



**Группа: «Свобода быть собой»: о
самоценности**

Метод/подход: группа личностного роста
(с элементами гештальт-подхода)

Участники группы: студенты любых курсов

Вид группы: **закрытая** (первые 3 встречи
группа открыта, далее группа закрывается)

Ведущий группы: педагог-психолог,
гештальт-терапевт, КПТ-терапевт

Самсонова Марина Николаевна

Цели группы:

- Развитие самооценности
- Уменьшение зависимости от оценки других
- Развитие умений не обесценивать свои достижения
- Научиться распознавать свои потребности
- Работа с внутренним «критиком»

Форма работы: встречи проходят 1 раз в
неделю, очно

Место проведения группы: поликлиника
РУТ (МИИТ), ул. Новосущевская, 18

День и время встреч: **четверг, 17.00-19.00**

Длительность: 120 минут

Продолжительность: 3 месяца

Места: есть

Запись в группу: через форму заявки

[«Заявка на участие в работе
психологической группы»](#)

