**Уважаемые коллеги,**

**кураторы студенческих групп!**

**Для эффективности совместной работы социально-педагогическая и психологическая служба предлагает Вам темы кураторских часов.**

***Тематика практических занятий:***

***1-й курс***

** «Развитие коллектива, сплочение»**

 **«Самопознание»**

* Знакомство и сплочение группы
* Способность к сотрудничеству
* Быть вместе, или как стать дружной группой

**«Я- студент»**

* Правила успешного студента
* Превращаем стресс в возможность. Секреты психологического здоровья
* Навыки публичных выступлений
* Сессия: стратегия успеха

*2-3 курс*

**«Самооценка. Саморазвитие»**

* Навыки эффективного общения
* Виды и причины конфликтов, стратегии и тактики выходов из конфликтной ситуации
* Превращаем проблему в цели
* Выбор моей профессии
* Энергия успеха
* Тайм-менеджмент - управляя временем, управляй жизнью
* Идеализация как фактор формирования отношений
* Управление эмоциями: как перестать беспокоиться и жить свободно
	1. *курс*

**«Самоутверждение. Самореализация»**

* Жесты – зеркало внутреннего мира
* Физиогномика - читаем лица
* Правило постановки цели или подари себе мечту
* Самопрезентация или кто я
* Страх - ограничитель свободы
* Первое рабочее место – старт по карьерной лестнице

****

**Групповое участие в тренинговых модулях:**

* Успех - как стиль жизни
* Искусство выступать, влиять и вдохновлять
* Эффективный поиск работы

**Занятия по программе «Подготовка молодежи к семейной жизни»**

* Формирование супружеской пары
* Специфика добрачного периода
* Как возникает любовь?
* Супружеские конфликты
* Искусство быть родителями

**Актуальные темы:**

* Легко ли быть студентом?
* Право на личное счастье. Готовимся к семейной жизни
* Как рационально использовать время
* Позитивный взгляд на мир
* Как подготовиться к экзаменам и зачетам
* Причины и признаки стрессового напряжения
* Методы профилактики стресса
* Социальные отношения и конкуренция
* Отличие миров мужчины и женщины
* Как выйти из круга, или что такое ревность
* Искусство управлять собой или как сделать свою жизнь более яркой и интересной
* Имидж специалиста, навыки делового общения
* Самоорганизация, или как делать то, что любишь и любить то, что делаешь

**Тематика социально-педагогических кураторских часов:**

**«Быть здоровым- модно…»**

* Пивной алкоголизм
* Социальные последствия наркопотребления
* Красота и сигарета – вещи несовместимые
* Профилактика созависимого поведения

**«Правовой ликбез»**

* Знай свои права
* Социальная поддержка молодежи в период обучение в ВУЗе
* Профилактика правонарушений

**«Профориентация»**

* Адаптация молодого специалиста к профессии
* Первый день на рабочем месте
* Я профессионал



Просим Вас для проведения тренингов и кураторских часов с участием специалистов социально-педагогической и психологической службы связываться заранее, за одну-две недели до проведения мероприятия.

**Мы рады сотрудничеству**

 **с Вами!**