

Репродуктивне здоров'я



5 травня 2014 року у Києво-Святошинському ЦСПР відбулося тренінгове заняття з елементами піскової психотерапії для старшокласників Боярської ЗОШ №4 на тему «Репродуктивне здоров'я» (тренер Наталія Жанталай).

Заняття включало в себе інтерактивне спілкування, під час котрого присутні з'ясовували думку, в чому полягає цінність здоров'я взагалі і репродуктивного зокрема. А ось вправа з піскової терапії полягала у тому, що тренер запропонувала за допомогою метафори (іграшки або символу) продемонструвати, що для кожного означає здоров'я. Спільними зусиллями учасники відслідкували зв'язок між почуттям відповідальності та здоров'ям. Тинейджери також перерахували дії та вчинки, котрі можуть нанести шкоду репродуктивному здоров'ю майбутніх мам і тат, визначили в чому саме полягають ризики. Кожен висловив свою думку з означених тем. За допомогою тренера молоді люди розглянули зв'язок деяких хвороб та не відпрацьованих, придушених емоцій, котрі, відкладаючись у підсвідомості, негативно впливають на психічний та фізичний стан людини.

Під час зворотного зв'язку підлітки поділилися своїми думками та емоціями, що виникли внаслідок такого детального проникнення у тему. Зокрема, учасники тренінгу зазначили, що заняття спонукало їх більше замислитися на тему репродуктивного здоров'я; підкреслили, що було дуже цікаво та корисно вислухати думку однокласників. Всі учасники одностайно висловили побажання частіше спілкуватися в такому форматі.