

Проект «Світ, війна, Мир і Я».

Ніхто не знає, скільки триватиме війна і як вона вплине на нашу життя. Ми можемо відчувати невпевненість щодо майбутнього, тривогу через події, які поза нашим контролем. Війна впливає на кожного з нас по-різному. Тому наші години психолога допомагають студентам не тільки знизити психоемоційне напруження, але й моделювати своє майбутнє.

Для студентів випускних груп була запропонована техніка «Колесо Життя» або «Колесо життєвого балансу»

Знайомлю всіх з роботами студентів.



Баланс в житті можливий, якщо ви керуєте своїм сьогоднішнім і майбутнім, володієте своїм часом. Коли ви визначаєте, чому приділити увагу – тоді вашу життєдіяльність легко привести до балансу.

Життєвий баланс – це цікаве, активне життя за своїми правилами, а не достатній рівень для виживання. Щоб жити захоплююче – потрібно займатися своїм розвитком, пробувати нове. Кожен день бути захопленим одною-двома справами, які приносять вам радість.



Потрібно прийняти рішення – поступово повертати собі управління своєю долею. Вчитися самостійно, без зовнішньої допомоги, їхати на колесі сфер свого життя.

ВАЖЛИВО! Виявивши провали в якихось із сфер Вашого життя, не поспішайте кидатися виправляти їх за рахунок інших сфер. Всі сфери нашого життя повинні розвиватися гармонійно.

Ми зробили перший крок на зустріч гармонізації Вашого життя! Бажаю УСПІХУ на цьому шляху!