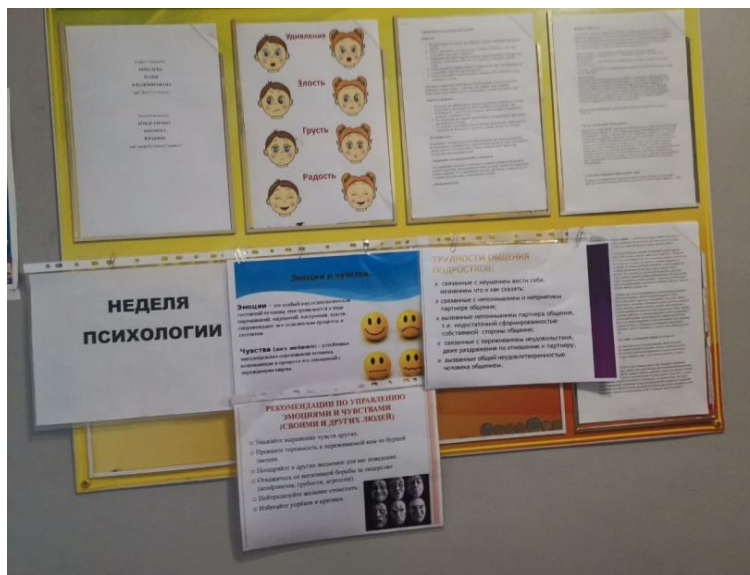




Неделя психологии в ГБПОУ ДПЭК



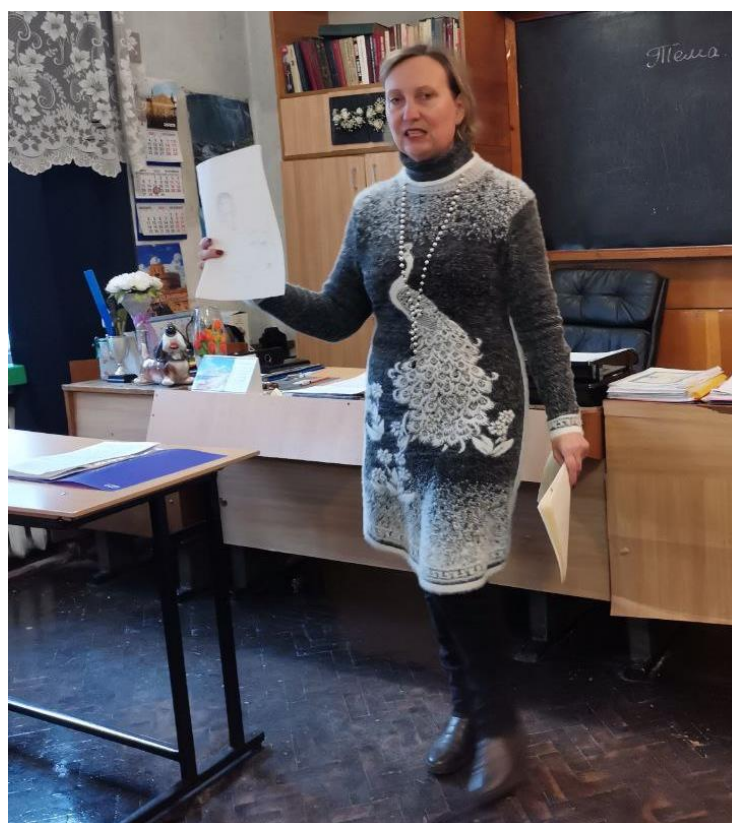
С 20 по 24 ноября 2023 г. в ГБПОУ «ДПЭК» прошла Неделя психологии. Педагогами-психологами Ковалевой Юлией Владимировной и Кондратенко Элеонорой Юрьевной были проведены мероприятия для студентов, педагогических работников и родителей (законных представителей).

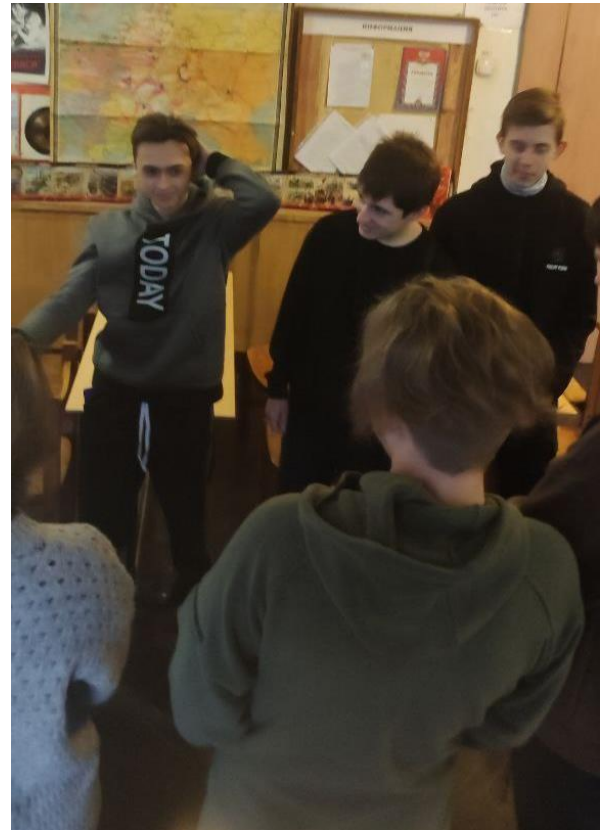
20 ноября с целью обучения навыкам и приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях, укрепления позитивного отношения к себе и окружающим была проведено занятие с элементами тренинга со студентами «Долой стресс!»





Для обучения навыкам выстраивания устойчивых дружеских отношений, бесконфликтного отстаивания своего мнения, повышение умения обучающихся определять и вербализовать свои переживания были проведены занятия с элементами тренинга «Мы поссоримся и помиримся, не разлить водой», - шутят все вокруг...» и интерактивная беседа в общежитии «Как уйти от конфликта».





Чтобы повысить информированность и компетентность родителей (законных представителей) обучающихся в вопросах стрессоустойчивости, саморегуляции, коммуникации, развития дружеских взаимоотношений, поведения в конфликте, а также нравственного развития личности на родительских собраниях была проведена интерактивная беседа «Спокойствие, только спокойствие!».





23 ноября были проведены тренинговое занятие «Уважение к людям есть уважение к самому себе». Цель: формирование представления студентов об уникальности и ценности каждой личности; развитие и укрепление понятия самооценности; формирование уважения к окружающим.

А педагоги колледжа приняли участие в занятии с элементами тренинга «Педагог без стрессов».





Это мероприятие позволило снять эмоциональное напряжение педагогов, выявить степень стрессогенного состояния, освоить способы управления эмоциональным состоянием, способы улучшения настроения.