

Волонтерська сотня Боярки – нові подвиги!

Юлія АПОСТОЛОВА, сотник волонтерської сотні Боярки, соц. працівник ЦСПР



З кожним «робочим» днем стосунки між волонтерами стають все теплішими, атмосфера – все більш невимушеною та веселою. Наша волонтерська сотня – це трохи менше, ніж сім'я, але набагато більше, ніж просто однодумці. Нас об'єднує спільна мета – донести нашу турботу, любов і вдячність до тих, хто не дає нам чути постріли під нашими вікнами. Під прапором такої мети неможливо прикидатися чи брехати, тому серед нас немає випадкових людей...

А якщо конкретніше, то 7 грудня 2014 р. волонтерська робота в Києво-Святошинському центрі соціально-психологічної реабілітації населення була особливо продуктивною – не інакше, як допомогла релаксація з психологами ЦСПР, що відбулася напередодні :).

А якщо ще конкретніше, то ми заготовили:

42 л. моркви по-корейськи;
94 л. (!) салату «Пелюстка»;
15.5 л. медових сумішей з горіхами, курагою, родзинками та лимоном; 13 кг сала з часником та спеціями;
А ще – начистили море горіхів для розфасовки маленькими порціями, до яких ще й записки потім докладемо.
Працювали довше, аніж зазвичай, але стомилися менше. Може, тому що настрої був прекрасний?



**Про роботу з тривожними
розладами для психологів**

України



4-5 грудня 2014 року у Києво-Святошинському центрі соціально-психологічної реабілітації населення відбувся тренінг на тему «Робота з тривожними розладами» (16 навчальних годин). Проводили тренінг спеціалісти «Асоціації фахівців з подолання наслідків психотравмуючих подій» Надія Голембієвська (кризовий психолог-консультант), Марія Бялая (психіатр, психотерапевт) та Наталія Степук (кризовий психолог). Семінар був проведений для психологів, що супроводжують сім'ї загиблих, з Вінниці, Миколаєва, Кіровограду, Чернігова, Івано-Франківська, Житомира, Самбора (Львівська область), а також з Києва та області, зокрема, для практичних психологів Києво-Святошинського центру соціально-психологічної реабілітації населення. Координатор напрямку супроводу сімей загиблих – **Вікторія Кочубей**.

І по змісту тренінгу – з огляду на окремих тренерів:

Надія Голембієвська: «Історія розвитку методу метасистемної терапії»; «Засади метасистемної психотерапії»; «Атрибути метасистемного психотерапевта»; «Класифікація мета почуттів.

Різниця між первинними та вторинними метапочуттями»; теорія та практика техніки «Mindfulness».

Марія Бялая: «Чинники, що впливають на результати психотерапії»; «Діагностичні критерії в психотерапії»; «Фази терапевтичних змін»; «Класифікація тривожних розладів, ДСМ»; «Соматичні та інші стани, що пов'язані з тривогою»; «Підлаштування під дихання клієнта»; «Типові переноси і контрпереноси при роботі з клієнтами, що мають травматичний досвід»; «Робота з почуттям провини»; «Як поглибити травматичні симптоми»; «Засоби аварійного контролю тривоги»; «Методика T.I.R».

Наталія Степук: «Дихальні техніки та техніки роботи з тілом»; «Протипоказання для дихальних технік»; «Техніки заземлення, сканування тіла та техніки роботи з тілом після контузій»; «Процедура дихання Роберта Фріда».



