Психолог ДГ „Боряна“

Радост Стамболиева – психолог и майка, която разбира предизвикателствата на родителството от личен и професионален опит.

Посветена на да помагам на деца и семейства да изграждат по-добра комуникация и да създават хармония у дома.

Родителството е пътуване, изпълнено с предизвикателства и радости, но понякога е трудно да намерим правилния път.

Не забравяйте, че не сте сами! Възпитанието не идва с наръчник, но споделянето и търсенето на подкрепа могат да направят чудеса.



Психолог ДГ „Боряна“

Моят план за работа е да открия силните страни на всяко дете, да им дам нови начини за справяне в трудни за тях ситуации, да преодолеят кризите съпътстващи детското им развитие и да изградя умения да разпознават чувствата си, да ги изразяват и овладяват адекватно.

Процеса се случва без очаквания и рамка, защото работата е индивидуално и групово с всеки. Това е една от моите сили. Вярвам, че всяка личност е автентична. Стремя се да откривам силните страни и ресурсите, с които разполага всеки един от нас.

Работата ми дава възможността да постигам целите си, да се срещна с много съдби, много семейства. Всъщност това разпалва още повече интереса ми към човека, човешкото и отношенията в семейството. Изисква много труд, голямо и топло сърце, което да посреща нуждаещите се от подкрепа. Нямам вълшебна пръчица, работя само с вътрешните си ресурси – търпение, любов, старание, влагане на голямо количество енергия.

Психолог ДГ „Боряна“

Вярвам, че от голяма важност е екипната работа между родители, педагози и специалисти. По този начин подхода към детето ще бъде идентичен във всички среди и ефективността от подкрепата ще бъде много по-голяма. За това ние в ДГ „Боряна“ сме планували информиране на родителите за особеностите на детското развитие чрез обучителни тренинги, както и консултативни, психологически сесии по график и при нужда от психологическа подкрепа, предоставяне на информация за по-ефективно общуване и взаимодействие с децата;

Първата тема, която ще обсъдим е ***„Адаптация за детска ясла и градина“*** или ***„Как да подготвим себе си и детето за предстоящата промяна?“*** – Всяка година за редица семейства този период е свързан с много вълнения и емоции. За много деца и родители това е изключително стресиращо събитие, изпълнено с неизвестност, несигурност и тревога. Родителите си задават много въпроси за това как да подготвят детето за яслата/ детската градина.

Психолог ДГ „Боряна“

Друга тема, която ще засегнем ***е Емоционалната интелигентност***. Тя е ценно качество, което подобрява целия живот на човека и на тези около него. Назоваването и разграничаването на различните чувства в нас е важна първа стъпка за ефективното справяне с тях. Но този процес е по-труден, отколкото изглежда на пръв поглед - много от нас се затрудняват в опитите си да осъзнаят какво точно чувстват, а какво остава за децата. Понякога най-очевидното определение на дадена емоция може и да не е най-точното. Важното е, че всяка емоция си има време и място, никога не продължава безкрайно и може да й се отговори. Процесът е дълъг, силните емоции връхлитат неочаквано. Този вид интелигентност се изгражда с постоянство. Когато започнем да развиваме ЕИ в ранна възраст, ние не само подобряваме способността си да се разбираме и комуникираме с другите, но и укрепваме нашето психическо и емоционално благополучие.



Ще ви очаквам ☺