

НАЧАЛЬНИК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЛАБОРАТОРИИ ИК-2 ПРОВЕЛА СЕРИЮ ЗАНЯТИЙ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ С СОТРУДНИКАМИ ОТДЕЛА ОХРАНЫ, НАПРАВЛЕННЫХ НА СНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ И ТРЕВОЖНОГО СОСТОЯНИЯ, ВОЗНИКАЮЩИХ

НАЧАЛЬНИК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЛАБОРАТОРИИ ИК-2 ПРОВЕЛА СЕРИЮ ЗАНЯТИЙ МЕТОДОМ АРТ-ТЕРАПИИ С СОТРУДНИКАМИ ОТДЕЛА ОХРАНЫ, НАПРАВЛЕННЫХ НА СНЯТИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ И ТРЕВОЖНОГО СОСТОЯНИЯ, ВОЗНИКАЮЩИХ В ПРОЦЕССЕ НЕСЕНИЯ СЛУЖБЫ

03.03.2021

Профессиональная деятельность сотрудников уголовно-исполнительной системы протекает в «экстремальных условиях» так как она обусловлена высокой ответственностью, которая способствует появлению симптомов хронической усталости, профессионального выгорания, сопровождающихся снижением работоспособности сотрудников, снижением самооценки и эмоциональным истощением.

Стр. №1 из 3

Адрес: [https://zakonovest.ru/post-group/nacha](https://zakonovest.ru/post-group/nachalnik-psixologicheskoy-laboratorii-ik-2-provela-seriyu-zanyatij-metodom-art-terapii-s-sotrudnikami-otdela-oxrany-napravlennyx-na-snyatie-emocionalnogo-napryazheniya-i-trevozhnogo-sostoyaniya-voz/)

lnik-psixologicheskoy-laboratorii-ik-2-provela-seriyu-zanyatij-metodom-art-terapii-s-sotrudnikami-otdela-oxrany-napravlennyx-na-snyatie-emocionalnogo-napryazheniya-i-trevozhnogo-sostoyaniya-voz/

Дата публикации: 04.03.2021

В своей работе психологи УИС стараются использовать методы психокоррекционного воздействия, которые не занимают много времени, не требуют физической подготовки и обладают высокой эффективностью. Как считает начальник психологической лаборатории ИК-2 Ольга Колесникова, метод арт-терапии является оптимальным для решения данной задачи. Арт-терапия-это методика, которая позволяет понять себя, свое состояние и заглянуть в свой внутренний мир, передать через рисунок свои эмоции, снять напряжение и стресс.

С сотрудниками отдела охраны использовалась групповая форма арт-терапии, так как она дает возможность проведения работы со значительно более широким кругом сотрудников. Также, совместное творчество помогает познать мир другого человека, развивает ценные социальные навыки, учит взаимной поддержке и совместному решению общих проблем, повышает самооценку и облегчает социальную адаптацию.

Кроме того, в рамках проведенного курса занятий сотрудники учились выполнять дыхательные упражнения, позволяющие снять нервное напряжение и стимулирующие работоспособность.

Стр. №2 из 3

Адрес: [https://zakonovest.ru/post-group/nacha](https://zakonovest.ru/post-group/nachalnik-psixologicheskoy-laboratorii-ik-2-provela-seriyu-zanyatij-metodom-art-terapii-s-sotrudnikami-otdela-oxrany-napravlennyh-na-snyatie-emocionalnogo-napryazheniya-i-trevozhnogo-sostoyaniya-voz/)

Сотрудники с большим интересом приняли участие в проведении данного курса

l  
nik-psixologicheskoy-laboratorii-ik-2-  
provela-seriyu-zanyatij-metodom-art-terapii-  
s-sotrudnikami-otdela-oxrany-napravlennyh-  
na-snyatie-emocionalnogo-napryazheniya-i-  
trevozhnogo-sostoyaniya-voz/

Дата публикации: 04.03.2021

мероприятий – активно взаимодействовали, высказывали свое мнение, рассказывали о своих ощущениях, возникших в ходе проведения занятия, и своих впечатлениях в целом.

---

Средство массовой информации сетевое издание «Законовест» зарегистрировано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций. Свидетельство регистрации СМИ Эл № ФС 77 — 73896 от «19» октября 2018.  
E-mail: zakonovest@anopartner.ru

---

Стр. №3 из 3

Адрес: <https://zakonovest.ru/post-group/nachalnik-psixologicheskoy-laboratorii-ik-2-provela-seriyu-zanyatij-metodom-art-terapii-s-sotrudnikami-otdela-oxrany-napravlenных-na-snyatie-emocionalnogo-napryazheniya-i-trevozhnogo-sostoyaniya-voz/>

Дата публикации: 04.03.2021