

Вчителі - супергерої сучасного освітнього процесу!



Миколаїв - прифронтове місто. І тому наші учні - це діти з різною життєвою історією. Є й такі, яким важко впоратись зі своїм воєнним досвідом. На допомогу приходять старші друзі - вчителі, які самостабілізують власний емоційний стан, стабілізують емоційний стан дітей (за потребою) та навчають наших учнів за непростих умов.

Знання зі стабілізації емоційного стану - надважливі, тож у поміч приходить Психологічна майстеря. Гіштимулт Тетяною було надано алгоритми зі стабілізації з метою, аби педагоги впевнено долали виклики життя сьогодення.

Практичний психолог за потреби тримає на пульсі чарівну кнопку допомоги.

Життя триває! Навчальний процес в дії! Україна впевнено рухається до Перемоги!

На фото: Психологічна майстерня онлайн в дії.

Алгоритм негайної емоційної стабілізації

«Що сталося? Дай мені лише дуже короткий опис».

- * «Я тут, щоб допомогти тобі».
- * «Щоб з'ясувати, як найкраще тобі допомогти, будь ласка, скажи мені або покажи, наскільки занепокоєним ти зараз почуваєшся, за цією шкалою від 0 до 10 (див. шкалу), де 0 — немає занепокоєння, або нейтральний стан, а 10 — найбільше занепокоєння, яке можна уявити.»
- * «Є методика стабілізації, яка допомогла іншим людям, і я думаю, що вона буде корисною для вас».
- * (якщо онлайнурок): «Повторюй за мною».

Ти можеш постукувати по собі обіймаючи методика, або постукуючи по

Галина Косарева

Тетяна Іванівна Гіштимулт

Анна Дворник

Наталія Михайлівська