

«ОАЗИС СПОКОЙСТВИЯ»

Программа рассчитана на подростков 12-18 лет

Форма занятий - индивидуальная

- Волнуешься, выходя к доске на уроке?
- Хочешь активно общаться в компании, но в горле ком и страшно?
- Периодически чувствуешь себя не в своей «тарелке»?

С этим можно справиться!

Приходи на занятия по программе «Оазис спокойствия».

Эта программа рассчитана на подростков 12-18 лет.

Программа направлена на снижение тревожности у подростков.

Ты сможешь получить конкретные знания для решение своих проблем, выработать адекватную самооценку и развить свои личностные качества и способности к общению.

