Тренинговое занятие «От мечты — к цели, от цели — к воплощению»

Автор: Administrator
21.02.2019 16:24

21 февраля в рамках реализации программы социальной адаптации «Дорога в жизнь» педагог-психолог Центра постинтернатного сопровождения провела для выпускников организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей **тренинговое занятие «От мечты – к цели, от цели – к воплощению»**
.

Упражнения тренинга помогли участникам понять, чем мечта отличается от цели; научиться трансформировать мечту в цель, определять, ставить и формулировать цели, от небольших до самых грандиозных, научиться грамотно составлять пошаговый план достижения поставленных целей, во что бы то ни стало.

В конце занятия каждый участник с помощью теста для лепки создал свою мечту. Техника визуализации позволила каждому осознать свою цель и оформить ее в конкретный ясный образ, который будет четко ассоциироваться с достижением цели.

Тренинг позволил каждому участнику увидеть свои истинные цели и желания и задуматься о своем будущем, выстроить картину того как на самом деле они хотят прожить свою жизнь.

Надеемся, что занятие вдохновило выпускников на новые, казавшиеся ранее нереальными или несбыточными, достижения и свершения.