**День открытых дверей клуба «Уроки Здоровья»**

**в ОПК СТИ НИТУ МИСиС**

Как известно: «Лучше предупредить, чем лечить». Поэтому основной миссией ОГБУЗ «ЦОЗиМП г. Ст. Оскола» является профилактика ХНИЗ, формирование ЗОЖ. Поэтому в рамках плана межведомственного взаимодействия с ОПК СТИ НИТУ МИСиС сотрудники нашего Центра проводят просветительскую и психопрофилактическую работу со студентами. Периодически проводятся круглые столы, мастер-классы, акции-лифлейтинг и т.д.

Одним из основных направлений работы со студентами являются «Уроки здоровья» (профилактика вредных привычек и формирования ЗОЖ, поддержание психологического благополучия и т.д.). В рамках этих уроков студенты активно включены в процесс, каждое мероприятие предполагает сопровождение информации видео и раздаточными материалами.

В рамках дня открытых дверей клуба «Уроки Здоровья» 20.10.2022 со студентами в интерактивном формате проводился урок здоровья «До психологическая помощь при ОСР». Такая тематика была выбрана не случайно и была приурочена к значимой дате «Дню психического здоровья», а также обусловлена состоянием общества.

Сегодняшняя ситуация в обществе становится серьезным испытанием для психического здоровья и благополучия любого человека. Состояние, которое преобладает в обществе можно кратко охарактеризовать как психотравмирующее или шоковое. Индивидуальные реакции в данном состоянии могут несколько разниться, но в целом можно выделить несколько основным проявлений (тревога, страх, паника, слезы, агрессия и т.д.)

Поэтому на занятии студентам предлагалось рассмотреть подробнее каждую реакцию и шаги допсихологической помощи самому себе или другому человеку. Для этого студенты были поделены на команды, где каждой команде были розданы листки с заданием и озвучено время на его выполнение. После представитель от команды озвучивал итог коллективной работы. В форме дискуссии студенты обсуждали результаты, задавали вопросы, психолог Емельянова А.А. дополняла информацию.

Такой формат мероприятия, который позволяет быть активами участниками, а не просто слушателями, очень нравится студентам, позволяет сделать психопрофилактическую работу с подростками и молодежью более продуктивной.

Отдел организации медицинской профилактики

ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и

медицинской профилактики города Старого Оскола»

Психолог Емельянова Анна Александровна