**Тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-во  часов | Форма проведения | Методический материал |
|  |  |  |  |  |
| I | Мир моих чувств. | 2ч | Игровой тренинг | Упражнение «Лимон»,  Игры «Я люблю, я не люблю», «Мой портрет в лучах солнца»,  сказка «Золотая рыбка».  Упр. «Говори»,  Игра «Ослиная шкура», «Негативные и позитивные «Я»  Психогимнастика «Чувства» |
|  | Эмоциональная стабильность и положительная самооценка. | 1 |
| Самоконтроль.  Ответственное отношение к своим поступкам. | 1 |
| II | Уроки общения | 3ч. | Интреактивное занятие | Игры «Права человека», «Отстаивание своего мнения», «Преодоление  обвинения» Самодиагностика «Мастер коммуникации»  Упражнения «Чувства животных», «Объясняю-понимай», «Разговор через стекло»  Дискуссия «Эмоции и психоактивные вещества»  Эхотехника «Скажи по другому» Игра «Резюмирование» «Лидер», «Свободный микрофон» |
| Личность как самоценность в процессе общения | 1 |
| Чувства и эмоции во время общения | 1 |
| Отработка навыков позитивного общения | 1 |
| III | Мой жизненный выбор | 2ч. | Тренинг | Дискуссия «самоуважение и употребление ПАВ»  Упр. «Мои ценности», «Переоценка качеств», ролевая игра «Рекламное агентство»  Мозговой штурм  Сказка «Путь»  Игра «Ресурсные состояния» |
| Отношение к проблеме употребления ПАВ | 1 |
| Развитие ценностно-смысловой сферы, уверенности в себе | 1 |
| IV | Жить в мире с собой и другими | 2 ч. | Занятие с элементами тренинга | Упр. «Волшебный щит»  Упр.«Принятие критики»  Игра «Полярности» Игра «Ресурсное», «Ведение переговоров»  Упр. «Хочу тебе пожелать»  Игры «Растопи круг», «Связанные руки», «Выйди из круга»  Сказка «Коряга»  Игра «Свободный микрофон» |
| Конструктивные способы выхода из конфликтной ситуации | 1 |  |
| Межкультурное понимание и эмпатия.  Заключение. Подведение итогов. | 1 |  |
|  | итого | 9 часов |  |  |