**Программа «Я не то, что было, а то, что будет!»**

**Программа предназначена** для детей старшего подросткового возраста (14-18 лет).

**Цели программы:**

1. Повышение эффективности профилактической работы с несовершеннолетними с целью предупреждения вероятности совершения правонарушений среди несовершеннолетних и приобщения к психоактивным веществам через осуществление межведомственных социально-превентивных и психолого-педагогических мер воздействия.

2. Обучение навыкам ответственного поведения за свое физическое, психологическое, социальное, нравственное и духовное здоровье.

**Задачи программы:**

- обучение навыкам эффективного общения, критического мышления, принятия ответственных решений, выработка адекватной самооценки, формирование толерантного сознания;

- обучение умению постоять за себя, избегать неоправданного риска, делать правильный, здоровый выбор;

- формирование навыков регуляции эмоций, избегания стрессов, сопротивления давлению извне, разрешения конфликтов без ущерба для себя и окружающих.

Программа рассчитана на 9 занятий.

Программа реализуется в групповой форме.

Занятия проводятся 2 раза в неделю, продолжительность занятия 3 академических часа.

**Занятия включают:**

* упражнения на сплочение;
* мини-лекции;
* слайд-презентации,
* видеоролики;
* притчи;
* практические задания;
* упражнения на снятие напряжения;
* сеансы в сенсорной комнате.

**Ожидаемые результаты.**

В результате тренинговой работы у несовершеннолетних произойдут следующие изменения:

- подростки узнают свои личностные особенности;

- станут более толерантными;

- научатся управлять своими переживаниями и разрешать возникающие конфликты;

- выработают позитивные жизненные цели и мотивацию к их достижению;

- разовьют умения понимать чувства, настроения, мотивы поведения других людей;

- освоят навыки «быть успешным», самостоятельно принимать решения, уметь сказать «нет»;

- осознают значимость моральных и нравственных ценностей, определяющих выбор здорового образа жизни;

- повысится самосознание подростков через разнообразные формы работы;

- появятся конкретные и устойчивые планы на будущее;

- повысится уровень знаний, умений и навыков.