**Аннотация к дополнительной общеобразовательной программе**

**«Уроки психологии»**

* **Педагог** Мехоношина Анастасия Павловна
* **Период обучения** – 2 года
* **Для обучающихся** 13-18 лет
* **Цель программы** – создание благоприятных условий для личностного развития обучающихся путем психологического просвещения и целенаправленного развития их психологических возможностей.
* **Краткое содержание:**

Подростковый возраст - время перехода от детства к взрослости. Это внутренний процесс поиска себя и своего пути в этом мире. Очень важно выстроить опоры и ориентиры, на которые можно безопасно опираться и исследовать свои возможности в этом мире.

*На первом году обучения* происходит знакомство в группе, ряд занятий уделяется установлению коммуникативного пространства в учебной группе, далее идет освоение таких блоков как психология личности (с целью ответить на вопрос «какой я?»), основы профориентации (с целью ответить на вопрос «кем я хочу быть).

*Второй год обучения* начинается также с формирования коммуникативного пространства в группе, а далее идет изучение психологии общения (с целью развития коммуникативной сферы), «юный психолог» (с целью ответить на вопрос «как я могу помогать другим?»), семейной психологии (с целью осознания особенностей своей семьи, формирования ответственного отношения к ней).

* В течении этого периода обучающийся освоит основные теоретические знания, будет уметь пользоваться психологическими методиками для улучшения качества жизни, знать способы и возможности личностного развития (рефлексия, осознанный выбор, саморегуляция и многое другое), а также способы развития своих умственных и творческих способностей.

Также в программе предусмотрено регулярное участие в конкурсах гуманитарной направленности.



 



