**Аналитическая справка о проведении психологического интенсива**

**«Знакомый/незнакомый Я».**

В период осенних каникул для обучающихся и волонтеров ШСП ОО ЛГО в рамках реализации подпрограммы «Профилактика правонарушений на территории Лысьвенского городского округа» муниципальной программы «Обеспечение общественной безопасности Лысьвенского городского округа» в 2023 году и национального проекта «Образование» был организован психологический интенсив «Знакомый/незнакомый Я». Сроки проведения: с 01.11 по 03.11.2023.

Цель: Стимулирование подростка на развитие навыков позитивного мировосприятия через овладение элементарными приемами психологической саморегуляции и познание самого себя, человеческих отношений.

Задачи:

• Создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.

• Расширение знания участников о чувствах и эмоциях, создание условий для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.

• Способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.

• Способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.

В подростковом возрасте зачастую эмоции захлестывают, и даже могут испугать, и не всегда подростку хватает умений и навыков, чтобы справиться с ними, понять самого себя и свои переживания. Поэтому психологический интенсив способствовал знакомству участников с особенностями своего эмоционального мира, с методами саморегуляции, научил практическим навыкам в управлении своих чувств.

В интенсиве приняли участие 21 обучающийся в возрасте от 12 до 16 лет.

* 1. План проведения психологического интенсива:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **дата** | **мероприятие** | **место** | **ответственный** |
| 01 ноября  2023 г.  10.00-11.30 ч.  12.00-13.00 | Психологический интенсив (знакомство с участниками)  «Знакомый/Незнакомый Я» | МАУ ДПО «ЦНМО» | Кандакова Л.А. |
| Участие в мастер-классе  «Устраняем телесные зажимы» | АУ «Лысьвенский театр драмы им. Анатолия Савина» | Шмакова В. Ю. |
| 02 ноября  2023г.  10.00-13.00 ч. | Интерактив «Мои эмоции. Саморегуляция» | МАУ ДПО «ЦНМО» | Кандакова Л.А. |
| 03 ноября  2023  10.00-13.00 | Просмотр фильма «Чучело». Интерактив «Мировое кафе»  Рефлексия | МАУ ДПО «ЦНМО» | Кандакова Л.А.  Татаринова О.Е. |

По отзывам самих участников интенсив позволял им заглянуть «внутрь себя», помог разобраться в собственных эмоциях, подружил и сплотил ребят из разных школ города.

Ст. методист МАУ ДПО «ЦНМО» Кандакова Л.А.