

Южный федеральный университет

Лекция

# «Технологии совладания с кризисными ситуациями»

для магистрантов  
заочной формы обучения

Составитель: к. псих. н., доцент  
Зинченко Елена Валерьевна

Ростов-на-Дону, 2021



Человек

Человек

Человек

• Субъект

• Объект



# Факторы, характеризующие жизнь современного человека

- Большой поток информации
- Динамичность изменений мира
- Ускоряющийся темп жизни
- Поверхностные контакты (большое количество)
- Новые технологии, требующие постоянного обучения и развития
- Многозадачность
- Нестандартность решаемых задач
- Необходимость работы в условиях неопределенности
- Рыночная экономика актуализирует спрос на реализованную личность



# Варианты работы психолога

- Вместо клиента
- За счет клиента
- Вместе с клиентом

# Распределение ресурсов человека по сферам жизни

