

Мы помогаем решать следующие проблемы:

- - семейные проблемы
- - подростковые проблемы
- - помощь детям
- - детские страхи
- - постстрессовое расстройство
- - тревоги, страхи
- - депрессии
- - пищевые зависимости
- - кризисы
- - конфликтность
- - нарушение взаимоотношений
- - низкая мотивация
- - проблемы развития детей
- - проблемы личностного роста
- - проблемы творчества
- - проблема поиска себя

И другие.....

Применяемые методики :

- - арттерапия

- - символдрама
- - эриксоновский гипноз
- - работа с образами
- - психодрама
- - трансактный анализ
- - (юнгианский) аналитический психоанализ
- - работа с мандалами
- - работа с картами Таро

Что испытывает человек, переживающий кризис среднего возраста? Внутренний разлад, тревоги, депрессии, утрату жизненных ориентиров, ощущение, что жизнь уходит, а ты не успеваешь вскочить в последний вагон... Нарушаются отношения с людьми, прежние ценности теряют смысл, появляется ощущение тупика.

Юнгианские психологи считают, что этот кризис имеет и позитивный смысл. Его обострение и появление всех этих признаков для человека может стать своеобразным звонком будильника. Это сигнал о том, что у нас есть возможность наконец понять, кто мы такие на самом деле – в отличие от того, кем мы себя считаем. И не только увидеть собственные ограничения, но и узнать свою силу и свою истинную сущность. Осознать свои настоящие потребности и, может быть, выбрать иной путь в жизни.

Это для тех женщин и мужчин среднего возраста, которые были удовлетворены жизнью, не имели проблем с работой, некоторые из них были женаты или замужем или имели детей, но однажды внезапно ощутили, что все это утратило для них смысл. Занимаясь самокопанием, они испытывают мучительные страдания. Им не дают покоя мрачные, подозрительные мысли и фантазии. Их взгляд на будущее лишен всякой надежды. Они теряют свою энергию и свои амбиции, они полны

тревоги. Они могут объяснять свое настроение потерей возлюбленного, неудовлетворенностью отношений с окружающими, проблемами на работе или другими объективными трудностями. Не умея приспособиться к изменениям, они не могут справиться с незнакомой ситуацией привычным для них способом. Иногда они сознательно вступают в серьезный конфликт, но зачастую не могут назвать его истинную причину. Они теперь терпят поражение в ситуациях, в которых им раньше удавалось справляться с превратностями жизни. Их жизнь теряет смысл. Они переживают сильную душевную боль, у них появляются мысли о самоубийстве.

Дэрил ШАРП

В принципе, любая ситуация, которая заставляет искать человека психологической помощи, является кризисной. Само понятие «кризис» реально означает острую ситуацию или момент времени для принятия какого-то решения, поворотный пункт, важнейший момент.

Китайский символ слова «кризис» состоит из двух иероглифов: один из них означает «опасность», а другой «возможность сделать что-либо». Таким образом, кризис – это опасная возможность с сопутствующей тревогой.

Выделяют два вида кризиса:

- - жизненный кризис (кризис развития),
- - случайный кризис (кризис обстоятельств).

К жизненным кризисам относятся основные события жизни человека, такие как рождение, смерть, женитьба или замужество и т.д.

Случайные кризисы непредсказуемы, их нельзя предвидеть: некто шел по улице и попал под машину; женщину изнасиловали; человек внезапно тяжело заболел...

Одной из Моделей решения кризисных проблем является следующее:

- - в чем состоит проблема (кризис)?
- - что предпринималось до сих пор?
- - что же выбрать (делать)?

Наши психологи помогают найти решение, которое принимает сам человек и считает его своим. И таковым оно и является!