Программа «Жизненные навыки»  посвящена не столько навыкам, сколько тому, как устроена жизнь.  Не вся жизнь, а  лишь отдельные, со всеми происходящие ситуации.  Данная программа — это  помощь в развитии эмоционального интеллекта, Духовного (не религиозного) начала в ребенке.

9-летний возраст в современной психологии называют «кризисом 9 лет».  Этот возраст отличается бурной сменой настроений, всплеском интереса к сексу и любви, интересом к психологии и тайнам человеческих характеров, а так же гораздо меньшим интересом к школе и образованию.  В 9-й год жизни впервые  приходит интерес к психологической стороне жизни, появляется критичность и обесценивание.  Самооценка еще пока определяется отношением родителей, чем острее критика и отвержение со стороны  родителей, тем хуже они думают о себе.  Одна из проблем усложняющееся и приближающееся к реальности восприятие других людей и взрослых. Подмечаются слабости и недостатки, которые безжалостно высмеиваются, что приводит к усложнению взаимодействия и общения.  Они сами страдают от этих возрастных перемен, ощущают себя противостоящими окружающему миру, который кажется им враждебным. Возвращаются страхи, капризы, упрямство и строптивость.

Следующий переломный возраст  11-12 лет. В этот  период:  возникает новый уровень представлений о справедливости;  появляется взгляд на ситуацию со стороны наблюдателя, но при этом самооценка падает до минимума; пик эмоциональной нестабильности достигает крайности.  Естественно,  в эти периоды необходима поддержка  и помощь младшим подросткам и их родителям со стороны специалиста.

Можно решать эти проблемы двумя способами: хаотично и системно. Хаотично — быстрое решение, привели ребенка  к специалисту,  убрали проблему или ее симптомы. Но не надолго. Ребенок стал послушнее и спокойнее на некоторое время, до очередной ситуации в школе, дома  или со сверстниками.  Системное решение – более затратный процесс, но который решит проблемы надолго или навсегда. Записали ребенка в группу, расспрашиваете его, о том, что было ему ценным и важным на занятиях. Если находите достаточно времени и терпения что-то пообсуждать, то это самый надежный способ показать ребенку его ценность. Это долгий и не простой путь, но только так сохраняются отношения и строится взаимопонимание  с ребенком до самой взрослости.

В центре внимания программы  находятся основные  жизненные проблемы:

* принятие себя и уважительное отношение к себе самому;
* собственные и чужие чувства, ценности, проблемы;
* как вести себя с другими, принимать других как других;
* как строить отношения, конфликтовать;
* отстаивать собственные убеждения, аргументировать.

Моя задача помочь найти доступ к драгоценному источнику души, сформировать  привычку доверять собственному внутреннему, ориентироваться на Совесть и чутье в отношении правильного. Ребята на занятиях учатся:

— познавать собственные тенденции поведения, которые порождают трудности,

— принимать решения в нестандартной ситуации, развивая волю, снижая уровень агрессии,

— видеть связь между усилием и достигнутым результатом,

— развивать способность реалистически оценивать себя,

— удерживать противоречия, выдерживать разные правды об одном и том же,

— вступать в отношения, помнить о границах:  своих  и другого — уважать их.

Занятия проводятся в тренинговой форме.  Моделируем ситуации, чтобы ребята оказались в них лично включенными, а далее анализируем обстоятельства, чувства, поведения, решения.  Набираем младших подростков в две группы:  9-10 лет и 11-12 лет, по 6-10 человек в группу.