

Рекомендации при обращении за психологической помощью в связи с финансовыми проблемами.

1. Внимательно уточнить детали возникшей финансовой проблемы, выразить сочувствие.
2. Расспросить о том, какие действия уже предпринимались, как изменялось психологическое состояние человека в последние дни.
3. Обсудить возможные действия, которые можно предпринять с целью улучшения финансовой ситуации (отсрочка по кредитам, обращение за помощью к родным и друзьям и др.).
4. Обсудить место, которое занимает материальное благополучие среди других жизненных ценностей этого человека (здоровье, отношения с близкими и др.). Исследования показывают, что количество счастливых людей среди богатых и бедных одинаковое.
5. Расспросить, были ли прежде в жизни сложные ситуации. Что помогало справляться с ними? Напомнить о том, что большинство людей, добившихся материального успеха, пришли к нему после ряда неудачных попыток. Несмотря на неудачу, приобретен определенный опыт, который может пригодиться в будущем.
6. Постараться отнестись к случившемуся как к испытанию, которое важно пройти достойно, не опуская руки, не поддаваясь отчаянию. Если человек не «ломается» в кризисе, то выходит из него не таким, каким был прежде, а более сильным и мудрым.