

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 самопізнання під керівництвом сертифікованого травматерапевта у методі EMDR Оксани Коннорової.



Лариса КОСТЕНКО

Чарівна сила Фейсбуку



У сучасному світі жодна установа чи організація, що себе поважає, не може працювати без висвітлення своєї діяльності у соціальних мережах. Тому інформаційно-аналітична служба Києво-Святошинського центру соціально-психологічної реабілітації населення приділяє значну увагу соціальній мережі «Фейсбук», де створена сторінка ЦСПР, а ще – Центр стає другом для все більшої кількості боярчан. Керівник інформаційно-аналітичної служби Марія Кириленко модерує також групу «Боярське земляцтво». Це допомагає тримати руку на пульсі громадського життя, збирати думки громади з різних питань, створювати події і запрошувати на них всіх бажаючих. Вкрай успішним та результативним став круглий стіл «Сучасне обличчя Боярки. Гуманітарний аспект» (19.02.15). Для організації цієї події не було зроблено жодного телефонного дзвінка. Усі були запрошені виключно через Фейсбук, і що характерно: не було жодної зайвої чи неконструктивно налаштованої людини.



І ось найсвіжіший приклад: у групі «Боярське земляцтво» місцевий активіст Арсеній Гужва ініціював обговорення формату відзначання 9 Травня. Боярчани під час обговорення зауважили, що торік дещо забарилися із формуванням концепції місцевих торжеств, зокрема відчувався помітний дефіцит штучних маків, що стали новітнім символом скорботи за загиблими. Києво-Святошинський ЦСПР миттєво підхопив ідею, і вже наступного дня жінки-переселенки із клубу «Затишок» під керівництвом соціально працівника Світлани Камінської вчилися плести гачком яскраво-червоні квіти – символ оновленого формату відзначення Дня Перемоги як дня пам'яті і скорботи.



Києво -

Святошинський ЦСПР, відгукуючись на ініціативу боярчан, оголошує в Боярці акцію до 9 Травня «Мак своїми руками: зроби сам і подаруй іншому».

**Майстер-клас: реабілітаційний
захід з патріотичною
складовою**



21 лютого 2015 року в Києво-Святошинському центрі соціально-психологічної реабілітації населення відбувся цікавий майстер-клас для пацієнтів Київської обласної дитячої лікарні (м.Боярка).



Заняття провела майстриня Людмила Хало. Допомогала їй у цьому психолог

ЦСПР Надія Величко. Технологія виготовлення прикрас для волосся дуже цікава і доступна для дітей та підлітків. Матеріал – атласні стрічки, клей, бусинки-перлинки... У дітей був вибір, якого кольору зробити прикраси. Як результат – всі пішли з заняття щасливі, із заколками у кольорах українського прапора...



ЗАПРОШУЄМО НА ГРУПИ ПІДТРИМКИ

У групі підтримки під керівництвом психолога ви:

- Навчитесь краще розуміти реакції своїх дітей.
- Дізнаєтеся, що треба робити, а що – ні під час спілкування з дитиною.
- Зможете пояснити дитині:

- Як зустрічати тата або маму після важких життєвих випробовувань;
- що відбувається з дорослими;
- що відбувається з нею самою.

Ви також:

- Отримаєте базове розуміння психофізіологічних реакцій людини.
- Навчитесь сприймати емоції, що зазвичай виникають за складних життєвих обставин – страх, безпорадність, смуток, тугу, провину, сором, гнів, розчарування, – і будете знати, що з цими відчуттями робити.
- Дізнаєтесь про способи відновлення відносин з близькими людьми.
- Зможете дізнатися, як подолати нерозділений з рідною людиною досвід.
- Зумієте створити вдома атмосферу захищеності.
- Здобудете навички самопомоги, щоб навчитися дбати про свої власні потреби і мати моральні сили допомагати дітям.
- Отримаєте емоційну підтримку, дізнаєтесь про позитивний досвід інших членів групи, знайдете нових друзів.

Звертатися до Ганни Леонідівни та Наталії Валентинівни за телефоном (04598) 46-851

Заходи Києво-Святошинського центру реабілітації населення

19 лютого 2015 р. 10.00–13.00 – Тренінг «Вміння прощати». Тренер – психолог Раїса Кузьменко. Для вимушених переселенців, соціальних працівників, волонтерів.

19 лютого 2015 р. 17.00 – Круглий стіл «Сучасне обличчя Боярки. Гуманітарний аспект»: 1) Перспективи розвитку закладів культури. 2) Створення документального фільму про Боярку. 3) Формування постійнодіючої комісії з перейменування вулиць при Боярській міській раді. Для представників Боярської міської ради, закладів культури міста, громадських активістів та всіх небайдужих боярчан.

21 лютого 2015 р. 12.00 – Зустріч «Приємне з корисним»: 1) Майстер-клас для мам та дітей. 2) Робота ігрової кімнати. 3) Інтерактивна бесіда «Психологічна підготовка до зустрічі рідної людини з фронту». Модератор – Оксана Мельниченко. Для членів сімей учасників АТО.

23 лютого 2015 р. 10.00 – Зустріч Боярської групи підтримки грудного вигодовування «Лада». Для вагітних жінок та молодих мам.

7 березня 2015 р. 12.00 – Веселий «День весняних подарунків»: 1) Ярмарок подарунків від місцевого виробника; 2) Пункт обміну подарунками. 3) Святковий аукціон тощо. Для боярських підприємців, творчих особистостей, умільців з хенд-мейду та всіх бажаючих продати свої вироби, подарувати щось іншим, купити або виміняти подарунок.