

3 апреля 2014 г. состоялось очередное заседание Вятского интеллектуального клуба (ВИК) . Тему **"Психология страха"** задавал психолог-консультант, директор ООО "Каждый день"
Т.С. Кожевников
. Докладчик охарактеризовал понятие, причины и методы преодоления страха как разрушительной эмоции. Страх является одной из естественных эмоций любого человека. Бесполезно стремиться полностью уничтожить страх, но крайне необходимо снижать уровень страха, чтобы данная эмоция не приобрела опасный для жизни и здоровья характер. Особое внимание было обращено на способы развития самообладания у человека, среди которых важное место занимает наполнение положительной информацией, поскольку человек является тем, кем он себя программирует.