



«Практическая психология на каждый день»

Самое трудное — не защищать свое мнение, а знать его. А. Моруа

*При согласии незначительные дела вырастают, при несогласии величайшие гибнут.
Гай Криси*

Что я знаю о других людях и о себе? Всегда ли я понимаю их, а они меня? Как мне управлять собой, своими эмоциями? Что делать, чтобы достичь желаемой цели? Как вести себя в трудной ситуации? –

Эти и другие вопросы, с использованием игр, тестов, проектов, элементов тренинга, будут обсуждаться на курсе «Практическая психология на каждый день»

Темы встреч (возможные☺) :

«Я сам »

- ❖ Знакомство с группой. Введение в курс.
- ❖ Задачи практической психологии и немного истории ☺)
- ❖ Личность. Индивид-Личность-Индивидуальность. Типологии личностей.
- ❖ Кто я? Какой я? Мои Опоры и Уязвимости. Уверенность в себе.
- ❖ Темперамент и характер.
- ❖ Человек - существо мыслящее. Познавательные способности. Мышление: стандартное и творческое... Как развить?
- ❖ Что же такое настроение, и на что оно влияет? Оптимист и Пессимист... Выбор переживаний. Синтонность.
- ❖ Модели поведения. Пассивность и активность. Агрессия и асертивность
- ❖ Самопознание.
- ❖ Самоорганизация – мое время и мои дела. Как успевать и делать? Выбор и решения.

«Я и другие люди»

- Общение. О назначении общения, о межличностных отношениях.
- Какой я в межличностных отношениях? Как меня воспринимают другие люди?
- Влияние и независимость.
- Визитная карточка человека. Облик человека. Невербальное общение.
- Разрешите другому быть другим. Принцип «МИРНОГО СОСУЩЕСТВОВАНИЯ и НЕВМЕШАТЕЛЬСТВА во внутренние дела»
- Что такое наша дружба? А привлекательность? Случайные и НЕ случайные факторы в привлекательности и дружбе.
- Конфликты. Виды и причины конфликтов, способы их разрешения.
- Группы – особенности взаимодействия. Лидерство.
- Социальные роли. Ролевое взаимодействие - ожидания и ролевой конфликт.
- Создавая действительность. Планы. Выбор профессии.

По результатам курса возможна зачетная работа в форме эссе на выбранную тему, проекта в команде, обсуждения.

Вводное занятие – 11 сентября, ср, 14:50, каб. 513