

Прогнозируемый результат

- осознание своих потенциалов, возможностей и ценности собственной жизни;
- понимание причинно-следственных связей событий и поступков;
- познание разных стилей мироощущения;
- осмысленное созидательное взаимодействие с окружающим миром;
- внутреннее ощущение силы и гармонии.

Материально – техническое оснащение

Преимуществом данного курса является минимальный набор материально-технического оснащения, который включает в себя:

- литературный материал (подборка притч согласно тематическому плану);
- аудио – записи медитативной, релаксационной музыки (с целью создания необходимой атмосферы занятия);
- Mp3 – проигрыватель и накопитель.

Тематическое планирование

Тематическое планирование данного курса не должно и не может быть постоянным, так как подготовка к каждому последующему занятию будет зависеть от самих участников группы, их индивидуальных личностных потребностей.

Каждое занятие состоит из 3-х этапов:

- релакс (введение в атмосферу занятия);
- рефлексия (анализ предыдущего материала);
- работа с новой темой.