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

**в ОПК СТИ НИТУ МИСиС**

**25.10.2022**

В рамках плана межведомственного взаимодействия с ОПК СТИ НИТУ МИСиС 25.10.2022 со студентами-юношами 1 и 2 курсов проведено интерактивное занятие «Допсихологическая помощь при ОСР» клуба «Уроки Здоровья». Такая тематика была выбрана не случайно и была обусловлена состоянием общества.

Сегодняшняя ситуация в обществе становится серьезным испытанием для психического здоровья и благополучия любого человека. Преобладающими эмоциями в обществе являются 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. Ранее занятие с данной тематикой проводилось с группой девушек, однако такая тематика не менее актуальна и для юношей, которым сложнее понять свое эмоциональное состояние или поддержать близкого человека. В процессе обсуждения юноши делали акцент на том, почему чтобы помочь своему психологическому состоянию нужно вести ЗОЖ. Также юноши отмечали, что вредные привычки только усугубляют неблагоприятное психологическое состояние.

Интерактивный формат мероприятия позволяет быть участникам максимально активными, а не просто слушателями, что 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