

Програма зустрічі

Формат: Група психологічної підтримки та Арттерапевтична зустріч

Мета: Розвиток навичок ефективної взаємодії та комунікації серед учасників. Створення безпечного простору для обміну досвідом, емоційного розвантаження, довіри та взаємної підтримки.

Дата проведення: 24 липня 2025 року

Місце проведення: молодіжний простір «ROOF», м. Чернігів, вул. Ремісника, 28

Час	Етап програми	Опис діяльності
10:45 – 11:00	Реєстрація, неформальне спілкування	Привітання учасників.
11:00 – 11:20	Знайомство у колі + вправа "Суперсила моєї комунікації"	Кожен учасник ділиться своїм іменем та тим, як проявляється його суперсила у спілкуванні
11:20 – 11:40	Міні-обговорення: Що таке ефективна комунікація?	Ключові принципи комунікації без конфліктів, активне слухання, чесний зворотний зв'язок
11:40 – 12:10	Вправа «Діалог довіри»	Учасники практикують навички відкритого діалогу в парах
12:10 – 12:30	Рефлексія у малих групах	Обговорення, які інсайти/виклики виникли під час діалогу
12:30 – 13:00	Кава-пауза, легкий перекус	Відпочинок, неформальне спілкування
13:00 – 14:30	Арттерапевтична частина: «Fluid Art»	Ця зустріч присвячена техніці флюїд-арту — абстрактному малюванню за допомогою рідкого акрилу. Учасники зануряться в процес створення живопису, який не вимагає художніх навичок, але дозволяє повністю виразити свій настрій, емоції та внутрішній стан через рух фарби та взаємодію кольорів.
14:30 – 15:00	Підсумкове коло	Обмін враженнями, емоціями та думками. Що забираю з собою?

Проект «Глибинно: психоемоційна підтримка молоді» реалізується ГО «Молодіжна платформа» за сприяння Норвезької ради у справах біженців (NRC) в Україні та за фінансової підтримки Міністерства закордонних справ Німеччини.