

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Адаптивная школа – интернат «Ступени» г. Перми»
корпус № 3-детский сад для слабовидящих обучающихся
г. Пермь, ул. Закамская, 52а

15 февраля 2024 года в нашем детском саду прошла ресурсная встреча (с элементами арт-терапии) для родителей «Мам-класс». Встречу подготовила и провела педагог-психолог Болонкина Галина Васильевна.

Цель встречи: сохранение и восполнение ресурсного состояния родителей. Перезагрузка: терапия, развлечение и релаксация.

Встреча прошла в теплой, творческой обстановке. Все участники были активны, открыты общению, с интересом включились в работу.

На встрече родители узнали: что такое «ресурс», каким бывает ресурсное состояние, что значит быть «ресурсной мамой», как правильно восстановить свое ресурсное состояние.

Анализ результатов встречи позволяет сделать следующие выводы:

В повседневной суете и заботах родители часто отодвигают заботу о своем психоэмоциональном состоянии на второй план, лишая тем самым себя возможности сохранения и своевременного восполнения своей ресурсности.

Ресурсная мама будто бы светится изнутри, она счастлива здесь и сейчас, приятна в общении и способна зарядить окружающих своей доброй энергией.

Написанные участниками встречи пожелания свидетельствуют, что мы на правильном пути и такие встречи необходимы. В созданном ресурсном пространстве «Мам-класс» у каждой мамы есть возможность перезагрузиться, наполниться позитивными эмоциями и быть готовой к дальнейшему решению текущих жизненных задач.

