

Цікавий тренінг для школярів



15 травня 2014 року у Києво-Святошинському ЦСПР відбулося тренінгове заняття на командну взаємодію класного колективу за програмою «Граємось і розвиваємось», який провели психологи Центру Тетяна Бондаренко та Юлія Толочко. Учасниками заняття були учні 2-го класу Боярської ЗОШ №3.



Мета тренінгу – розвиток комунікативних навичок, відпрацювання вміння усвідомлювати і називати свої особливості, співпрацювати при виконанні завдань.



Другокласники відверто спілкувалися з тренерами, адекватно реагували на завдання, були активні й зацікавлені, застосовували творчий підхід під час виконання різноманітних вправ. Заняття розпочалося із знайомства, де кожен учасник називав своє ім'я та улюблену гру, в яку грає зі своїми друзями. Діти залюбки брали участь у всіх вправах та завданнях. Особливе піднесення настрою та активності спостерігалось наприкінці заняття під час гри «Струмочок», до якої долучилася їх класний керівник. Ця гра, за відгуками маленьких учасників, сподобалася діткам найбільш. І це не дивно, адже саме в спільній діяльності (у тому числі ігровій) формується командний дух, відпрацьовуються навички конструктивної взаємодії.



Незважаючи на деяку втому, всі дітки пішли в гарному настрої і з бажанням ще не раз повернутися до Центру, де так швидко і корисно минає час.

Що потрібно знати про індивідуальну психологічну консультацію



1. Сконцентруйте на головній проблемі, з якою ви прийшли до психолога, і говоріть лише про неї – час консультації обмежений.
2. Зазвичай консультація проходить впродовж години. Психолог не може подовжити цей час, оскільки має свій графік роботи та інших клієнтів, що записані на консультації.
3. Інформація, котру отримує від вас психолог, є конфіденційна, і ні за яких умов не буде розголошена.
4. Якщо ви бережете свої таємниці, не говоріть занадто голосно.
5. Психолог має право перенаправити вас до іншого спеціаліста, котрий спеціалізується у конкретному напрямку психологічної допомоги або до лікаря (невропатолога, психіатра). Про це направлення ніхто, крім вас, не знатиме і **лише ви** вирішуйте, чи іти до

вказаних спеціалістів.

6. Психологічні консультації не проводяться на ходу («я тільки спитаю», «швиденько», «давайте тут, у коридорі»). Для цього необхідне відповідне приміщення і достатній час.
7. За одну-дві консультації ні один психолог не зможе надати вам ефективну допомогу. Тому будьте готові походити до психолога певний час.
8. Ніхто за вас не зможе вирішити ваші проблеми. Психолог лише створює умови, за яких ви самі дійдете певних висновків та докладете значних зусиль, щоб змінити себе та своє життя на краще. Тож будьте готові до тривалої роботи над собою.
9. Для роботи з дитиною необхідна одночасна робота з батьками, а іноді і з іншими родичами (бабусями, тітками тощо).
10. Намагайтеся поводитися спокійно, але не переймайтеся, якщо раптом розхвилюєтесь чи навіть заплачете – для психологічної консультації це нормально, і психолог до цього звик.
11. Консультації в нашому Центрі безкоштовні. За бажання Ви можете щось купити для роботи спеціалістів з хворими дітьми Київської обласної дитячої лікарні (кольорові і прості олівці, фломастери, папір простий та кольоровий, клей-олівець тощо).