

Сэтгэл зүйн зөвлөгөөнд хэрхэн хамрагдах вэ?

Сэтгэл зүйн зөвлөгөө нь таны сэтгэл санааны асуудлыг сонсож, ойлгож, өөрийн асуудлаа өөрөө шийдвэрлэхэд тусалдаг мэргэжлийн дэмжлэг юм.

Сэтгэл зүйн зөвлөгөөнд хэн хамрагдах боломжтой вэ?

- Оюутан – Салбар сургуулиудын оюутан, суралцагчид
- Багш, ажилтан – Ажлын байрны дэмжлэг
- Олон нийт – Гэр бүл, хувь хүн

МУБИС-ийн салбар сургуулиудын оюутан, багш, ажилчдад сэтгэл зүйн зөвлөгөө үнэ төлбөргүй үзүүлэх бөгөөд мэргэжлийн сэтгэл зүйч мэдээллийн нууцыг чандлан хадгалж ажиллана.

Сэтгэл зүйн зөвлөгөө яагад чухал вэ?

- Сэтгэл хөдлөлөө зохистой илэрхийлж, зохицуулах дадалд суралцана
- Стресс, түгшүүрийг таньж, зохицуулах чадварт суралцахад тусална
- Өөрийгөө танин мэдэх, шийдвэр гаргахдаа итгэлтэй болоход дэмжинэ
- Асуудлаа өөр өнцгөөс харж, зөв шийдвэрлэхэд тусална
- Шалгалтын айдас, сургалтын стресс зэрэг суралцахуйтай холбоотой асуудал болон хувь хүний хөгжлийн чиглэлээр мэргэжлийн дэмжлэг авахад тусална

- Суралцах болон ажлын бүтээмжийг сайжруулж, төвлөрлийг дэмжинэ
- Гэр бүл, найз нөхөд, багш, сурагчийн харилцааны асуудлыг шийдвэрлэхэд сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлнэ.
- Сэтгэл гутрал, ганцаардал зэрэг хүнд мэдрэмжээс сэргийлэхэд сэтгэл зүйн дэмжлэг үзүүлнэ.



Зөвлөгөөний цаг авах

Доорх утас, и-мэйл, Фэйсбүүк хуудсаар холбогдож эсвэл биечлэн ирж зөвлөгөөний цаг товлох боломжтой.

ХОЛБОО БАРИХ

Утас: 99087640, 80654144

И-мэйл: psy.center@msue.edu.mn

Хаяг: МУБИС, хичээлийн 9-р байр, 206 тоот

Фэйсбүүк: МУБИС-Сэтгэл зүйн үйлчилгээний төв

