

В подборке представлены консультативные службы КФУ, в которых задействованы студенты разных направлений деятельности. В рамках этих объединений сотрудникам и студентам нашего вуза оказывается бесплатная помощь – нужно только записаться на прием.

СЛУЖБА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ КФУ



Если вы не чувствуете душевного комфорта, спокойствия, страдаете депрессией, или просто волнуетесь перед предстоящим выступлением на конференции, советуем вам обратиться именно сюда. Психологическая служба функционирует с **2000 года** в структуре Отдела организации медико-профилактической работы и психологической помощи. Отдел возглавляет **Владимир Двоеносов**, руководителем психологической службы является старший педагог-психолог **Алена Захарова**. Так же в службе работают еще два педагога-психолога – **Надежда Афанасьева** и **Мария Вотинцева**. Также при психологической службе функционирует волонтерское движение для студентов-психологов. Сотрудники службы рассказали нам об услугах, которые они оказывают студентам и

работникам КФУ.

Индивидуальные консультации – это возможность получить квалифицированную помощь и поддержку по вашей проблеме, осознать и изменить малоэффективные модели поведения, для того, чтобы принимать важные решения, устранять возникающие проблемы, достигать поставленных целей, жить в гармонии с собой и окружающим миром. Психолог помогает человеку найти свои внутренние ресурсы, осознать ранее подавленные переживания и стереотипы поведения. На психологической консультации люди понимают причины своих трудностей и учатся с ними справляться.

Психологические тренинги – это форма группового обучения, направленная на получение навыков эффективного поведения, решение внутриличностных проблем, самопознание и всестороннее развитие личности. На данный момент действуют следующие еженедельные тренинговые курсы «Потенциал личности», «Креативность», «Стрессоустойчивость и саморегуляция», а также танцевально-двигательные тренинги.

Психологические мастерские – открытые занятия для всех интересующихся психологией, самопознанием, развитием. Если тренинги направлены, скорее, на формирование навыков и практическую работу, то мастерские имеют более гибкий формат, в рамках которого проводятся: дискуссионный психологический клуб, киноклуб, соционическая мастерская, различные лектории и многое другое.

Мастерская практической психологии – занятия для студентов-психологов, волонтеров службы, направленные на получение практических навыков работы психологом, обмен знаниями, повышение квалификации.

Психодиагностика личности – различные виды тестирований, опросов, проективных методик, направленных на выявление психических свойств и черт личности, например, таких как: личностные особенности (темперамент, самооценка, характер,

ценности), деловые и профессиональные качества, особенности мотивации (в профессиональной деятельности, личной сфере, взаимоотношениях).

Телефон доверия – средство для оказания дистанционной экстренной психологической помощи. Предоставляет возможность анонимной телефонной беседы с квалифицированным консультантом.

Комната психологической разгрузки – специально оборудованное в КФУ пространство для релаксации и снятия накопившихся усталости и напряжения с применением синтеза различных направлений: ароматерапии, музыкотерапии, цветотерапии, песочной терапии и барабанотерапии.

Мария Вотинцева: *«В службу обращаются студенты и сотрудники КФУ. Запросы, как правило, разнообразны и очень индивидуальны. Наиболее распространенные среди студентов запросы: стресс и переутомление, взаимоотношения с окружающими, внутриличностные конфликты, желание выговориться. Среди сотрудников наиболее распространены запросы, связанные с семейными сложностями и стрессами в работе.»*

Группа в «ВКонтакте»: https://vk.com/psiholog_kfu

Тел.: 89272444726 (Мария Вотинцева)

Тел. доверия: 89631205110

СТУДЕНЧЕСКАЯ СЛУЖБА КОНФЛИКТОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ «1+1»



Вы разобрались со своим внутренним миром, но окружающая действительность никак не хочет жить с вами в мире? «1+1» вам в помощь. Идея организовать конфликтологическую службу, в которой бы работали сами студенты, возникла еще в **2013 году**. Предложил эту идею заведующий кафедрой конфликтологии **Андрей Большаков**. Однако активная работа началась только с сентября **2015 года**. Проект достаточно инновационный – таких служб в России можно по пальцам пересчитать, хотя в Европе и США уже давно существует практика оказания конфликтологической помощи студентами студентам.

Команда службы состоит только из студентов, притом у каждого есть своя роль, своя сфера деятельности: кто-то ответственен за медиации и консультации, кто-то за переговорческие поединки, кто-то за конфликтологические квесты. Куратор «1+1» – **Олег Маврин**, доцент кафедры и заведующий Центром медиации, урегулирования конфликтов и профилактики экстремизма КФУ. В свою команду служба принимает не только конфликтологов, но и

других студентов – лишь бы было желание.

В настоящее время «1+1» оказывает следующие услуги:

- переговоры с участием нейтрального посредника;
- консультирование по вопросам конфликта;
- тренинги по бесконфликтной коммуникации и на командообразование в группах.

Виктория Белова, координатор службы: *«Нет такого человека, который ни разу не бывал в ситуации конфликта. И это абсолютно нормально, ведь все мы разные, у всех свои интересы и потребности, поэтому важно научиться грамотно подходить к делу примирения. Исходя из личного опыта, скажу, что конфликтология очень помогает успешно решать те конфликты, которые возникают в нашей жизни. И мы всегда готовы помочь другим студентам. Вообще главная функция медиатора – это предоставить площадку для переговоров, создать доброжелательную атмосферу, чтобы каждый мог услышать и быть услышанным. Организовать такую площадку самому бывает сложно, поэтому мы и существуем.»*

Группа в «ВКонтакте»: <https://vk.com/studentcenter>

Тел.: 89178901338

ЮРИДИЧЕСКАЯ КЛИНИКА КФУ



Если ваши конфликты связаны с законодательной системой, то вам на выручку придут студенты-юристы. Клиника оказывает бесплатную юридическую помощь уже давно – с **1999 года**. Ее деятельность заключается не только в устном консультировании, но и в письменном, то есть клиентам составляются все необходимые процессуальные документы. Консультируют студенты 3-4 курсов под контролем и с помощью преподавателей. Научный руководитель клиники – к.ю.н., доцент **Игорь Антонов**, а исполнительный директор – к.ю.н. **Александр Шпагонов**, который и помогает большинству студентов-консультантов. Юридическая клиника работает на базе Центра правовой информации КФУ.

Клиника осуществляет консультации по следующим направлениям:

- цивилистическое направление;
- государственная и международно-правовая защита прав человека;
- уголовно-исполнительное направление;
- консультирование иностранных граждан и студентов;
- консультирование на татарском языке.

Жамиля Гиясова, староста клиники: «Обращаются к нам, начиная от студентов, заканчивая пенсионерами, из чего можно сделать вывод о том, что мы в основном востребованы людьми, которые не могут позволить себе нанять дорогостоящих юристов».

Тел.: 2337114

Если вы знаете еще какие-нибудь подобные службы в КФУ, то, пожалуйста, напишите мне: alsu.albertovna@gmail.com.

Алсу ГАРАПОВА