**Тренинг « Твой Выбор».**

Цели:

-Умение находить позитивное русло в мышлении и поведении.

 -Относиться лояльно и не агрессивно к внешним и внутренним раздражителям.

- Умение понимать и делать осознанный выбор.

Задачи:

1.Познание своих внутренних и внешних резервов для противодействия негативному воздействию.

2.Уметь правильно взвешивать и оценивать ситуацию.

3. Умение принимать решение, делать свой выбор и принимать ответственность за него.

План тренинга

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 1 | Приветствие | Как мой кумир | 2 мин |
| 2 | Разминка | Шарики | 5мин |
| 3 | Что для тебя выбор? | Выбор глазами подростка | 5мин |
| 4 | Что если,  | Что если у тебя ограниченно время , что ты сделаешь? | 5мин |
| 5 | Зависимость.привычка, необходимость.В чём схожесть и различие? | Раскрытие темы.Дискуссия. | 10мин |
| 6 | Помощь дышать | Командная работа направленная на развите ответственности. | 3мин |
| 7 | Агитация2 подростка агитируют … | Подросток должен уговорить больше людей принять свою сторону. | 5-7мин |
| 8 | Что такое ответственность | Обсужденние взглядов. | 5мин |
| 9 | Моя мечта | На листе бумаги нарисуй свою мечту. | 2 мин |
| 10 | Прощание | - | - |