Тиждень психології

Шановні батьки, педагогічні працівники та ліцеїсти з ***17 квітня*** *по* ***23 квітня - Тиждень психології****.*

Роком народження психології як науки вважається **1879 рік**. Це пов'язано з відкриттям першої психологічної лабораторії (Вільгельм Вундт, Лейпциг, Німеччина).
Починаючи **з 2004 року**, в Україні своє професійне свято психологи відзначають щорічно- 23 квітня. Цікаво, що у світової психологічної спільноти немає офіційного святкового дня в календарі. Є лише **Всесвітній день психічного здоров'я**, який відзначається **10 жовтня** за ініціативою Всесвітньої організації охорони здоров'я.



Психологія– це наука, що вивчає психічні явища (почуття, пам'ять, увагу, мислення, волю) та поведінку людини, пояснення яких знаходимо в цих явищах. Психологи всього світу змогли накопичити величезний багаж знань про суть людини, про її стани та почуття, про самопізнання та соціальні ролі. За допомогою цих знань можна знайти отримальне рішення багатьох труднощів та проблем в соціальних взаємозвязках, віковому розвитку дітей, своїх прагненнях та ресурсах досягнення цілей, тощо.

Мета цьогорічного Тижня психології:

- повідомити учасників освітньо виховного процесу про тиждень психології та всесвітній день психолога (**з 17.04– 23.04)**;
- підвищити зацікавленість до діяльності психологічної служби та психології як науки;
- продовжувати здійснювати психологічний супровід та надавати психологічну підтримку в умовах воєнного стану;
- розширити та поглибити прагнення до самопізнання (знання про внутрішній світ) власної особистості і інших людей;
- формувати стресостійкість, попередити виникнення негативних психічних реакцій (панічні атаки, ступор, нервове тремтіння, апатія, депресивні стани, анорексія тощо) та розвинути навички психологічної самодопомоги;
- сприяти психологічній просвіті батьків, щодо процесу виховання та розвитку дітей в домашніх умовах.

Протягом тижня вас чекають різні корисні психологічні практикуми та рекомендації.
Запрошую до участи в Тижні психології !!!

Тиждень психології 17. 04. -23.04 2023

Понеділок 17.04.2023

Цитата дня - «Людина - частинки пазлу, а психологія складає його в величну та прекрасну картину»
Девіз дня: «Доброта – маркер повноцінної особистості»

1. З метою залучення інтересу до психології та її галузь **Запрошую** учасників освітно-виховного процесу переглянути інформацію «56 ЦІКАВИХ ФАКТІВ ПРО ПСИХОЛОГІЮ ЛЮДИНИ». Багато статей з дитячої психології ⇒ **Дитяча психологія. Знайдіть відповідь на питання яку вас турбує тут.**
2. Пройдіть тест та дізнайтеся **На скільки ви стійкі до стресів?**
3. Акція: «Добрий вчинок». Зробіть добрий вчинок для членів Вашої родини та промотивуйте інших своїм постом у групі школи.
4. Створення релаксаційного куточка в ліцеї.

Вівторок 18.04.2023

Цитата дня "Спокій – важлива складова успіху, без нього неможливо продуктивно думати, діяти і спілкуватися з людьми" - Пауло Коельйо
Девіз дня: «Життя без темних смуг»

1. Психологічні ігри https://learningapps.org/view4666646
2. Відеоперегляд казки про про добро https://www.youtube.com/watch?v=Vr4XiXf57Tc&t=163s
3. Батькам: поради «Мистецтво доброти: навчіть дитину піклуватися про інших» https://childdevelop.com.ua/articles/upbring/17/
4. Що треба знати при панічній атаці ⇒ **Як допомогти ближньому при панічній атаці?**
5. Дитячий розвиток . Паперопластика, створення «Лялька емоцій та почуттів». https://www.youtube.com/watch?v=Vr4XiXf57Tc&t=163s
6. Акція «Лист психологу!» Ви можете листуватися з психологом на різні теми, та отримати відповіді на запитання, які вас турбують. Психолог ознайомиться з листами та дасть відповіді індивідуально кожному адресату. Це зробити можна написав за адресою dolapshsi@gmail.com
7. Для кращого спілкування та надіслання творчих робіт, створено телеграм канал «Тиждень психології » https://t.me/RichelieuLyceumPsychology23

Середа 19.04.2023

Цитата дня "Виховуючи свою дитину, ти виховаєш себе, затверджуєш свою людську гідність." Василь Сухомлинський
Девіз дня: «Пізнай себе – і ти пізнаєш світ»

1. ГРА «Прокачай мозок»
2. Психологічна допомогалочка для дорослих 7 мультфільмів про справжні цінності
3. Вчіть дітей дбати про себе та будинок, щоб вони цінували те, що ви робите для них ⇒ клікайте та аналізуйте
4. Як заспокоїти дітей під час стресу: ознайомтесь тут
5. Дізнайтесь та не допустіть 8 перевірених способів, якими можна зіпсувати психіку дитини
6. Робота майстерні гарного настрою «Смайлик для кожного»

Четвер 20.04.2023

Цитата дня "У кожному вчителі має сяяти і ніколи не згасати маленька іскорка дитини."В. А. Сухомлинський.
Девіз дня: «Орнамент душі»

1. **Для колег.** Шановний педагогічний колектив, всім відомо - щоб допомгати іншим та навчати, необхідно мати власний стійкий ресурс особистості. Іншими словами щоб "наповнити" інших треба бути "наповненому самому". Тому пропоную пройти цікаве тестування для визначення власного емоційного стану клікайте тут.
2. А також тест на визначення стійкості до стресу. Дані тестування є простими для самостійного проходження та не потребують додаткового залучення допомоги психолога. Орієнтуючись на результати, ви можете працювати над покращенням внутрішнього ресурсу або звернутися до мене за потребою.
3. Для всіх учасників учбового процесу. Що ви знаєте про силу посмішки? «Прихована сила усмішки»
4. Про важливість усвідомленого вибору професії учні 9 -10 класів переглядали відеоролики «Усвідомлений вибір професії як запорука життєвого успіху» (http://metodportal.net/node/39650)
5. Створення психологічного портрету класу (колаж, малюнок, листівка тощо).
6. Акція «Комплімент кожному».

Пятниця –неділя 21.04.-23 04.2023

Цитата дня "Творчість! Лише воно здатне вберегти від мук і зробити життя легше!" Ф. Ніцше
Девіз дня: «Ми різні – ми рівні»

1. Арт- терапевтична вправа Вікторії Назаревіч "Рука наче сама малює"
2. Лікувальна сила казки
3. Експрес–тест. «Обери дерево — пізнай себе»! все освіта (файл тест дерево)
4. Мультфільми з глибоким сенсом які має пояснити дорослий. Мультфільми для дітей повчальні та цікаві. Тому дивіться їх разом з дітьми. За допомогою дорослих діти можуть дізнатися в чому істина

ідея мультфільму. https://tutkatamka.com.ua/nathnennya/psihologiya/12-multfilmiv-studi%D1%97-pixar-glibokij-sens-yakix-zrozumili-tilki-dorosli/

5. Акція: «Я – супергерой!» (Які гарні вчинки робиш саме ти? Намалюй себе у вигляді супергероя, який робить добру справу. Напиши на малюнку «Я – супергерой!», своє прізвище та ім'я. Принось в кабінет психолога або надсилай на пошту **dolapshsi@gmail.com**
6. **Акція** «Я обираю мир» де всі учасники освітнього процесу висловлюють свої побажання про краще і мирне майбутнє через вірши, малюнки тощо.

До акції «Комплімент кожному»



