



Выпускники интернатных учреждений часто сталкиваются с невероятным давлением и манипуляциями со стороны окружающих людей. Они не всегда могут противостоять подобному отрицательному влиянию, однако зачастую трудно это сделать потому, что такая позиция не всегда популярна в их среде. Кроме того, просто в силу определенных особенностей они просто не владеют надежными способами противостояния давлению группы. Уметь говорить «нет» – это очень важный и полезный навык для жизни.

Именно этому навыку учились студенты из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей на **тренинговом занятии**, которое прошло **14 июня** в *структурном подразделении ТОГБПОУ «Многоотраслевой колледж»* «Парус надежды».

Упражнения тренинга помогли понять ребятам, почему необходимо, и как противостоять чужому давлению. В процессе практического упражнения «Откажись по-разному» они научились выражать отказ оптимальными способами, отработали навыки уверенного поведения, отстаивания своей позиции.

Учимся говорить «НЕТ!»

Автор: Administrator
14.06.2018 18:31

В конце занятия участники пришли к выводу, что умение сказать «нет» позволяет человеку почувствовать, что он имеет свои интересы, свой собственный взгляд, своё мнение, потребности, вкусы и предпочтения, а также обозначить границы своей независимости и облегчить собственную жизнь.