

*Владея собой,  
мы владеем миром*

**Психическое здоровье** - это состояние благополучия, при котором человек может реализовывать свой собственный потенциал, справляться со стрессами, плодотворно работать и приносить пользу другим людям.

### ***Критерии психического здоровья:***

- критичность к себе и к результатам своей деятельности;
- соответствие психических реакций социальным обстоятельствам;
- способность строить свои планы и реализовывать их;
- способность изменять свое поведение в зависимости от обстоятельств.

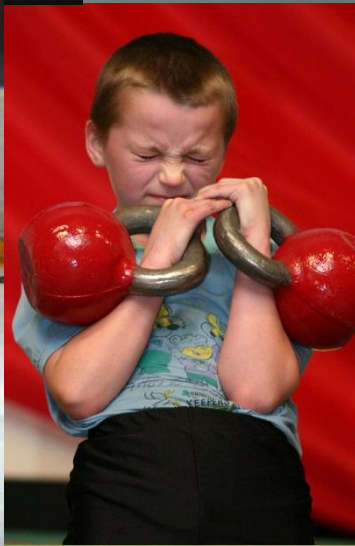
# *Правила работы в группе*

- БЫТЬ ПОЗИТИВНЫМ
- Говорить от «Я»
- Здесь и теперь
- Говорит тот, у кого в руках мяч, остальные - молчат и слушают
- Не оценивать

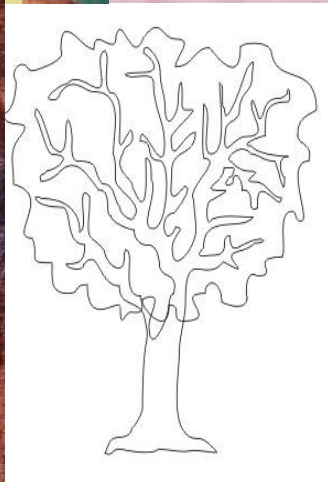
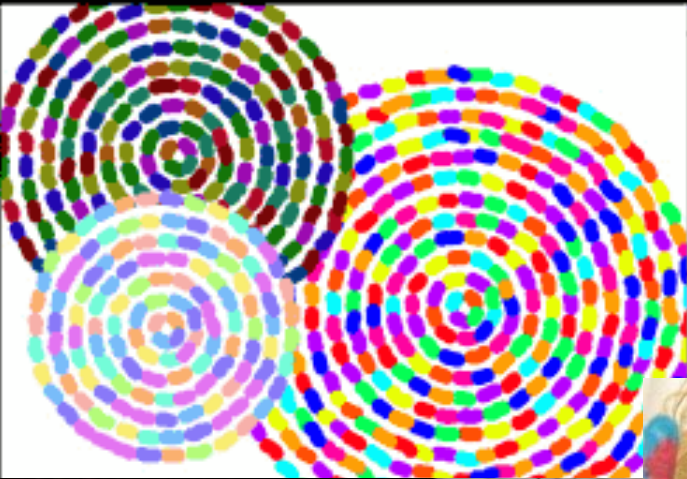




Никогда не сдавайся!

















*Владея собой,  
мы владеем миром*