

# Психологічні вечорниці в ЦСПР



Сьогодні, коли ми стикаємось з безліччю проблем, коли українці змушені протистояти зовнішній агресії та її жахливим наслідкам, знання з психології актуальні як ніколи. Ці знання допомагають краще зрозуміти себе, один одного, допомогти тим, хто постраждав в АТО, чи страждає на депресію. Розуміння людської душі є одним з найважливіших життєвих вмінь, складовою мудрості. Проте його не просто здобути. Знання психології робить життя простішим завдяки можливості враховувати реакції оточуючих людей, а застосування практичної психології дає змогу покращувати взаєморозуміння, вчасно та конструктивно вирішувати конфлікти. Психологічні знання потрібні у різних сферах: ефективній самоорганізації часу, вирішенні міжособистісних конфліктів у різних колективах тощо. Минулого тижня на психологічних вечорницях, що проходили на базі ЦСПР, присутні знайомилися з таким поняттям, як “архетип” та вправлялися в самопізнанні під керівництвом сертифікованого травматерапевта у методі EMDR Оксани Коннорової.



**Лариса КОСТЕНКО**