**Тиждень психології**

**на тему:**

**«Пізнай світ - віднайди себе!»**

**Мета проведення:** поглибити знання учасників освітнього процесу з питань психології, допомогти краще пізнати себе, розвивати навики самопізнання , саморозвитку, конструктивних форм поведінки, здорового способу життя.

**ПЛАН ПРОВЕДЕННЯ ТИЖНЯ ПСИХОЛОГІЇ**

***Девіз тижня : «Пізнай світ-віднайди себе!»***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Зміст заходів** | **Дата** | **З ким проводиться** |
| **І** | **День І « День особистісного розвитку.»** |  | Усі учасники освітнього процесу |
| 1 | Практична вправа «Сам собі психолог або 4 психологічні завдання для всіх на кожен день» |  |  |
| 2 | 1. Арт –терапія у житті кожного…..   « Колаж щастя» |  |  |
| 3 | 1. Релаксація – це чудово!   Вправа « Як радіти кожному дню?» |  |  |
| **ІІ** | **День ІІ «Допоможи собі сам!»** |  | Усі учасники освітнього процесу |
| 1 | Арт-марафон «Кілька способів уникнути нудного карантину арт-марафон» |  |  |
| 2. | **Інтерактивна лекція «Прокрастинація – це ...»** |  |  |
| 3. | Хвилинка філософії……притчі для роздумів…. |  |  |
| **ІІІ.** | **День ІІІ «Сила позитивного мислення.»** |  | Усі учасники освітнього процесу |
| 1. | Арт-марафон «Намріємо плани на майбутнє» |  |  |
| 2. | Інтерактивна лекція «Як допомогти дітям зберігати позитивний настрій» |  |  |
| 3. | Сімейна вправа  «Баночка щастя для формування позитивного мислення у сім'ї» |  |  |
| **ІV.** | **День ІV «Прислухайся до себе.»** |  | Усі учасники освітнього процесу |
| 1. | Арт-марафон «Розмальовки антистрес – шлях до гармонії!» |  |  |
| 2. | Інтерактивна лекція «Що таке емоційний інтелект? Чому сьогодні до нього такий інтерес? І яка користь з емоційного інтелекту кожному?» |  |  |
| 3. | Вправи для розвитку емоційного інтелекту. |  |  |
| 4. | 30 порад для розвитку емоційного інтелекту. |  |  |
| **V** | **День V «Стань кращою версією себе.»** |  | Усі учасники освітнього процесу |
| 1. | Арт-марафон «22ефективні способи привести мозок в норму і повну готовність» |  |  |
| 2. | Інформаційне повідомлення: "Саморегуляція". |  |  |
| 3. | Флешмоб «Дружня підтримка». |  |  |
|  | | | |