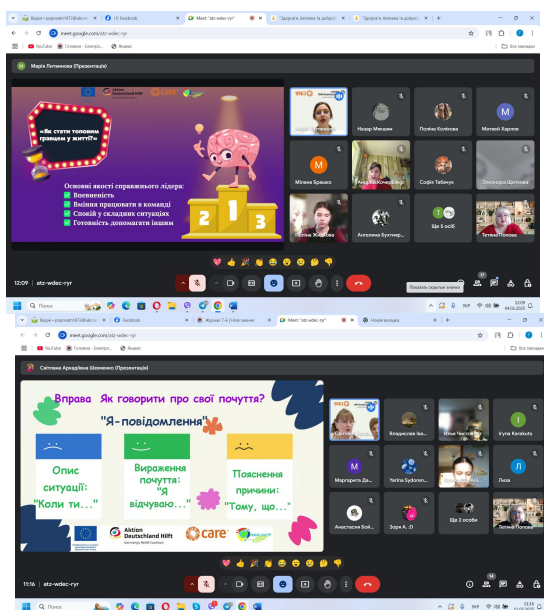


Часто ми забуваємо про себе, свої потреби, бажання, мрії... Відкладаємо життя на потім, монотонно виконуємо одну й ту ж роботу. На запитання: "Ти як?", відповідаємо: "Нормально". Піклуватися про своє психологічне здоров'я життєво необхідно, незалежно від обставин, віку, статі чи професії. Особливо важливо підтримувати у важкий воєнний час наших найменших громадян – дітей.

Для того, щоб піклуватися про власне ментальне здоров'я в межах співпраці з громадською організацією «Аваліст» та в рамках Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?» з учнями 1-11 класів Слов'янського ЗЗСО I-III ступенів №12 протягом лютого місяця психологами організації проводилися тематичні онлайн – уроки: 1, 2, 3 класи «Культура емоцій», 4 класи «Мoje хобі- мій ресурс», 5 класи «Мапа моїх мрій», 6 класи «Хто я? Пізнаємо себе та свої сильні сторони. Розвиток самосвідомості через ігри та творчі завдання», 7 класи «Як говорити про свої почуття», 8 класи «Слухай, щоб бути почутим», 9 класи «Розуміючи себе - розумію інших», 10-11 класи «Родинні традиції, як емоційна підтримка». Під час проведення заходів учні дізналися як боротися зі стресом, вчилися пізнавати та піклуватися про себе та інших людей, ефективно та толерантно спілкуватися і співпрацювати у команді, мріяти та досягати мети, відновлювати та зміцнювати своє здоров'я.



Всеукраїнська програма ментального здоров'я «Ти як?»

Написав Admin

Понеділок, 03 березня 2025, 17:42 -

