

Занятие с элементами тренинга «Мир, который создаю я сам»

14 января 2026 года педагоги ЦППМС провели тренинговое занятие "Мир, который создаю я сам" для учащихся 8 класса МБОУ "Степанцевская СОШ" Вязниковского района, направленный на развитие осознанности и ответственности за собственную жизнь.

В ходе тренинга ребята активно участвовали в интерактивных упражнениях, направленных на осознание собственных ценностей, целей и желаний.

Педагоги помогли им исследовать собственные убеждения и установки, влияющие на формирование их жизненной позиции и принятие решений.

Особое внимание уделялось развитию навыков самоанализа и рефлексии, позволяющих подросткам лучше понимать себя и свои эмоции.

Участники тренинга учились определять свои сильные стороны и ресурсы, которые они могут использовать для достижения поставленных целей и преодоления трудностей.

Обсуждались вопросы личной ответственности за свои поступки и выбора собственной реакции на происходящие события.

Ребята анализировали примеры конструктивного и деструктивного поведения в сложных жизненных ситуациях.

Тренинг стал важным шагом в формировании у подростков позитивного отношения к жизни и укреплении их психологической устойчивости.

