



13 марта в 15.00 ч. состоится психологическая дискуссия «**Розы и шипы лидера**».

Чтобы стать лидером, одного желания мало. Нужно научиться брать на себя ответственность, иметь социальное влияние и уважение в коллективе. Это постоянный труд и работа над собой. Какие виды лидерства существуют? Какими качествами должен обладать успешный лидер? Как раскрыть свой личностный потенциал? Эти и другие вопросы будут обсуждаться на дискуссии.

Для формирования необходимых навыков подросткам будут предложены психологические упражнения и деловая игра.

АЛГОРИТМ



ЗДОРОВЬЯ

19 марта в 13.00 ч. состоится урок здоровья «**Алгоритм здоровья**».

На уроке подростки ознакомятся с определенным алгоритмом, направленным на улучшение здоровья и сохранение хорошей физической формы долгие годы, автором которого является ученый-медик Николай Михайлович Амосов. Подробно будет разбираться антистресс-алгоритм, помогающий человеку сберечь свои силы и выжить в экстремальной ситуации. Напоследок участники ознакомятся с методикой «СуперИммунитета» доктора Джозла Фурмана, которая поможет укрепить здоровье и защититься от многих заболеваний.



27 марта в 16.00 ч. состоится тренинг избавления от обид «Безобидный тренинг» из цикла занятий Школы психического здоровья для женщин.

Обида – эмоция сложная, которая способна только разрушать, а не созидать. Для того, чтобы понять и простить обидчика, нужно разобраться с истоками обиды.

Участницы мероприятия найдут ответы на вопросы: «Что такое обидчивость?», «Как научиться прощать все обиды?». В этом им помогут психологические техники.



31 марта в 12.00 ч. состоится психологический лекторий «Поколение гаджетов.

Компьютерная зависимость у подростка: как распознать и предупредить» из цикла занятий клуба для молодых родителей «Семейный факультет».

Зависимость ребенка от Интернета – одна из самых распространенных проблем, волнующих родителей сегодня. Современные дети, которых социологи так и называют «цифровые от рождения», не представляют себе и дня без использования гаджетов.

Посетив занятие клуба, родители получают исчерпывающие ответы о компьютерной зависимости у подростка, и действенные советы по ведению воспитательной беседы.