**Тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема занятия | Кол-вочасов | 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 |  |  |