

# Личностный рост!



# ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Движение

Работа над собой

Развитие

Преодоление барьеров





чѐ ?

Куда ?

Зачем ?



**ТРЕНИНГИ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА  
ФОРМИРУЮТ УМЕНИЕ ПРИНИМАТЬ  
СЕБЯ И СВОЮ ПРИРОДУ, СТАВИТЬ  
ПЕРЕД СОБОЙ ЦЕЛИ И ДОСТИГАТЬ  
ИХ, УПРАВЛЯТЬ СОБОЙ И СВОИМ  
ОБРАЗОМ ЖИЗНИ.**

# ВИДЫ ТРЕНИНГОВ

**Существует две формы тренингов  
личностного роста:**

- групповые
- индивидуальные

# ГРУППОВОЙ ТРЕНИНГ



Группа обычно состоит из одного - двух тренеров и 5-20 участников. На занятиях у каждого участника есть возможность проявить себя, узнать много нового о себе и своём взаимодействии с миром и другими людьми.

# ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ТРЕНИНГИ



ОСНОВНОЙ АКЦЕНТ В ТРЕНИНГЕ  
ЛИЧНОСТНОГО РОСТА ДЕЛАЕТСЯ НА  
САМО ИССЛЕДОВАНИИ  
УЧАСТНИКОВ ГРУППЫ



РЕЗУЛЬТАТ ИЛИ ДЛЯ ЧЕГО  
МЫ ВСЕМ ЭТИМ  
ЗАНИМАЕМСЯ

