

Настроение и душевность

18 апреля 2019 года во 2-м студенческом общежитии Ташкентского института инженеров ирригации и механизации сельского хозяйства был проведен психологический тренинг, организованный воспитателем-педагогом А.Хаитовой и психологом института М. Мухаммедовой.

Программа называется «Улучшение положительного эмоционального настроения в группе и развитие навыков сотрудничества». Тренинг «Невидимые связи» объединяет людей тончайшей нитью и определяет уважение и доброту к друг к другу. В жизни каждого человека существует множество различных связей с кем-то или с чем-то. Эти связи могут существовать у нас как осознанно, и тогда это "видимые связи", так и не осознанно. Если мы не осознаем, какие связи есть в нашей жизни, то они становятся для нас "невидимыми". Метод Расстановочной Работы позволяет проявить "невидимые связи". Помогает увидеть их и разобраться в том, как, каким образом и на что они сейчас влияют в жизни человека.

Тренинг-прощение, освобождение от обид, гнева, эмоциональной зависимости. Как часто в своей жизни мы обижаем других, порой самых близких людей, как часто обижают нас. Мы несем в сердце эти обиды, вспоминая и накручивая себя, отравляя свою жизнь. Все обиды, нанесенные нам или нанесенные нами, оседают в подсознании и ограничивают энергию жизни. Простив всех, кто вас обидел, вы улучшите свое здоровье и обретете спокойствие. Наше прошлое явно влияет на наше поведение. Каждое мгновение жизни наш разум записывает всё, что с нами происходит каждый звук, каждый вид, боль, эмоцию, прикосновения, и использует затем эти данные для нашего выживания. Эти тренинги с психологом М. Мухаммедовой произвели большое впечатление на девушек. Никто из участников мероприятия не остался без внимания. В конце программы воспитатель-педагог А.Хаитова поблагодарила студенток и преподавателей.



Пресс-секретарь института Рахимбой Джуманиязов.