

Каждый модуль
включает
теоретическую часть и
интерактивные
упражнения: игры,
обсуждения,
практические
задания.

Развитие Личности Подростка

Mamed Orujov

Программа Тренинга

1. **Информация:**

критическое восприятие и использование данных.

2. **Персонализация:**

осознание своих ресурсов и потенциала.

3. **Общение:**

эффективные и осознанные коммуникации.

4. **Эмоциональная грамотность:**

управление эмоциями, стрессоустойчивость.

5. **Управление временем:**

тайм-менеджмент и приоритеты.

6. **Внутренний рост:**

личное развитие и постановка целей.

7. **Личность и общество:**

взаимодействие, адаптация, работа со стереотипами.

8. **Принятие решений:**

методы выбора в сложных ситуациях.

9. **Работа со знаниями:**

структура и критический анализ информации.

10. **Саморазвитие:**

навыки осознанного роста.

11. **Финансовая грамотность:**

управление бюджетом, основы инвестирования.

12. **Креативное мышление:**

генерация идей, нестандартный подход.

13. **Управление стрессом:**

релаксация, mindfulness.

14. **Стратегическое планирование:**

построение долгосрочных целей.

15. **Цифровая грамотность:**

ответственное поведение в интернете.

16. **Конфликтология:**

методы мирного разрешения споров.

ПОЧЕМУ ЭТО ВАЖНО?

Эта программа решает ключевые проблемы, с которыми сталкиваются подростки:

Дефицит практических навыков.

Школа не учит управлять временем, эмоциями или финансами.

Недостаток обсуждений в семье.

Темы общения, стрессоустойчивости и принятия решений часто остаются вне диалога.

Потребность в современных навыках.

Работа с информацией, креативность и критическое мышление необходимы в жизни и карьере.

Результаты:

Ваш подросток научится справляться с вызовами, адаптироваться к изменениям и находить баланс в жизни. Каждый модуль даёт конкретные навыки, которые применимы сразу.

Условия участия

Один день: 50 AZN

Продолжительность: 2 месяца (2 раза в неделю)

Полная программа (18 дней): 800 AZN (-12%)

Заявки принимаются: orujov@gmail.com

ПОДАРИТЕ ШАНС

Встать на шаг впереди!