

## «Жизнь вне зависимостей...»

Автор: Administrator  
07.04.2023 14:33

---

С целью формирования умений противостоять современным зависимостям **7 апреля 2023 года**

В рамках Всемирного дня здоровья педагог-психолог Центра провела для выпускников организаций для детей-сирот занятие с элементами тренинга «Жизнь вне зависимостей»



В ходе занятия участники получили информацию о видах и этапах формирования зависимости, отработали способы противостояния внешнему групповому давлению, нашли здоровые альтернативы пагубным зависимостям.

Упражнения тренинга «Хозяин – раб», «Потеря» помогли ребятам прочувствовать состояние, в котором находится зависимый человек, понять, что происходит с жизнью зависящего человека, ощутить его боль.

В конце занятия ребята высказались о негативном отношении к различным видам зависимостей и выразили желание ответственно относиться к своему здоровью, вести здоровый образ жизни.