

Самодисциплина

30 ноября 2019 г. в г. Самара на базе Центра для детей с особенностями в развитии «Любава», прошла встреча психологов, работающих по методу комплексной сказкотерапии (автор метода Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева). На встрече было принято решение организовать психологический клуб «Самарских сказочников», с целью обмена опытом практической деятельности, развития профессиональных навыков. Наш психолог Ольга Герасименко провела мастер-класс для коллег по теме: «Самодисциплина», где поделилась особенностями проведения развивающего занятия с младшими школьниками, с подростками и со взрослыми. Рассказ о «самодисциплине» идет как сказка-беседа, разделяются понятия: самоконтроль (умение контролировать себя в сложных ситуациях) и самодисциплина (внутренняя сила). У самодисциплины есть помощники: выдержка, добрая воля, чувство времени. Тот, кто подружится со всеми помощниками, и получает в подарок силу Самодисциплины (умение управлять эмоциями, знать для чего делает какое-либо дело, правильно распоряжаться временем). Представленный мастер-класс вызвал интерес у коллег, была отмечена практическая значимость данной темы в работе и с детьми, и взрослыми.

