

## ПРОГРАММА ЛАГЕРЯ:

### 🔥 БЛОК «УВЕРЕННОСТЬ В СЕБЕ»

#### Цели:

- Уверенней вести себя в коллективе сверстников;
- Защищать себя и свои интересы уверенно и без агрессии;
- Управлять своими эмоциями и проявлять терпимость в общении с близкими;
- Преодоление психологических барьеров в творчестве;
- Развитие коммуникационных и лидерских способностей;
- Развить умение говорить красиво, выразительно, уверенно;
- Найти новые способы решения проблемных ситуаций;
- Дать новый опыт общения с родителями.



### 🔥 БЛОК «ЭФФЕКТИВНАЯ ЛИЧНОСТЬ»

#### Цель:

Развитие субъектных способностей личности по отношению к себе, своим целям и другим людям.



#### Темы:

- Какие качества даны человеку от рождения, и почему мы утрачиваем доступ к ним в течение жизни.
- Какие стереотипы и установки ограничивают нас в достижении целей.
- Как эффективно расставлять приоритеты.
- Как мотивировать себя и других для достижения целей каждый день.
- Как почувствовать себя Автором своей жизни, невзирая на любые обстоятельства.
- Как эффективно строить отношения с людьми, и какие качества нам необходимо развить для этого.

## 🔥 БЛОК «МОТИВАЦИЯ»

### Цели:

- Приобретение знаний в области современных подходов к мотивации.
- Повышение эффективности управления мотивацией.

### Темы

- Эволюция взглядов на мотивацию деятельности человека. Современные взгляды на мотивацию.
- Исследование феномена мотивации. Мотивация и демотивация.
- Внешняя и внутренняя мотивация.
- Самомотивация.



## 🔥 БЛОК «УСПЕШНАЯ КОММУНИКАЦИЯ»

### Цель:

Обучение навыкам эффективной коммуникации.

### Темы:

- Техники установления, поддержания контакта и выхода из контакта.
- Умение слушать и понимать позицию партнера.
- Навыки управления своим состоянием.
- Навыки управления уровнем напряжения в ситуациях взаимодействия.
- Осознание своих сильных сторон и ограничений в ситуациях взаимодействия с другими людьми.



## 🔥 ДРУГИЕ ЛЕКЦИИ И ПРОГРАММЫ

- Семинар «Психологические характеры»
- Гендерная психология – лекция «5 шагов к счастливым и успешным отношениям»
- Тренинг по командообразованию
- Драматерапия – работа с комплексами и страхами
- Королевская ночь с гостями

## ТРЕНЕРЫ

### Ведущая учебного блока: тренер Елена Васильева

Психолог, педагог, филолог. Образование.

Латвийский университет - филологический факультет. Институт Экзистенциальной и Гуманистической Психологии (Литва)

Институт Интегративной Психологии  
Профессионального Развития (Москва).

Институт Тренинга (С.-Петербург)

Институт Коучинга (С.-Петербург)

EFC Russia (Москва).



Стаж работы в организации и проведении тренингов более 20 лет.

География ее деятельности: Россия, Чехия, Израиль, Франция, Германия, США, Грузия, Мальта, Турция, Болгария, Кипр, Латвия, Литва, Эстония.

### Ведущая блока командообразования и драмотерапии – Юлиана Володко



- ◆ Профессиональная актриса Драматического театра
- ◆ 10 лет тренер в молодежном образовательном проекте «Академия личности»
- ◆ 7 лет вожатая в лагере „Mažasis genijus“
- ◆ Драмотерапевт

### Организатор лагеря, ведущая блока гендерной психологии – Людмила Скобелева

- ◆ Директор фирмы «Mažasis genijus»
- ◆ Опыт работы с детьми и подростками более 20 лет
- ◆ Сертифицированный коуч
- ◆ Карьерный консультант по методике DIGITAL HUMAN
- ◆ Профессиональный организатор мероприятий (опыт 24 года)

