

# Безпечній поведінці вчаться вихованці Києво-Святошинської районної класичної гімназії



14 листопада відбулося тренінгове заняття за проектом «Безпечна поведінка» з учнями Києво-Святошинської районної класичної гімназії. Тренер – Тетяна Бондаренко. Ось деякі відгуки учасників тренінгу:

**Мені найбільше сподобалося, що**

- Ми змогли проявити фантазію, вчилися говорити «ні»
- Брати участь у іграх
- Було весело, цікаво
- Ми навчилися казати «ні» поганим звичкам та людям, які нас обманюють

- Ми навчилися говорити «ні», коли нам пропонують шкідливі речі або обманюють
- Було цікаво і пізнавально. Ми навчилися казати «ні» у різних ситуаціях. Це знадобиться нам у житті.
- Ми працювали всім класом, трохи здружилися. Тепер ми краще знаємо один одного.
- Обід, атмосфера у групі.
- Ми з класом стали трошки ближче.
- Ми всі дружньо працювали і були єдиною командою.
- Я дізналася більше способів відмовити в неприємних ситуаціях, які можуть призвести до біди.
- Ми грали в «колобка і мисливця».
- Було багато цікавих завдань.
- Було весело та цікаво.
- Пиріжки і розігрування сцен.
- Я більше дізналася про своїх однокласників і друзів. Також я щаслива, що у моєму колі знайомих з'явилися дві нові люди, з якими мені було приємно поспілкуватися.

**Мене найбільше здивувало, що:**

- Люди вигадують різні способи, щоб заманити чи обдурити
- Усі були відвертими
- Є так багато способів відмови від різних пропозицій
- Від мого вибору залежить моє життя
- Усе було дуже весело та цікаво
- Це так пізнавально. Раніше я думала, що це нам не потрібно,

і ми знаємо як себе поводити. А це не так

- Є багато способів сказати «ні»
- Ми навчилися відмовляти поганим людям
- Усі були відвертими, трошки іншими
- Усі були відкритими до спілкування
- Ми навчилися відмовляти на запропоноване нам «погане»
- Ми здружилися з класом та гарно працювали
- Існує стільки способів обдурити людину. Дізнався багато нового
- Було цікаво розігрувати різні ситуації. Не очікувала, що мене це зацікавить
- Гра «Колобок» як спосіб навчити говорити «ні»
- Усі друзі відкрилися і були відвертими
- Усі мої однокласники, я сподіваюсь, були щирі!
- Наш клас дуже веселий і розумний.



---

**“Безпечна поведінка” –  
Боярська школа №5**



23 листопада

2011 р. психологом ЦСПР Тетяною Бондаренко було проведено тренінгове заняття за проектом «Безпечна поведінка» з учнями Боярської загальноосвітньої школи №5. Ось деякі відгуки учасників тренінгу:

- Гарна робота тренера. Цікаво і пізнавально. Невимушена атмосфера. Мені дуже тут сподобалося. Дуже цікаві враження. Цікаві ігри. Чудовий психолог. Незабутні почуття, які я відчула сьогодні. Велике спасибі.
- Мені дуже сподобалось. Було цікаво. Гарний прийом. Повчальні ігри та історії для життя. Хотілося б іще.
- Мені сподобалось, що у вас дуже цікавий підхід до роботи з дітьми.
- Прекрасно провела час. Почула цікаві історії. Дуже хотілося б повторити.
- Мені дуже сподобались сценки, рольові ігри і гра з Колобком. Ще мені дуже сподобались пиріжки, я б хотів прийти ще.
- Все було супер!

- Гарна робота тренерів.
- Все було кльово.
- Мені сподобались сценки, гра «Ураган» і гра «Колобок».
- Мені дуже сподобалось. Я ще хочу сюди прийти. Мені було



СМІШНО.

---

## **Вчимося відстоювати своє рішення**

✘ 10 листопада психолог Оксана Слепова провела тренінг з Боярською ЗОШ №1 за проектом «Безпечна поведінка» з учнями 9–Б класу. Хотілося б одразу сказати, що молодь залишала про себе добрі враження. Приємно здивувало, що учні мають багато інформації стосовно людей та структур, які можуть залучити їх

до небезпечної поведінки. Під час заняття були розглянуті різні небезпечні ситуації та надана інформація про те, як можна протистояти тиску оточуючих, казати рішуче «ні». Як завжди, наприкінці тренінгу були розіграні психологічні етюди, які допомогли закріпити на практиці отримані знання.



Відгуки після тренінгу:

- «Ох, як же мені сподобався цей тренінг. Було дуже цікаво. А найбільше сподобався психолог Оксана Володимирівна – приємна жінка. Частіше б спілкуватися з такими людьми, як вона. Я буду ходити на ці заняття. Бажаю Оксані Володимирівні гарного майбутнього, добрих учнів та щастя у сімейному житті» (Морська Анастасія);
- «Мені тут дуже сподобалося. Ми грали у різні корисні ігри. Я багато чого дізналася з цього заняття. Я хочу ходити сюди, щоб отримувати різні знання і взагалі для задоволення» (Віка);
- «Мені все дуже сподобалося. Була вільна розмова, тобто не було, як у школі. Все було весело, позитивно. І я , напевно, ще прийду»( Максим);
- «Мені сподобалося. Хотів би ще прийти»(Дмитро);
- Мені сподобалося» (Віталій);
- «Мені сподобалося у Вас. Було дуже весело. Можна було б прийти ще і поспілкуватися»(Дмитро);
- «Мені тут сподобалося, бо тут весело. Але я не зможу ходити, бо далеко живу»(Юрій); «Мені дуже сподобалося. Тут весело і цікаво. Також приємно було спілкуватися з психологом Оксаною Володимирівною. Вона дуже добра і гарна людина. Хочу ще раз побувати тут»(Віка);
- «Мені дуже сподобався Ваш тренінг. Дуже весело і цікаво. Змін, на мою думку, цей тренінг не потребує, а вільна форма спілкування, мені здається, це плюс» (Тетяна);

- «Цікаво, хотіла б іще сюди прийти. Я і сама хочу стати соціальним психологом» (Анжела);
  - «Мені тут дуже сподобалося і я б хотіла сюди ще прийти. Дуже мені сподобалася Оксана Володимирівна – дуже позитивна, хороша людина» (Тетяна);
  - «Мені було весело»(Юрій);
  - «Мені було дуже цікаво. Я ознайомила з багатьма ситуаціями і також дізналася, як уникнути деяких ситуацій. Дякую Вам велике» (Юля);
  - «Мені сподобалося. Якщо б такі курси були у школі. Тут класно і дуже гарний психолог О.В.» (Вадим);
  - «Дякую велике за таке заняття. Мені було дуже цікаво та хотілося б відвідувати ці курси при можливості» (Даша);
  - «Мені дуже сподобалося. Взагалі, я вперше був таким – ну просто не передати словами. Я хотів би прийти сюди, а може, я і прийду. Була дуже позитивна психолог Оксана...»(Рагім).
- 

## **Тренінг для учнів Боярської школи №2 (“Безпечна поведінка”)**

15 листопада 2011 року відбулося тренінгове заняття для учнів Боярської загальноосвітньої школи №2. Тренер – Тетяна Бондаренко. Ось найтиповіші відгуки учасників:

Мені найбільше сподобалося, що

- Мені все сподобалося – багато відгуків.
- Мені сподобався тренінг тим, що всі діяли дружно!



- Мені сподобалось УСЕ!! Було дуже цікаво
  - Грати в «Колобка», триматися за руки.
  - Мені сподобалося все, що ми робили!
  - Мені сподобалось, що мій клас хоч трохи спробував бути єдиним.
  - Мені сподобалось усе, дякую за все. Хочу ще!
  - Мені дуже сподобалася сьогоднішня атмосфера! Все було класно!
  - Мені дуже сподобалася гра у «Колобка» і ведучі тренінгу.
- 

## Тренуємось казати тверде “ні”.

7 жовтня у відділенні ендокринології, а 8 – у хірургії психологом Оксаною Слеповою були проведені тренінгові заняття з підлітками за проектом «Безпечна поведінка». Метою заняття було навчити тинейджерів протистояти тим, хто намагається залучити їх до дій, які можуть нашкодити їхньому здоров'ю та життю. Під час занять учасники ознайомилися з основними ні-стратегіями та навчилися впевнено відстоювати свою точку зору та свої інтереси за допомогою психологічних етюдів, які вони із задоволенням продемонстрували групі.

Відгуки підлітків: «У нас в ендокринологічному відділенні дуже круто. До нас приходила психолог вчора, із якою ми розігрували сценки. Цей тренінг дуже допоміг мені зрозуміти, що у житті реально бувають ситуації, в яких важко відмовити, наприклад близьким або дорогим для тебе людям. Мені дуже-дуже

сподобалося. (Кияниця Катя, 14 р); «Цей тренінг дуже допоміг мені навчитися відмовлятися від «солодких», але шкідливих пропозицій. Вміння сказати «ні» дуже важливе, оскільки ситуації бувають різні і можуть зустріти нас у будь-якому місці і в будь-який час. Це дуже важлива і корисна інформація. Дякую Вам!!! (Ящевська Настя, 14 р.); « Мені дуже сподобався наш тренінг. Я навчилася відмовляти людям на різні небезпечні пропозиції та випадки. Потрібно, звісно, відмовляти різними способами (наприклад, «заїжджена платівка»). Це потрібно знати усім і мати на увазі те, що треба відмовляти навіть якщо щось погане пропонує тобі друг, далекий родич або просто рідна людина. Якщо це щось погане, то ти не повинен погоджуватися за будь-яких умов. Мені дуже сподобалося брати участь у таких тренінгах, обговорювати теми, що можуть нашкодити здоров'ю, якщо не знаєш, як правильно себе поводити. (Венедиктова Настя, 12 р); «Мені дуже сподобався тренінг про те, як сказати правильно «ні». Було дуже весело (Капітоненко Влад) ; «Мені все дуже сподобалося. Я запам'ятала багато того, що знадобиться в моєму житті» (Тирон Катя, 15 р.); «Я сьогодні навчилася, як можна відмовлятися від того, що ти не хочеш» (Товстоєнко Сніжана, 12 р.); «Мені сподобалась гра «Колобок» (Діоріци Владлен, 14р.).