

Психологическая поддержка для родителей на время дистанционного обучения 08.04.2020

Общение необходимо людям как воздух, вода и пища. В настоящее время мы вынуждены сократить количество живого общения в нашей жизни из-за известных обстоятельств. Но мы можем продолжать общаться друг с другом онлайн. И даже делать это чаще обычного.

Что такое Группа встреч онлайн?

Группа встреч - особый формат взаимодействия между людьми. В такой группе нет заранее установленных правил или целей, кроме тех, что выбирают сами участники в ходе взаимодействия. Благодаря этому, каждый может участвовать в группе со своей целью. Встреча ориентирована, прежде всего, на сам процесс. Результат такого процесса - ответственность всей группы.

Опыт проведения подобных групп показывает, что такое взаимодействие может быть полезно для участников.

Обычно такие встречи проводятся очно, в кругу, но есть и успешный опыт проведения Групп встреч посредством видеосвязи.

Чем Группа встреч может быть полезна?

В силу многогранности группового процесса, сложно описать конкретные "эффекты" группы. Но большинство участников отмечают следующее:

- Возможность получить эмоциональную поддержку от других;
- Можно увидеть, что другие переживают схожие жизненные ситуации и то, как они их преодолевают;
- Открывается возможность получить обратную связь о себе;
- Общение постепенно становится более глубоким и качественным;
- Преодолевается страх общения;
- Становится легче увидеть собственные личностные особенности, удаётся глубже узнать себя;
- Удаётся лучше понимать себя, собственные чувства и их становится легче выражать;
- Можно задать вопрос группе и получить ответ с разных точек зрения;
- Пережить чувство сопричастности с другими людьми и многое другое.

Есть ли у группы ведущий?

В привычном смысле - нет. Ведущий - это тот, кто ведёт, задаёт направление. Такого ведущего на Группе встреч нет. Есть человек - психолог, который помогает процессу случаться. Организует встречу, решает технические задачи. Такого человека называют фасилитатором.

Фасилитатор участвует в групповом процессе наравне с остальными участниками. И влияет на процесс в той же мере, как и все остальные участники. Разница фасилитатора и обычного участника в том, что фасилитатор стремится быть максимально вовлечённым в процесс и прислушивается к "мудрости группы". Частота встреч и продолжительность.

1,5 часа один раз в неделю.

Платформа проведения: ZOOM

График занятий на апрель:

09.04.2020 - 15:30

16.04.2020 - 15:30

23.04.2020 - 15:30

30.04.2020 - 15:30

Фасилитатор Группы встреч: педагог-психолог Резников Николай Викторович
тел. +7(910)436-72-85

Ссылка на видеотрансляцию

ZOOM: <https://us04web.zoom.us/j/652810473>

Идентификатор конференции: 652 810 473

По указанной ссылке, можно будет присоединиться к группе согласно графику встреч.

До встречи!