

В феврале 2019 года

в «Клубе родительской взаимопомощи» состоялся практикум для родителей детей с ОВЗ по теме:

«Снятие психоэмоционального напряжения».

Для выявления стрессовых факторов, переутомления, эмоционального напряжения была применена диагностическая методика «Река».

Для устранения напряжения родители с удовольствием погрузились в интерактивный песочный мир. Родители применяли приемы релаксации, связанные с использованием образов. Каждый нашел тот образ, который наилучшим образом вызывает нужное состояние.

Воспроизводя образы внешнего мира, быстро отвлекаешься от напряженной ситуации, восстанавливая эмоциональное равновесие.

Для большего эффекта использовалась интерактивная песочница совместно со зрительным и музыкальным сопровождением.



