



Centrum terapie
zaměřené na
emoce



Cyrlometodějská
teologická fakulta
Univerzita Palackého
v Olomouci



Institut sociálního
zdraví
Univerzita Palackého
v Olomouci

STUDENTI, JSTE VE STRESU ČI V PSYCHICKÉ NEPOHODĚ? PROMLUVTE SI ONLINE S PORADCEM!

- Studujete na Univerzitě Palackého v Olomouci?
- Cítíte se v nepohodě, prožíváte psychické napětí?
- Uvítali byste možnost promluvit si s odborníkem?
- Chcete se zapojit do výzkumu?

ONLINE PSYCHOTERAPEUTICKÉ PORADENSTVÍ:

Studentům ze všech fakult univerzity nabízíme pravidelné individuální online psychoterapeutické poradenství. Sezení budou probíhat jednou týdně po dobu zhruba čtyř měsíců. Jejich cílem je zmírnit emoční stres spojený s vaším studiem, zaměstnáním nebo osobními vztahy.

PRO KOHO JE VHODNÁ:

Nabídka je určena těm studentům, kteří často prožívají intenzivní pocity napětí, nervozity, neklidu, obav či smutku, mají nedostatek energie – a tyto pocity jim znesnadňují běžné fungování.

INFO O PORADENSTVÍ:

Terapie zaměřená na emoce (Emotion-Focused Therapy - EFT) je výzkumem podložený humanistický psychoterapeutický přístup, který se vyvinul z tzv. terapie zaměřené na člověka a gestalt terapie. EFT se vyvinulo na základě několik dekád trvajících výzkumu psychoterapeutického procesu a terapeutické změny. EFT je v zahraničí využíváno například v terapii deprese a úzkosti.

INFO O STUDII:

Studii s názvem Účinnost, efektivita a využití terapie zaměřené na emoce v poradenství pro vysokoškolské studenty realizuje Institut sociálního zdraví Univerzity Palackého v Olomouci ve spolupráci s vyškolenými psychology. Studie ověří účinnost EFT při zmírnění obtíží vysokoškolských studentů. Vzhledem k tomu, že se jedná o výzkumný projekt, poradenství je poskytováno zdarma a je časově omezeno.

KONTAKT/PŘIHLÁŠENÍ:

Zaujala vás nabídka online poradenství? Chcete se dozvědět více informací, nebo se do studie rovnou zapojit? Kontaktujte, prosím, Mgr. Martina Fülepa. e-mail: martin.fulep@oushi.upol.cz | telefon: **776 524 010**

Více informací na www.efti.cz