

# Психология

ГУ-ВШЭ

Центр психологического  
консультирования

# Контакты

- **Адрес:** Славянская площадь, д. 4/2; ком. 212; проезд: м. Китай-город
- **Телефон:** 924-62-40
- **Время приема:** понедельник - пятница (кроме четверга) с 10.00 до 18.00
- С вопросами записи на консультацию можно обращаться к  
Макаровой Ирине Вилориевне  
Пестовой Елене Николаевне



# Описание

Центр психологического консультирования оказывает студентам, преподавателям и сотрудникам ГУ-ВШЭ квалифицированную, анонимную и бесплатную психологическую помощь и поддержку.

# Основные направления работы центра:

- **психологическая диагностика** (способности, личностные особенности, интеллект, профориентация, психологическая совместимость и др.);
- **индивидуальное психологическое консультирование** (неуверенность в себе, трудности и конфликты в отношениях с другими людьми, стресс, страхи, депрессия, проблемы в учебе, неудовлетворенность работой, интерес к самопознанию и др.)
- **социально-психологические тренинги** (тренинги общения, личностного роста, подготовки к экзаменам и др.)



# Консультации

В каких случаях психолог может помочь?

- неудовлетворенность своими достижениями в учебе или работе;
- неуверенность в себе, низкая самооценка;
- страхи, бессонница, депрессия;
- неудовлетворенность в отношениях, конфликты;
- хроническая усталость, стресс;
- стремление разобраться в себе и окружающем мире;

# Время консультаций

На консультацию можно прийти в **будни (кроме четверга) с 10:00 до 18:00**. Предварительно позвоните по тел. 964-62-40 или напишите e-mail.



# Тренинги

## Социально-психологические тренинги

Активное социально-психологическое обучение позволяет за счет создания особой творческой атмосферы в группе наиболее эффективно формировать мотивацию на изменение, устранять мешающие стереотипы восприятия и взаимодействия, осваивать новые формы поведения, использовать взаимное обучение членов группы. Для студентов предлагается работа по трем основным направлениям:

- Антистрессовые тренинги
- Тренинги, ориентированные на поддержку формирования образа Я
- Тренинги межличностный отношений

# НОВОСТИ

## **17 февраля - семинар "Career development"**

В феврале - марте Центр развития карьеры ГУ-ВШЭ, Центр психологического консультирования ГУ-ВШЭ, деловая газета "Ведомости" представляют новую программу - общеуниверситетский цикл семинаров "Развитие карьеры", посвященный изучению рынка труда молодых специалистов и навыков построения карьеры.

Первый семинар пройдет 17 февраля в 12:10 в здании ГУ-ВШЭ на ул. Кирпичная, ауд. 505.

Чтобы записаться на семинар, пожалуйста, отправьте заявку через форму обратной связи сайта ЦРК (<http://career.hse.ru/feedback/>), в поле "Тема" указав "ЦРК: развитие карьеры". Приглашаем слушателей ФДП, студентов, выпускников и сотрудников ГУ-ВШЭ.