«Психологія конфлікту»

Тренінг

Чому можуть зібратися в одному місці в той самий час усі представники Централізованої бібліотечної системи Деснянського району? Для обговорення конфліктів, але, зауважте, тільки у безконфліктній формі. Модерувала сьогоднішню зустріч психологиня центру сім'ї, дітей та жінок Деснянського району міста Києва.

Учасники тренінгу розібралися у питаннях того, що таке конфлікт, поговорили про види конфліктів, способи пройти через них з найменшими втратами та корисними висновками, актуалізували питання того, як важливо рефлексувати та проговорювати свої відчуття, переживання та потреби, ще раз пересвідчилися в тому, що необхідно долати стереотипи і сприймати речі, по можливості, у всій їх складності та багатошаровості, і переконалися, що найважливіше долати конфлікти із самим собою.





Психолог розповіла про кілька методик, які застосовує у своїй практиці роботи з людьми у подоланні конфліктів та залагодженні стосунків; представила, як працює методика карток потреб. Зацікавлення викликало гадання на картках, яке базується на асоціативному методі психологічного аналізу.





Головне те, що спілкування з приємною та приязною людиною стало емоційною розрядкою для кожного учасника тренінгу та обеззброїло всіх від упереджень та поганих думок.

Бажаємо всім гарного настрою, міцного здоров’я та корисних книжок – що є запорукою злагоди з самим собою та навколишнім!