Автор: Administrator
22.01.2021 10:32 -

В рамках исполнения регионального плана мероприятий «Года содружества семьи и школы», объявленного Губернатором Пензенской области на 2020-2021 учебный год, обучающиеся колледжа приняли участие в вебинаре для студентов. Ведущим вебинара, **Хасьминским Михаилом Игоревичем -** руководителем Патриаршего Центра кризисной психологии, членом Общественного Совета ФСИН России, была раскрыта тема «Как не поддаваться на манипуляции и избежать втягивания

в деструктивные сообщества».

Как отменил Хасьминский М. И., *«…в целях профилактики надо быть внимательнее. Если возникает непривычная или неожиданная ситуация, не стоит принимать быстрых решений. Лучше брать паузу на подумать. Важно хорошо дифференцировать свои ощущения, чувства, отслеживать непривычные для себя мысли. И обязательно освоить техники борьбы — это прекрасный способ оставаться всегда на своей стороне…*
»

Рекомендации и советы, как не поддаваться на манипуляции, избежать эмоционального шантажа и втягивания в деструктивные сообщества Вы можете найти в разделе социально-психологической службы.