphass külső szemlélőtől, tapasztalt szakembertől, amely segíthet, hogy a problémáidra, élethelyzetedre saját működésére kívülről ráláthass, új megoldási módokat fogalmaz meg, és kisebb érzelmi teher nehezedjen rád. A szolgáltatás ingyenes és anonim.

(Forrás: SZTE)

HASONLÓ TÉMÁK:

OLVASTA MÁR?



Bezárt a mindszei piac is

KÖVETKEZŐ

A rendeleti kormányzás lehetőségéről szavaznak a képviselők



FRISS NÉPSZI

KÖZLEKEDÉS
Öt kilométer
CsanádpalóEGÉSZSÉG 2
Hamarosan
fertőzött vaILLEGÁLIS BE
Horvát emb
emeltek váHÍRZÓNA 20
A gazdaság
célja, hogy
munkájaTŰZ 2020.03
Kigyulladt eEGÉSZSÉG 2
Ismét elhur
tizenhatan
koronavírúHÍRZÓNA 20
Környezetv
nyertek a vKÖZÉLET 20:
Ötvenegy k
lettek a kó

EZ IS ÉRDEKELHETI

EGYETEM