

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Твой путь»

Программа направлена на формирование навыков здорового образа жизни, психологической компетентности и жизнестойкости.

Участие в тренингах поможет подросткам разобраться в личностных особенностях, повысить коммуникативную компетентность, навыки эффективного общения в разных ситуациях, в том числе и конфликтных.

Все тренинги проводятся с учетом возрастных и психологических особенностей детей, учитывая принцип корректности подачи информации.

Отличительной особенностью тренингов является то, что они проводятся в интересной для молодежи игровой форме. Широко используются методы арт и сказкотерапии, а также различные басни и притчи.

В число развиваемых во время тренингов навыков входят:

- коммуникативная компетентность,
- навыки эффективного общения в разных ситуациях,
- управление собственным эмоциональным состоянием,
- самопознание,
- уважение к себе и другим людям,
- конструктивное поведение в конфликтных ситуациях,
- взаимоотношения с представителями противоположного пола.

В результате освоения программы

Будет активно формироваться психологическая компетентность подростков, включая развитие жизненных навыков и ориентации на позитивные ценности.

Активизируется процесс личностного развития, улучшение субъективного самочувствия и укрепление психического здоровья.

Повысится уровень терпимого отношения к другим.

Повысится уровень культуры и уверенности в сфере межличностного общения.

Повысится уровень мотивации к ведению здорового образа жизни, психологическая компетентность подростков.

Начнет активно формироваться профорIENTATIONная установка.

Повысится уровень знаний о различных видах зависимости и социально значимых заболеваниях.