

Красноярск
2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа способствует развитию психических функций обучающихся, и как следствие способствует успешной учебной деятельности.

Направленность : социально-гуманитарная.

Форма обучения: очная

Уровень сложности содержания программы: базовый

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана дополнительная общеобразовательная программа:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 г. № 996-р.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2020 (Распоряжение Правительства РФ от 24.04.2015 г. № 729-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. №533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом министерства просвещения российской федерации от 09.11.2018 г. №196»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.01.2014 г. №2 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования», АНО ДПО «Открытое образование»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Локальные акты МАОУ ДО ЦПС.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность программы продиктована необходимостью развития умений и навыков конструктивного взаимодействия с целью эффективной социализации личности подростка. Сегодня общество выдвигает новые требования к личности, морали поведению и поступкам. В цивилизованном обществе необходимы знания этикета и норм профессиональной этики, эти нормы и правила складывались веками в процессе совместной жизни и деятельности многих поколений и передавались потомкам. Важной является способность человека прогнозировать свое будущее и соотносить уровень своего профессионализма с меняющимися запросами общества. В этой связи большое значение приобретают знания и навыки в сферах этикета делового общения, а также профессиональное и личностное самоизучение, которое опирается на знания психологии.

Научно - технический прогресс привел к созданию современного производства, где востребованы рабочие профессии. В современном мире науки и техники невозможно представить любое производство, без грамотных специалистов группы «Т», а именно профессионалов с большой буквы, способных не только выполнять работу, но и продуктивно взаимодействовать с окружающими людьми.

Знание азов практической психологии помогает людям лучше адаптироваться к жестким требованиям деловой культуры. Процесс делового общения для многих связан с определенными трудностями, и дело даже не в том, что таким людям трудно развить путем тренировок свои коммуникативные навыки, а скорее в том, что сама ситуация делового общения, порождает психологические и моральные проблемы. Деловое общение ввиду его сложности и специфичности исследователи выделяют в особый социально-психологический феномен (явление), который развивается по своим законам, имеет свой характер и свои правила игры, определенные особенности.

Педагогическая целесообразность этой программы выражается в рациональном сочетании всех возможных методик и приемов, необходимых для реализации педагогом поставленных образовательных и воспитательных задач.

Данная образовательная программа составлена, исходя из контекста основополагающих государственных документов, сформулировавших социальный заказ на воспитание человека, готового самостоятельно принимать решения в ситуации выбора, способного к продуктивному сотрудничеству в процессе социального взаимодействия.

Педагогическая целесообразность

Данная программа соответствует уровню профильной ориентации по профессии дополнительного общего образования и направлена на знакомство с психологией отношений, этическими нормами культуры, как в коллективе, так и в социуме. В этой связи очень важна работа педагога над развитием мотивационной сферы подростков через формирование временной перспективы, что способствует изменению поведенческих навыков, познавательной мотивации, определяющей установку на продолжение образования; овладение опытом самоорганизации,

самореализации, самоконтроля; приобретение опыта продуктивной творческой деятельности, направленной на интеллектуальное, творческое развитие личности каждого обучающегося, умение правильно презентовать себя.

Программа создана на основе большого опыта работы автора, как преподавателя психологии, так и практикующего педагога-психолога, а также на основе изучения и проработки большого количества соответствующей литературы.

Новизна программы состоит в том, что она предлагает разнообразные формы деятельности обучаемых, тем самым способствуя не только их социальному и профессиональному самоопределению, но и личностному развитию.

Активные подростки постоянно стремятся не только к общению, но и самореализации и самоутверждению в обществе сверстников, в жизни, профессии. Необходимо направить эту энергию в созидательное, творческое русло. Поэтому программа направлена не только на изучение основ психологии, но и на воспитание уверенности в себе, коммуникативных навыков в процессе общения.

Новизна и отличительные особенности

Новизна программы заключается в том, что ее успешная реализация предполагает удовлетворение определенных познавательных интересов обучающихся в области психологии межличностных отношений в рамках процесса дополнительного образования. Психологические знания и практические умения в сфере коммуникации позволяют подросткам определить оптимальную стратегию поведения во взаимодействии с людьми, а именно со сверстниками, родителями, педагогами и самим собой. Повышение уровня компетентности в вопросах бесконфликтного общения неизменно приводит к оптимизации проявлений самооффективности и автономности личности.

Отличительной особенностью данной дополнительной образовательной программы является ее полное соответствие здоровьесберегающим технологиям, одной из составляющих которых является поддержание в норме душевного состояния обучающихся, их положительного настроя к позитивному восприятию окружающего мира.

Возраст обучающихся

Программа ориентирована на обучающихся с 13-17 лет, в связи с чем деятельность ориентирована на учет индивидуально-типических и социально-психологических характеристик обучающихся данного возрастного периода: полнота психики (формирование поведенческих новообразований), нарушение сферы коммуникации и межличностного взаимодействия, деформация в области самопринятия и интересов, нестабильность эмоциональных проявлений и др.

Объем программы и режим занятий

Программа реализуется в течение года и рассчитана на 144 часа. Обучающиеся посещают занятия, согласно установленному расписанию два

раза в неделю. Продолжительность одного занятия 2 академических часа с перерывом в 10 минут. Один академический час равен 45 мин.

Продолжительность и режим занятий соответствует санитарным нормам и требованиям безопасности.

Формы организации занятий и методы обучения

При проведении занятий возможны различные формы индивидуальной и групповой деятельности: тренинги, дискуссии, психологические игры, этюды, использование метафор элементов арт-терапии, психодрамы; работа в парах, работа в мини – группах (команда образование), рефлексия, обсуждение материалов или предложенных ситуаций, а также проведение блока упражнений обучающимся в ходе занятий, по заданию педагога или личному желанию.

Индивидуальная форма работы предусмотрена для отдельных учащихся; проводится с целью: углубленного изучения учащимися теоретических знаний психологии, отработки обучающимися практических навыков эффективного общения, помощь в профессиональном самоопределении учащихся.

Основой образовательного процесса является совершенствование навыков работы в группе, и самостоятельная работа обучающихся, выполнение заданий в подготовке и проведении тренинговых упражнений.

Обучение основано на репродуктивном и наглядном методах, направлено на закрепление интереса к практической деятельности в области взаимоотношений.

Цель дополнительной образовательной программы

Целью программы является формирование у обучающихся целостной картины мира, способствующей всестороннему развитию зрелой личности.

Задачи:

образовательные:

- создать предпосылки для расширения познавательной и психологической культуры личности;
- дать представление о психологии личности, индивидуальных особенностях человека;
- ознакомить с закономерностями психологических отношений между людьми;
- ознакомить с элементарными знаниями этических норм поведения в обществе;
- помочь освоить правила этических норм поведения в быту, профессии, обществе;
- расширить знания учащихся в направлении влияния правильного поведения на здоровье человека;
- элементарными понятиями продуктивного взаимодействия;
- с понятием позитивное мышление;
- дать представление о профессионализме, ознакомить с перспективами и возможностями роста в профессии.

развивающие:

- активизировать процессы проектирования профессионального и личностного самоопределения;

- повысить адаптивные возможности личности, выбрать необходимые умения для успешной адаптации обучающегося к учебному заведению и учебной группе;
 - развивать творческий потенциал обучающихся в области речевой коммуникации;
 - формировать и развивать лидерские качества личности, уверенность в себе;
- воспитательные:
- выработать умение строить позитивные отношения с одноклассниками и педагогами;
 - сформировать у обучающихся элементы культуры поведения, этикета делового общения;
 - сформировать умение самостоятельно находить выход из трудных жизненных ситуаций и применять полученные знания и навыки в жизни;
 - умение управлять своими эмоциями;
 - умение слышать и понимать другого человека;
 - научить принимать многообразие мира;
 - обеспечить широкое разнообразие приемов, способствующих бесконфликтному общению.

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема и содержание	Д а т а	Количество часов		
			Всего	Теория	Практика
1	Вводный инструктаж ОТ и ПБ. Первичный инструктаж на рабочем месте. Введение. Общение.		4	3	1
2	Формула, структура и функции общения.		4	2	2
3	Общение как взаимодействие.		4	2	2
4	Средства общения. Вербальное и невербальное общение.		4	2	2
5	Невербальное общение. Границы. Язык тела, мимика, жесты.		4	2	2
6	Вербальные средства общения.		4	2	2
7	Стили общения.		4	2	2
8	Позиции в общении.		4	2	2
9	Манипулирование - понятие, причины, типы манипулятивных систем. Как противостоять манипулятору.		4	2	2
10	Определение понятий «спор», «дискуссия», «полемика».		4	2	2
11	Классификация видов спора.		4	2	2
12	Культура спора.		4	2	2
13	Урок дискуссия «Что мешает открытому общению?»		4	2	2
14	Мотивация.		4	2	2

15	Иерархия потребностей.	4	2	2
16	Темперамент, характер.	4	2	2
17	Понятие о качествах характера личности.	4	2	2
18	Проявление темперамента в разных сферах психики.	4	2	2
19	Связь характера и темперамента.	4	2	2
20	Соотношение характера и личности.	4	2	2
21	Самосознание, процесс самосознания и я «Я -образ». «Я-концепция» и её составляющие. Самоотношение.	4	2	2
22	Самоуважение. Путь уверенности к себе.	4	2	2
23	Эмоции и чувства. Роль чувств в жизни человека. Формы переживания чувств.	4	2	2
24	Эмоции. Виды эмоций. Настроение.	4	2	2
25	Психологические особенности развития человека.	4	2	2
26	Подростковый возраст. Юность.	4	2	2
27	Стресс и дистресс. Понятие, фазы развития стресса.	4	2	2
28	Способы реагирования на стресс.	4	2	2
29	Саморегуляция.	4	2	2
30	Распознавание и управление эмоциями.	4	2	2
31	Профилактика аддиктивного поведения.	4	2	2
32	Любовь. Экология любви.	4	2	2
33	Дружба.	4	2	2
34	Позитивное мышление.	4	2	2
35	Техника самопрограммирования. Согласование ценностей и целей.	4	2	2
36	Итоговая аттестация. Построение жизненного плана. Моделирование будущего.	4	2	2
Всего		144	74	70

Содержание программы

№ п/п	Тема	Содержание занятий
Раздел I. Введение в психологию общения		
1.1	Вводное занятие. Общие правила ТБ и ПБ.	Общие правила ТБ и ПБ. Знакомство с группой. Практика: Тренинговое занятие для формирования соц. компетенций.
1.2	Введение в психологию общения.	Формирование представления об особенностях психологии общения как раздела науки психологии. Практика: демонстрация и обсуждение.
1.3	Структура и функции общения.	Основные компоненты общения. Виды общения. Функция формирования и развития.
1.4	Общение как коммуникация.	Понятие человеческой коммуникации.

1.5	Особенности межличностной коммуникация.	Обмен информацией. Характер межличностной коммуникации. Практика: Упражнение «Собеседование».
1.6	Модели межличностной коммуникации.	Компоненты структурных моделей межличностных коммуникаций.
1.7	Эффективность межличностной коммуникации	Условия эффективной коммуникации. Барьеры коммуникаций. Практика: упражнение «7 богатырей», «Передать одним словом».
1.8	Общение как взаимодействие.	Знакомство с основными методами взаимодействия. Способы получения передачи информации и получения обратной связи. Практика: отработка способов взаимодействия.
1.9	Средства общения.	Раскрытия понятия средства общения. Практика: отработка различия средств общения Тест «Угадай эмоцию»
1.10	Вербальное общение.	Особенности. Виды. Задачи. Практика: упражнение на общение «Другими словами», «Как мы похожи!»
1.11	Невербальное общение.	Границы. Язык тела, мимика, жесты. Практика: выполнение тренинговых упражнения: «Слон ныряет», «Говорящее тело»,
1.12	Визуальные невербальные средства общения.	Кинесика. Проксемика. Вспомогательные визуальные средства общения. Практика: «Разговор через стекло», «Инсценировка песни».
1.13	Акустические, тактильные, ольфакторные невербальные средства общения.	Диагностические процедуры: прохождение теста «Мастер чтения невербальных сигналов»
1.14	Стили общения.	Шесть основных стилей общения. Диагностические процедуры: тест «Ваш стиль общения» (модификация теста Р. В. Овчаровой)
1.15	Перцептивная сторона общения.	Как мы воспринимаем мир. Механизмы и стереотипы восприятия. Практика: анализ видео «Перцептивная сторона общения»
1.16	Формы взаимодействия в общении.	Интеракция. Практика: анализ видео «Устойчивая позиция в общении»
1.17	Позиции в общении.	Э. Берн три основные позиции в общении: Родитель, Взрослый и Ребенок. Практика: решение кейсов «Определи позицию в общении». Диагностические процедуры: тест "Рольевые позиций в межличностных отношениях».
1.18	Техники эффективного знакомства.	Как легко установить контакт. Практика: опрос «Где Вам проще знакомиться?». Отработка техник знакомства.

1.19	Понятие, причины, типы манипулятивных систем.	Четыре основных типа манипулятивных систем. Практика: упражнение «Разговор с незнакомцем», «Определи тип манипулятивной системы».
1.20	Механизмы манипуляции.	Пять составных частей манипулятивной стратегии. Практика: упражнение-разминка «Толкачи»
1.21	Распознавание и защита от манипулятивных технологий.	Базовые защитные установки: уход, изгнание, блокировка, управление, замирание и игнорирование. игра «Противодействие манипуляции», упражнение «Игры манипуляторов», упражнение «Да и нет», упражнение «Марионетка».
1.22	Определение понятий «спор», «дискуссия», «полемика».	Разделяем понятия. Практика: тестируем понятия при просмотре видео ситуациями «спор», «дискуссия», «полемика».
1.23	Классификация видов спора.	Природа споров и конфликтов. Знакомство с классификацией видов спора. Методы регулирования конфликтов. Практика: игра «Кораблекрушение». Диагностические процедуры: методика «Уровень внутренней свободы». Упражнения: «Ассоциации», «Шаг», «Поиск», «Плюсы и минусы», «Я в конфликте».
1.24	Культура спора.	Эристика - искусство ведения спора. Стратегия и тактика спора. Принципы и правила ведения спора. Памятка полемиста.
1.25	Мотивация.	Определение. Основные характеристики. Этапы мотивации. Виды мотивации. Практика: игра-упражнение «Программы мотивации»
1.26	Контрольный урок-дискуссия «Что мешает открытому общению?»	
Раздел II Психические свойства личности		
2.1	Мотивационный процесс	Стадии мотивационного процесса. Элементы мотивационного процесса. Факторы, определяющие мотивационный процесс.
2.2	Теории мотиваций.	Иерархия потребностей Абрахама Маслоу. Разные типы потребностей. Диагностические процедуры: Тест «Иерархия потребностей» модификация И.А. Акиндиновой

2.3	Методики мотивирования и их применение. Текущий контроль	Методики мотивирования учащихся, персонала и самостоятельная мотивация. Практика: Заполнение таблиц.
2.4	Темперамент, характер.	Понятие об основных типах темперамента. Темперамент и выбор профессии. Практика: модифицированный тест Айзенка.
2.5	Свойства темперамента.	Нейродинамические свойства темперамента. Психодинамические свойства темперамента.
2.6	Проявление темперамента в разных сферах психики.	Три сферы проявления темперамента: общая активность, особенности моторной сферы и свойства эмоциональности. Практика: упражнение «Помяли шляпу», упражнение «Попади на спектакль».
2.7	Понятие о характере личности.	Структура и черты характера. Практика: психометрический тест С. Деллигера;
2.8	Анализ моего характера.	Упражнение «Мои положительные и отрицательные черты характера»; практика: Рефлексивная технология «Солнце и туча» О.Л. Гончарова.
2.9	Формирование характера.	Факторы влияющие на формирование характера.
2.10	Взаимосвязь характера и темперамента.	Темперамент как составная часть характера и его основа. Основы формирования черт характера, индивидуальные особенности личности. Влияние среды воспитания, социальных установок и отношений. Способности человека и достижение целей, общение и деятельность.
2.11	Классификация типов характера.	Понятие типологии и классификации характера. Фромм, Шостром и Юнг о характере. Диагностические процедуры: тест «Какой у тебя характер?» Эрнст Кречмер.
2.12	Социальный характер личности.	Стабильн и четко выраженной системы ориентации. Практика: упражнение «Проекция», упражнение «Мое животное».
2.13	Соотношение характера и личности.	Соотношение понятий характера и личности.
2.14	Структура психических свойств личности.	Понятие. Составляющие части: направленность, характер, темперамент, способности.
2.15	Общее и различное в понятиях личность и характер.	Основные черты личности, которые входят в состав характера человека.
2.16	Влияние характера на личность. Влияние личности на характер.	Классификация акцентуаций характеров у подростков, А.ЕЛичко. Практика: анализ личной акцентуации.

2.17	Самосознание личности.	Характеристика самосознания и нарушение самосознания личности. Самоконтроль человека, его состав, виды и функции. Понятие "Я - концепция". Формирование самооценки, её параметры, регуляторная и защитная функции. Понятие уровня притязаний личностью.
2.18	Самоотношение.	«Я -образ», «Я-концепция» и её составляющие. Практика: графическая визуализация собственной «Я-концепции».
2.19	Самопознание	Самоуважение. Путь уверенности к себе. Самоуважение как основа чувства собственного достоинства. Три компонента понятия самоуважение.
2.20	Саморегулирование	Управление поведением и деятельности. Самоконтроль. Практика: техники самоконтроля.
2.21	Эмоции и чувства.	Понятие о эмоциях и чувствах Чем отличаются и какими бывают эмоции и чувства. Практика: упражнение «Распознай, что это чувство или эмоцией».
2.22	Роль чувств в жизни человека. Формы переживания чувств.	Функции. Физиологические основы эмоций и чувств. Теории эмоций.
2.23	Эмоции. Виды эмоций. Настроение.	Виды эмоций: по знаку эмоции, по модальности (качеству) эмоций, по силе и устойчивости. Настроение в психологии: определение, суть, виды.
2.24	Психологические особенности развития человека.	Понятие о психическом развитии человека. Психологический возраст как определенная и относительно ограниченная во времени ступень психического развития индивида. Возрастные новообразования — личностные качества или свойства, которые не проявлялись ранее в психике человека в готовом виде.
2.25	Подростковый возраст.	Физическое развитие. Социальная ситуация. Ведущая деятельность. Психическое развитие. Личностное развитие. Общение. Новообразования.
2.26	Юность.	Физическое развитие. Социальная ситуация. Ведущая деятельность. Психическое развитие. Личностное развитие. Общение. Новообразования. Кризис 17 лет-ценностно-смысловая саморегуляция поведения.
2.27	Стресс и дистресс.	Понятие, фазы развития стресса. Классификация стресса — виды и подвиды.
2.28	Фазы развития стресса	Три стадии стресса. Чем отличается от стресса, эустресса. Тест «Диагностика состояния стресса» (А.О. Прохоров).

2.29	Способы реагирования на стресс.	Виды реакций. Личностные особенности и реакции. Практика: отработка созидательных коппинг-стратегий.
2.30	Саморегуляция.	Понятие, особенности и функции. Теории саморегуляции. Функция саморегуляции.
2.31	Компоненты и уровни саморегуляции.	Особенности саморегуляции по полу. Становление саморегуляции. Практика: идеомоторная и визуомоторная тренировка.
2.32	Распознавание и управление эмоциями.	Чувства и эмоции – выражение нашего отношения к людям, событиям, явлениям. Связь способности к саморегуляции. Практика: Самоанализ эмоциональных состояний. Диагностические процедуры: модифицированный тест эмоций Басса Дарки. Тренинг «Планета чувств». Практика: Тестирование, заполнение таблиц.
2.33	Профилактика аддиктивного поведения.	Понятие. Классификация адикций. Влияние социальных институтов на формирование аддиктивной личности.
Раздел III. Психология в обществе		
3.1	Любовь. Экология любви.	Понятие и функции. Этапы развития. Классификация. Причины возникновения. Характерные признаки. Значение в отношениях
3.2	Дружба.	Психология дружбы и ее связь с социально-психологическими исследованиями межличностной атракции. Типы и виды дружбы.
3.3	Позитивное мышление.	Выгода от позитивного мышления. Преимущества позитивного мышления. Как оставаться позитивным. Практика: Упражнение «Лучшие моменты дня»
3.4	Ошибки позитивного мышления. Синдром выученной беспомощности.	
3.5	Текущий контроль	Заполнение таблиц.
3.9	Техника самопрограммирования.	Психологические механизмы самопрограммирования. Сущность самопрограммирования, как основного метода саморегуляции психики и поведения человека. Экспресс-методы саморегуляции. Практика: Использование техник мышечной и дыхательной релаксации.

3.10	Использование техник мышечной и дыхательной релаксации.	
3.11	Согласование ценностей и целей	Ценности-средства. Ценности-цели. Сходства и различия. Практика: тест «Ценностные ориентации» (автор Милтон Рокич)
3.12	Временная перспектива жизненных планов в юности	Характерные ценностные признаки. Функция временного будущего. Практика: игра «Один день из жизни...»
3.13	Построение жизненного плана.	Жизненный план как инструмент контроля и организации всех видов жизнедеятельности человека.
	Алгоритм картины будущего.	Практика: упражнение «Проверка наших возможностей».
3.14	Техника «Построение реального будущего»	Упражнение "План моего будущего"

Ожидаемые результаты: к концу изучения курса обучающиеся должны уметь использовать полученные знания на практике; воспитывать в себе активную жизненную позицию, ответственность за свое поведение, будущее, эмпатийные черты характера (способность понимать другого человека), уметь контролировать собственные поведенческие и эмоциональные реакции, овладение навыками к конструктивного разрешения конфликта, установление положительных интерперсональных отношений с окружающими людьми.

Способами проверки результатов усвоения программы являются: контроль уровня овладения материалом осуществляется через тестирование, анкетирование, личное активное участие.

Текущая аттестация обучающихся в течении каждого полугодия осуществляется с фиксацией их достижений в виде зачета.

Методическое обеспечение программы

Информационное обеспечение:

- Литература, необходимая для организации лекционных и семинарских занятий;
- дидактический и раздаточный материал;
- методические пособия. Задания на карточках упражнения, мини - тесты, обсуждение).

Методы обучения: методы организации учебно-познавательной деятельности (словесные - беседа, рассказ, монолог, диалог, тренинг), (наглядные - демонстрация иллюстраций, рисунков), (практические, двигательные – тесты, анкеты психологические этюды, упражнения и пр.).

Методы воспитания: беседы, метод примера, педагогическое требование, создание воспитательных ситуаций, поощрение, наблюдение, анализ результатов.

Выбор метода обучения зависит от содержания занятия, уровня подготовки и опыта обучающихся.

Материально-техническое оснащение занятий

- Кабинет для проведения лекционных занятий на 12 учебных мест.
- Компьютер, проектор.

Литература:

1. Бороздина Г. В. Психология делового общения. Учеб. Пособие. - М.: - ИНФРА- М, 2014г.-24с.
2. Бодалев А.А. Личность и общество. - М., 2003.
3. Демидова Т.П. Психологическое сопровождение профессионально-личностного становления обучающихся в средних профессиональных учебных заведениях: Учеб. пособ. - М.: издательство НПО «МОДЭК», 2016.
4. Занимательная психология. Шапарь В.Б. - Ростов н/Д.: Феникс, 2006.
5. Данилова Н.И. Эмоциональные состояния: механизмы и диагностика. - М.95
6. Кривцова С.В. Навыки жизни: В согласии с собой и с миром. - М.: Издательство ЦСПА «Генезис», 2012г. -130с.
7. Каппони В., Новак Т. Сам себе психолог. Серия «Искусство быть». Изд-во «Питер» 1994- 215с.
8. Крижанская Ю.С., Третьяков В.П. Грамматика общения. - М., -1999г.
9. Пономаренко Л. П., Белоусова Р. В. Основы психологии для старшеклассников: пособие для педагога. - М.: изд. Центр ВЛАДОС, 2003.-
10. Пархомчук Г.С. Общаться с подростком. Как? Книга для умных родителей. - СПб.: Вектор, 2009.-208с.
11. Пиз А. Язык телодвижений. Как читать мысли других по их жестам. - Н. Новгород, 2012г.
12. Прутченков А.С. Социально- психологический тренинг в школе. 2-е изд.- М.: Изд-во ЭКСМО- Пресс, 2009. 640с.
13. Самоукина Н. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинги. М.: ИНТОР, 1997.
14. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. СПб., 2004.
15. Час занимательной психологии. Методические указания к проведению внеклассного мероприятия по психологии. - Воронеж: НПО «МОДЕК», 1997г.
16. Энциклопедия для детей. Т.18. Человек. Ч.2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психология. - М.: Аванта+, 2002.
17. Энтони Р. Главные секреты абсолютной уверенности в себе. - СПб.: Питер, 2008.

