

ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ НАЦОНАЛЬНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ОЛЕСЯ ГОНЧАРА

КОЖЕН З НАС – УНІКАЛЬНИЙ!

**Програма тренінгу з
подолання стану самотності
студентів**

Дніпропетровськ

2014

УДК 378.013.42
ББК 74.662
К58

Автори: Тетяна Григорівна Веретенко - кандидат педагогічних наук,
професор, завідувач кафедри соціальної педагогіки і соціальної
роботи Інституту людини Київського університету імені Бориса
Грінченка;

Вікторія Анатоліївна Гриценко - викладач кафедри соціальної
роботи Дніпропетровського національного університету імені
Олеся Гончара.

Рецензент: Ренате Хейкієвна Вайнола - доктор педагогічних наук, професор
кафедри соціальної педагогіки і соціальної роботи Інституту
людини Київського університету імені Бориса Грінченка.

*Рекомендовано Вченою радою
факультету суспільних наук і міжнародних відносин
Дніпропетровського національного університету імені Олеся Гончара
(протокол № 5 від 8.12.2014 р.)*

К 58 Веретенко Т. Г. Кожен з нас — унікальний! : програма тренінгу з подолання
стану самотності студентів / [авт.-упор. Т. Г. Веретенко, В. А. Гриценко]. -
Дніпропетровськ : ДНЗ "МВПУПІТ", 2014.- 67 с.

Програма тренінгу містить методичні рекомендації із соціально-педагогічної
роботи з самотніми студентами.

Адресовано соціальним педагогам, практичним психологам, кураторам та
майстрам виробничого навчання, які працюють зі студентами вищих навчальних
закладів I-II рівнів акредитації.

Зміст

Пояснювальна записка	
Навчально-тематичний план	13
Модуль I. Секрети саморегуляції емоційного стану	14
Заняття 1. Знайомство	15
Заняття 2. Ти - не один	18
Модуль II. Свобода продуктивного спілкування	25
Заняття 3. Конфлікти	26
Заняття 4. Як спілкуватися продуктивно	30
Модуль III. Дружня родина - це моя реальність!	34
Заняття 5. Хлопці та дівчата	35
Заняття 6. Моя сім'я	39
Модуль IV. Моє життя - мій вибір!	43
Заняття 7. Здоровий спосіб життя	44
Заняття 8. Моє майбутнє	50
Додатки до занять	52
Список рекомендованої літератури	65