

## В Адыгее на психологическом тренинге осужденные ИК-1 рассказали о своих мечтах и желаниях

13 января отмечается день «Осуществи свою мечту». Сотрудники психологической лаборатории исправительной колонии № 1 предложили осужденным психологические тренинги с использованием ассоциативных карт и откровенный разговор, отражающий их отношение к видению будущего.

— Задания с использованием карт предполагают активную художественно-творческую деятельность и в группе, и в ходе индивидуальных занятий. Также карты могут быть использованы психологами в процессе терапевтических сеансов, — рассказали психологи.

В начале занятия участники выбирают по одной карте, отражающей их отношение к прошлому, настоящему и будущему. Карты желательно выбрать, доверившись первому впечатлению. Затем ведущий предлагает каждому участнику написать на листе бумаги все свои желания. Затем выбираются из списка желаний важные — это список целей. Третий список, — это то, что уже достигнуто в жизни.

— Посмотрите внимательней на свою жизнь, ищите только позитивное, не смотрите на негативы Ваших достижений. У любого человека есть свои достижения. Окончить школу, — это достижение, даже три класса — это тоже достижение, — обратились к осужденным психологи.

---

Через пару месяцев человек склонен замечать какие-то новые шаги, которые помогают приблизиться к своим целям, изменяется мышление. Желания и цели начнут конкретизироваться и немного меняться. Некоторые отпадут, появятся новые, и человек увидит, чего хочется больше, а чего меньше

Стр. №1 из 2

Адрес: <https://zakonovest.ru/post-group/v-adygee-na-psixologicheskom-treninge-osuzhdennye-ik-1-rasskazali-o-svoix-mechtax-i-zhelaniyah/>

Дата публикации: 14.01.2021

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. №2 из 2

Адрес: <https://zakonovest.ru/post-group/v-adygee-na-psixologicheskom-treninge-osuzhdennye-ik-1-rasskazali-o-svoix-mechtax-i-zhelaniyah/>

Дата публикации: 14.01.2021