

## **Воспитанники Планеты Семьи научились говорить о своих чувствах на тренинге**

14.02.2020

Занятие по формированию личных качеств провели подросткам Стационарного отделения Семейного центра Планета Семьи 12 февраля. Чему научились ребята, Объединенной редакции интернет-изданий Южного округа рассказала психолог учреждения Дарья Сочилина.

«Участники тренировались проживать свои эмоциональные состояния и говорить «от сердца к сердцу», - пояснила Дарья Сергеевна. - В процессе ребята описывали свои чувства, говорили о дружбе и том, что ценят и уважают друг в друге, а что, наоборот, их беспокоит».

Тренинг провели профессиональные психологи. Как отметила Дарья Сочилина, эмоциональное раскрытие ребят поможет им выстраивать отношения, разрешать конфликты и создавать доверие в отношениях с окружающими.

В процессе встречи с подростками также обсудили, кто такой лидер и почему важно соблюдать не только свои, но и коллективные интересы.

Занятие вошло в серию мастер-классов «Наше будущее - наш выбор», которую организуют специалисты Региональной общественной организации содействия инновациям в педагогике, психологии и медиации «Нравственное поколение».

*Фото предоставили в СЦ Планета Семьи*

---

Адрес страницы: <http://moskvoreche-saburovo.mos.ru/presscenter/news/detail/8695113.html>

---

[Управа района Москворечье-Сабурово города Москвы](#)