

# Академия Жизни для подростков

---

Создана для информационной и практической поддержки подростков и их родителей



АКАДЕМИЯ ЖИЗНИ  
для подростков



## Главное о нашем образовательном проекте

Есть трудности в понимании ребенка-подростка?

Возможно вы говорите с ребёнком на разных языках, но об одном и том же.  
**Как найти точки соприкосновения друг с другом?**

Чем мы можем помочь?

- ✓ Показать путь к осознанию, что родительство – это РАДОСТЬ, а не испытание
- ✓ Найти общие точки соприкосновения (P+P = Дружба)
- ✓ Поддержать подростков и помочь им обрести уверенность, жизненнонеобходимые навыки для счастливой и успешной жизни.

Что необходимо сделать?

Необходимо заложить **фундаментальные смыслы**, о которых мы все зачастую забываем в повседневности. Уникальность Академии заключается не в помощи в подготовке к ГИА или профориентации, а в формировании понимания жизни, постановке своих личных целей и определения пути для самореализации.



## Главное о нашем образовательном проекте

Чему необходимо  
научить?

- ✓ **ПОДРОСТКА:** необходимо обучить жизненно важным навыкам (целеустремленность, управление эмоциями, эффективному общению).
- ✓ **РОДИТЕЛЯ:** навыки оказания поддержки ребенка и создания среды для его развития.

Как будем  
обучать?

Мы против нудных лекций, назиданий и чтения моралей, наши занятия будут проходить в безоценочной среде, в форме диалога, дискуссий, игр и осмыслений, с учетом мнений и пожеланий подростков и родителей.

**Наше правило: мы все учителя друг другу.**

# Структура Академии Жизни для подростков



АКАДЕМИЯ ЖИЗНИ  
для подростков

Включает различные программы  
для обучения подростков и родителей

Базовый курс  
«Школа  
общения»

*Старт в мае*

Родительский  
клуб  
«Круг доверия»

*Старт в мае*

Основной курс  
«Школа  
навыков»

*Старт в сентябре*

Спецкурс  
«Бизнес-школа»

*Старт в сентябре*

# Базовый курс «Школа общения»



АКАДЕМИЯ ЖИЗНИ  
для подростков

## 1 занятие в неделю по 3 часа

- **1 занятие «Дружба»** Что значит дружить. Ценности дружбы между людьми. Как поддерживать дружеские отношения. Псевдодрузья. Решение конфликтных ситуаций. Дружба с родителями. Дружба между мальчиками и девочками. Ситуации вторжения в личные границы. Как уметь говорить «Нет».
- **2 занятие «Отношения. Чувства. Эмоции»** Трудности во взаимоотношениях. Как их преодолевать. Причины обид и других негативных чувств.
- **3 занятие «Мое настроение»** Как настроить свое настроение. Настрой на ежедневные дела, на занятия. Как понять настроение другого человека. Как не зависеть от чужих настроений.
- **4 занятие «Хочу все знать...»** развитие познавательного интереса. Креативность, находчивость, изобретательность.
- **5 занятие «Дорога моей жизни»** У каждого свой путь. Мой образ будущего. Каких помощников, какие ресурсы использовать, чтобы справляться с трудностями.
- **6 занятие «Я успешен» База.** Что значит успех в жизни. Планирование. Целеполагание. Умение брать ответственность.
- **7 занятие «Умение быть в коллективе»** Общение в коллективе. Лидеры и аутсайдеры. Критичность мышления. Сплочение коллектива.



# Родительский клуб «Круг доверия»

## 1 занятие в неделю по 3 часа параллельно с детьми

- **1 занятие «Я как родитель»** Введение в принципы гуманной педагогики. Что значит эффективный родитель. Неэффективные модели поведения.
- **2 занятие «Эмоции родителя и подростков»** Главный секрет успеха в развитии ребенка. Эмоциональное воспитание. Техники. Практики.
- **3 занятие «Настроение подростка. Как справляться»** Как настроить свое настроение. Настрой на ежедневные дела, на общение с ребенком. Как понять настроение ребенка. Неформальный подход.
- **4 занятие «Решение конфликтных ситуаций в семье»** Ожидания и претензии. Как помочь друг другу. Как выйти из конфликта с пользой.
- **5 занятие «Среда для развития подростка»** Создаем благоприятную среду в пространстве и в общении. Прорабатываем эмоциональную компетенцию Родителя.
- **6 занятие «Доверие».** Доверительная среда, принципы эффективных коммуникаций. Доверие своему ребенку и жизни.
- **7 занятие «Методы убеждения подростков»** Учимся договариваться. Принцип выиграл –выиграл.
- **8 занятие «Ресурсное состояние Родителя»** Ресурсное состояние Родителя –ключ к успеху. Техники



АКАДЕМИЯ ЖИЗНИ  
для подростков

# Стоимость обучения

1 месяца ( 12 часов) = 3500 рублей

**1 час = 290 рублей**

Базовый курс  
«Школа  
общения»

Родительский  
клуб  
«Круг доверия»

Основной курс  
«Школа  
навыков»

Спецкурс  
«Бизнес-школа»

## Летний лагерь навыков «Мой путь»

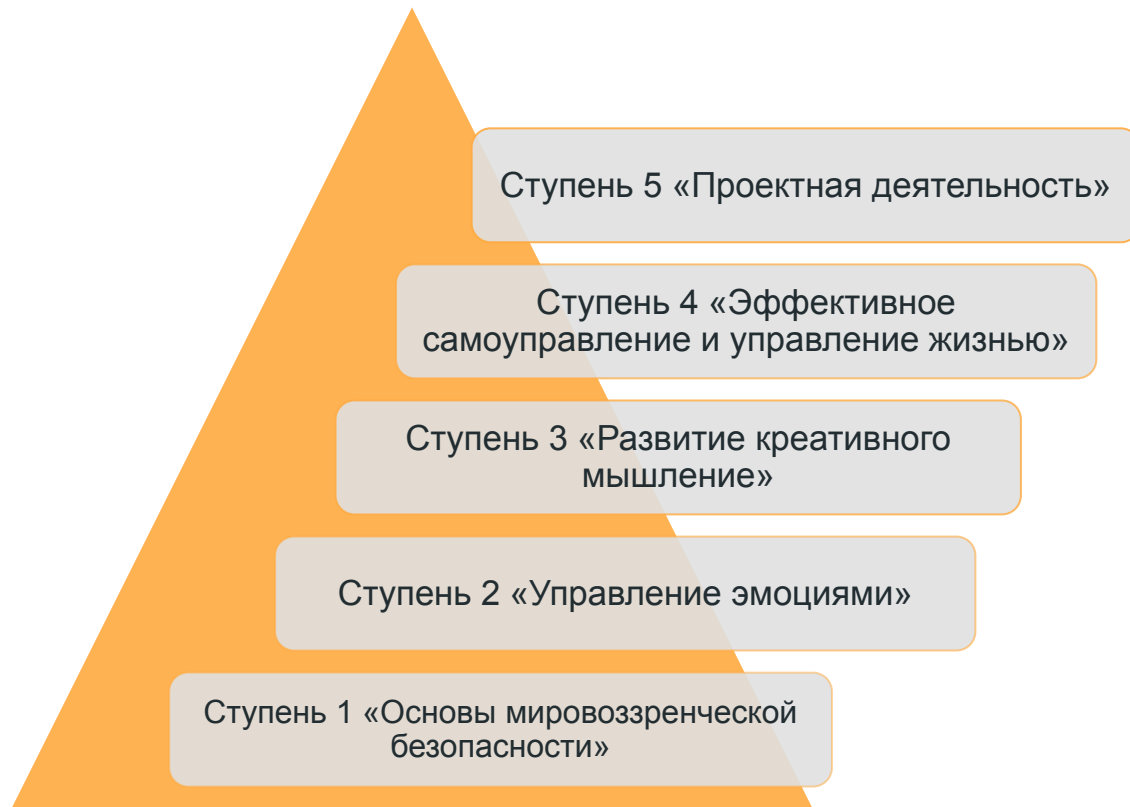


АКАДЕМИЯ ЖИЗНИ  
для подростков

- В летний период на базе Академии Жизни для подростков будет работать летний лагерь. 3 сезона по 10 дней.
- Это будет время креатива и творчества, интересных проектов и прогулок.
- Будем играть в коммуникационные и деловые игры (Стокер).
- Подробная информация в мае!



# Ступени обучения в «Школе Жизни» – курс рассчитан на **2,5** года. Обучение каждой ступени **3** месяца





## Представляем наших тренеров

- **Сергей Белов** — профессиональный бизнес-тренер, сертифицированный коуч ICU, автор книги «Как получать то, что хочется? Записки бизнес-тренера. Самоучитель для Жизни и Бизнеса».

***«Много лет обучая взрослых я понял, что учить нужно детей и подростков»***

- **Юлия Токмашева** — бизнес-тренер, тренер по саморазвитию и личной эффективности, мотивационный спикер, преподаватель в сфере управления с десятилетним опытом работы в вузе. Проводит научные исследования в области групповых взаимодействий.

***«Иди по жизни так, будто впереди всегда есть чему научиться»***

- **Елена Едуш** — предприниматель, организатор проектов. Маркетолог, юрист, магистрант организационной психологии. Мама 3 детей. Дополнительное образование: образовательный курс «Мама, Папа, Я» Шалвы Амонашвили. Курс «Секреты детского поведения», relationship center, inc. Сертификат Tetahealing basic DNA, тренинги «Фасилитация в современном бизнесе», «Эмоциональный интеллект в бизнесе».

***«План изменчив - фундамент стабилен»***