

«Мои границы», психологический тренинг для подростков в Культурном центре «Москвич»

11.03.2014

Культурный центр «Москвич» открывает новый проект для детей и подростков — «Уроки общения» (10+). В рамках проекта, в марте 2014 года состоится бесплатный тренинг **«Мои границы»**, который проведут московские психологи, авторы многочисленных тренинговых программ Елена Литвинова и Сергей Хоркин (Московская служба психологической помощи населению). Тренинг поможет подросткам развить навыки общения: свободно выступать на публике, управлять своими эмоциями, уверенно вести себя в трудных ситуациях, успешно отстаивать своё мнение.

Тренинг состоит из трех занятий по 2 часа. Занятия пройдут в увлекательной форме: дискуссии, ролевые игры, импровизации и интерактивные лекции. Темы занятий:

- Психологические границы личности
- Развитие психологических границ человека
- Независимость от внешнего влияния

Вход свободный, предварительная регистрация через форму <http://goo.gl/ZzG2zQ> и по телефону (499) 178-36-06.

Запись проводится на весь тренинг целиком (три занятия) и открыта до 15 марта. Количество мест в группе — не более 12 человек.

15, 22 и 29 марта, 15:00

<http://mskcc.ru/Events/Details/183>

Адрес страницы: <http://tekstilschiky.mos.ru/presscenter/news/detail/971765.html>

[Управа района Текстильщики города Москвы](#)