**Управление образования администрации г. Тулы**

муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования

**"Центр психолого-педагогического и социального сопровождения"**

*300002, ул. Галкина 17, тел. 47-31-01*

Рассмотрена и принята Утверждаю:

Методическим советом центра Директорпротокол № \_от . .20 г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Панфёрова О.В.

 от « » декабря 2019

Дополнительная общеразвивающая программа

 **«Развитие способности к преодолению**

**неблагоприятных воздействий у подростков»**

Направленность: *социально-педагогическая*

Возраст воспитанников: *12-18 лет*

Срок реализации: *36 занятий (36 часов)*

 Разработчик: Путинцева Дарья Валериевна,

 Рецензент: Березина Екатерина Сергеевна,

Программа реализуется на базе центра с 2013 года

г. Тула, 2019

**1. Основные характеристики программы.**

**1.1. Тип и вид программы.**

Дополнительная общеразвивающая программа «Развитие способности к преодолению неблагоприятных воздействий у подростков» (в дальнейшем – программа*)* является профилактической, социально-педагогической, коррекционно-развивающей.

**2. Пояснительная записка**

**2.1. Аннотация программы.**

Содержание данной программы направлено на:

- освоение базовых компетенций в области формирования здорового жизненного стиля, высокофункциональных стратегий поведения, здорового образа жизни;

- для удовлетворения личных потребностей, способствующих преодолению трудностей, и негативных воздействий;

- для удовлетворения потребностей своей семьи: упорядочивание, осмысление существующих закономерностей, связей и зависимостей, обеспечивающих дальнейшее успешное личностное и интеллектуальное развитие подростков (самоопределение и в дальнейшем самореализация).

- общение, возможность приобретения друзей через создание условий для доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы.

 **2.2. Обоснование программы.**

Изменения политической и социально-экономической ситуации в России, социальная дифференциация, которая происходит  в молодежной среде, оказали и продолжают оказывать негативное влияние на подрастающее поколение. Негативные явления в настоящее время уже не связаны только с "трудными" детьми и подростками. Неопределенность социального положения в обществе, нестабильность общественного развития, недостатки воспитательной работы и разрушающее влияние СМИ порождают новые формы отклоняющегося поведения и усиливают тяжесть его проявления.

Современные подростки характеризуются широким спектром отклонений в поведении. Они отрицают накопленный опыт, правила поведения, систему жизненных ориентиров, приоритетов, принятых в мире взрослых. Среди молодежи усилилось демонстративное и вызывающее поведение по отношению к взрослым, чаще проявляется жестокость и агрессивность. Растет число преступлений и правонарушений в подростковой среде. Нежелание отстать от группы, боязнь быть осмеянным, страх быть отвергнутым компанией ведет зачастую к тому, что подросток начинает принимать алкоголь, токсичные или наркотические вещества, может совершить кражу или другие асоциальные поступки, действия. Зачастую правонарушения, совершаемые подростками – это знак протеста против общества, желание самоутвердиться среди сверстников, доказать свою значимость самому себе. К 11-12 годам они абсолютно не адаптированы к существующему обществу, его законам, но уже готовы отрицать и нарушать их.

На сегодняшний день в подростковой и молодежной среде можно выделить 4 самые основные социальные проблемы:

- алкоголизация подростков и молодежи,

- раннее начало половой жизни, низкий уровень межполовой культуры,

- употребление токсических и наркотических веществ,

- вовлечение детей, подростков и молодежи в правонарушения.

Современные ценности, принципы так резко отличаются от предлагаемых ранее в советском и постсоветском пространстве, но настолько прочно укоренились в нашей жизни, что даже взрослые люди часто не замечают негативного влияния употребления ПАВ, компьютерно-игровых увлечений и экраноманийных пристрастий на нравственное здоровье подрастающего поколения. Группа риска по развитию негативных проявлений постоянно увеличивается, а социально-дезадаптивный слой населения расширяется. Родители недостаточно серьёзно оценивают опасность эпизодических алкоголизаций и приёмов наркотиков у своих детей, иногда скрывают эти факты. Бывает, что родители дают неверные сведения, что приводит к затруднению раннего выявления детей группы риска, детей, нуждающихся в особом внимании со стороны взрослых, в серьёзной психологической поддержке.

Так как социальную основу общества быстро изменить нельзя, а детство быстротечно, необходимо применять такие формы и методы работы, которые могут повлиять на ситуацию с девиациями несовершеннолетних.

Основной проблемой, на профилактику которой направлена данная программа, является высокий уровень негативных явлений в подростковой и молодежной среде. Данная программа основана на концепции, которую можно без труда объяснить подросткам, учитывая их возрастные особенности. Стержневым понятием является понятие “единого целого”, т.е. здоровье следует понимать как нечто целое, состоящее из взаимозависимых частей. Все, что происходит с одной из частей, обязательно влияет на все остальные части целого.

“Болезнь легче предупредить, чем лечить” — это золотое правило медицины приобретает особое значение, когда речь заходит о злоупотреблении психоактивными веществами (ПАВ) среди подростков. Основная задача психологической профилактики заключается не столько в предотвращении реального знакомства с ПАВ и другими негативными явлениями, сколько в том, чтобы помочь юному человеку осознавать ответственность за выбор здорового образа жизни, овладеть определенными навыками поведения, которые помогут следовать этому образу.

Негативные проявления подростков базируются на двух основных характеристиках:

- *социально-психологические* (межличностные отношения ребенка со сверстниками, родителями, учителями, его положение в среде обучения и развития, особенности поведения в ситуациях социально-психологического взаимодействия) и

 - *индивидуально-личностные* (отношение подростка к себе, особенности мотивационной сферы, познавательной деятельности, и другие характеристики личности).

При этом между социально-психологическими и индивидуально-личностными факторами имеются довольно сложные взаимосвязи: они находятся в двусторонних причинно-следственных соотношениях. Воздействия на факторы, относящиеся к одной группе, приводят к изменениям в другой. Поэтому актуально с целью методического решения задач профилактики трансформировать внешние воздействия через внутренние условия, т.е. применять программу, опираясь на внешнее окружение подростков и на разных уровнях социальной среды, учитывая индивидуально-психологические особенности личности.

Многое из негативных поведенческих моделей, которые встречаются во взрослой жизни, подростки пытаются применить в своем окружении или окончательно запутавшись, спрятаться в социальных сетях от нестабильности и морально-нравственных проблем современного мира, а возможно и потренироваться в виртуальном пространстве в рискованном поведении.

Уменьшение количества факторов риска и развитие личностной гибкости (усиление защитных способностей и возможностей) - наиболее современный подход к профилактике подросткового неблагополучия.

Программа содержит теоретическую и практическую составляющую. Структура занятий продуманна таким образом, чтобы у подростков естественным образом сформировались следующие навыки:

- расширение представлений о себе и окружающем мире;

- умение владеть собой (произвольность действий);

- умение распоряжаться своим временем;

- ответственность в принятии решений;

- снижение психоэмоционального напряжения, тревожности;

- увеличение уверенности в себе;

- способность к продуктивному деловому общению;

- способность к различным видам творческой деятельности.

**2.3. Цель и задачи программы:**

 **Цель:** Формирование здорового жизненного стиля, высокофункциональных стратегий поведения, способствующих развитию способности к преодолению трудностей и негативных воздействий. Повышение эффективности общения подростков со взрослыми и сверстниками через освоение новых стратегий поведения.

**Задачи:**

1. Формирование позитивного отношения к себе, самопринятия, критической самооценки и позитивного отношения к возможностям своего развития.
2. Формирования умения адекватно оценивать проблемные ситуации и разрешать жизненные проблемы, управлять собой и изменять себя;
3. Формирование умения ставить перед собой краткосрочные и перспективные цели и достигать их, упорядочивание, осмысление существующих закономерностей, связей и зависимостей, обеспечивающих дальнейшее успешное личностное и интеллектуальное развитие подростков.
4. Создание условий для открытого доверительного общения, восприятия информации, творческой атмосферы работы.

5. развивать способность подростков мобилизовать свои силы для достижения цели, проявляя при этом решительность и активность;

6. развивать способность соотносить свои поступки с выбранными целями и нести ответственность за собственные действия;

7. формировать критическое отношение к распространенным негативным явлениям в подростковой среде;

8. развивать стрессоустойчивость, выдержку, терпение с опорой на свои жизненные перспективы;

9. раскрывать личностный, творческий и духовный потенциал.

**2.4. Участники программы:** программа рассчитана на детейвозрастом от 12 до18 лет. Показанием к прохождению данной программы является наличие одного или нескольких нижеперечисленных симптомов:

- наличие высокого уровня тревожности

- наличие внутриличностных конфликтов

- отсутствие ресурса для противостояний стрессовым факторам

- склонность к девиантному поведению

- использование неэффективных копинг-стратегий.

**2.5.** **Научно-методические обоснования Программы.**

Как правило, трудности в поведении подростка объясняются сочетанием результатов неправильного развития личности и неблагоприятной ситуации в которой он оказался, а так же недостатками воспитания. В подростковом возрасте среди наиболее часто встречающихся причин девиантного поведения можно назвать незавершенность процесса формирования личности, отрицательное влияние семьи и ближайшего окружения, зависимость подростка от требований, норм и ценностей группы, к которой он принадлежит. Девиантное поведение подростков зачастую является средством самоутверждения, протестом против действительности и требований взрослых.

 Одной из основных причин психологического характера многие исследователи называют низкую самооценку подростков. От самооценки, прежде всего зависит взаимоотношения человека с окружающими его людьми, его критичность, требовательность к себе, отношения к успехам и неудачам. Подросткам, в силу возрастных особенностей в некоторые периоды, присуща неадекватная оценка своих возможностей и собственной ценности как личности. Кроме поведенческих и эмоциональных срывов такая ситуация может приводить к депрессии и, как следствие, нежеланию посещать школу, снижению успеваемости, употреблению табака, алкоголя, наркотиков, поиску поддержки среди сомнительных друзей.

 Среди причин социально характера одной из самых распространенных является влияние социального окружения, в котором живет и развивается ребенок. Развиваясь в социально неблагополучной среде, подросток усваивает ее нормы и ценности. Даже если они противоречат принятым в обществе, для ребенка они — наиболее правильные, поскольку он не имеет опыта жизни в иной социальной среде.

 Так же причинами различных девиаций у подростков могут служить возрастные кризисы.

 Возрастные кризисы рассматриваются как условные обозначения более или менее выраженных состояний конфликтности при переходе из одного периодов возрастного развития в другой. Ребенок не успевает осознать происходящие изменения и адаптировать к ним, результатом чего становится появления неуверенности в себе, уменьшение доверия к другим людям, повышенная конфликтность или склонность к депрессиям. Далеко не все дети при этом хорошо владеют своими мыслями, чувствами и поступками, от того, как взрослые отреагируют на негативные проявления, во многом будет зависеть качество изменений происходящих с ребенком. Данная программа является авторской

 Наибольшую трудность в своей работе специалисты нашего центра испытывают с детьми агрессивными, лживыми, неуравновешенными, имеющими нервно-психические расстройства. Серьезные затруднения связанные с такими проблемами, как воровство, грубость в общении, особенно с употреблением ненормативной лексики, неадекватное сексуальное поведение, драки, ненависть к своим родителям, а также в работе с родителями из так называемых неблагополучных семей. Очень важно оказание своевременной помощи этой категории подростков и молодежи, поэтому возникла необходимость составления данной программы, а также и введение её в практическую реальность работы.

**3. Структура и содержание программы.**

**3.1. Структура программы.**

Тематически ориентированная полуоткрытая группа.

Предполагает большую степень структурированности за счёт использования тем, затрагивающих общие интересы и проблемы участников.

Группа полуоткрытая - некоторые участники на определённом этапе могут покидать группу, в любой момент она может пополняться новыми членами.

Группа структурируется не только за счёт использования тем, имеющих характер индивидуальных или групповых заданий с соответствующими инструкциями по их выполнению, но и за счёт распределения времени сессии на отдельные этапы:

1). Введение и «разогрев» (10-25% времени).

2). Изобразительная работа – «исполнение» темы (30-40% общего времени).

3). Обсуждение и завершение сессии (35-40% общего времени).

Программа предполагает использование отдельных тем занятий в индивидуальном режиме работы с подростком.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***№ п/п*** | **Название блока (этапа)** | **Цель** | **Методы** |
| ***Занятие 1*** |  *Знакомство. Представление программы.* *Содержание занятия:* Установление комфортного поддерживающего поведения в группе. Принятие правил группы. Ознакомление участников с правилами групповой работы. *Психологическая диагностика на начальном этапе работы группы.* | установление доверия и контакта в группе. | Структурирование хода занятия, сбор информации, диагностика |
| ***Занятие 2*** | *Содержание занятия:* знакомство с причинами возникновения зависимостей.  | Представление о видах зависимостей. Осознание необходимости удовлетворения жизненных потребностей, как средство профилактики зависимостей. | Мини-лекция, групповые упражнения для отработки навыков |
| ***Занятие 3*** | *Содержание занятия:* знакомство с эмоциональными состояниями и способами эмоционального удовлетворения.  | Знакомство с физическими потребностями и способами их удовлетворения. | Элементы арт-терапевтической техники, поведенческий тренинг |
| ***Занятие 4*** | *Содержание занятия:* Знакомство с социальными потребностями и способами их удовлетворения. | Дать представление об уровнях существования социальных потребностей (обыденного сознания, теоретического сознания и художественного сознания) | Коммуникативные игры, мини-лекция, групповая дискуссия |
| ***Занятие 5*** | *Содержание занятия:* знакомство со способами удовлетворения творческих и духовных потребностей  | Формирование представления о рутинных и творческих потребностях, их основных отличиях.  | Арт-терапевтическая техника коллаж, проективные психологические методики, мини-лекция |
| ***Занятие 6*** | *Содержание занятия:* знакомство со способами удовлетворения интеллектуальных потребностей | Осознание жизненных целей и путей их достижения. | Мини-лекция, групповая дискуссия, упражнения в парах, тройках |
| ***Занятие 7*** | *Содержание занятия:* информация о наркотиках и психоактивных веществах.  | Способствовать формированию четких представлений о неблагоприятных последствиях употребления психоактивных веществ. | Групповая дискуссиия о наркотиках и ПАВ, разыгрывание детьми конкретных жизненных проблемных ситуаций |
| ***Занятие 8*** | *Содержание занятия:* Формирование навыка безопасного поведения (противостояния контактам с употребляющими наркотики). Особенности поведения людей, употребляющих наркотики. | Формирование здоровой стратегии поведения | Групповая дискуссиия о наркотиках и ПАВ, разыгрывание детьми конкретных жизненных проблемных ситуаций |
| ***Занятие 9*** | *Содержание занятия:* информация, передаваемая с экрана телевизора и в сети Интернет. | формирование критического отношения к информации, передаваемой с экрана телевизора, или в сети Интернет. Формирование критического отношения к содержанию видеопродукции | Игры-активаторы, дискуссии, разъяснение понятий «виды» и «схемы» передачи информации через Интернет» |
| ***Занятие 10*** | *Содержание занятия:* Формирование умения разумно подходить к компьютерным играм. | Сформировать представление о разных видах компьютерных игр, ритмах и продолжительности компьютерных игр, признаках и последствий чрезмерного увлечения компьютером. | Игротерапия, сказкотерапия, поведенческий тренинг |
| ***Занятие 11*** | *Содержание занятия:* Причины употребления алкоголя. Разница между правильным и неправильным употреблением алкоголя.  | Выработка негативного отношения к употреблению алкоголя. | Сказкотерапия, аутогенная тренировка, проективные психологические методики |
| ***Занятие 12*** | *Содержание занятия:* Влияние алкоголя на организм человека.  | Сформировать представление о последствиях употребления и злоупотребления алкоголем. | Сочинение историй, «жетонный метод», групповая дискуссия |
| ***Занятие 13*** | *Содержание занятия:* Практическая отработка навыков преодоления проблем.  | Получение представления о жизненных навыках, событиях и проблемах. | Импровизация заранее заданной ситуации, ролевые и подвижные игры с правилами, групповая дискуссия |
| ***Занятие 14*** | *Содержание занятия:* Обсуждение основных стратегий коппинг- поведения человека. | обсуждение понятий: жизненные трудности, жизненные навыки. | Групповая дискуссия, проективные психологические методики, игровая терапия |
| ***Занятие 15*** | *Содержание занятия:* развитие копинг-стратегий «разрешения проблем и поиск социальной поддержки».  | Развитие умения использовать навыки разрешения проблем, поиска и оказания социальной поддержки в стрессовых и проблемных ситуациях. | Психогимнастика, упражнения на саморегуляцию, метод конкретных ситуаций |
| ***Занятие 16*** | *Содержание занятия:* обучение умению идентифицировать и разделять эмоциональные состояния других людей.  | развивать способность «вставать» на позицию другого, научиться принимать их роли. | Мозговой штурм, проективные психологические методики, разыгрывание с детьми конкретных жизненных ситуаций |
| ***Занятие 17*** | *Содержание занятия:* Отработка навыков эффективного общения. | обучение умению с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения. | Мини-лекция, мозговой штурм, ролевые игры |
| ***Занятие 18*** | *Содержание занятия:* Уверенное и неуверенное поведение. | отработка навыков эффективного общения  | Мини-лекция, групповая дискуссия, психогимнастика |
| ***Занятие 19*** | *Содержание занятия:* Уверенное, неуверенное и конфликтное поведение. Тактика поведения в конфликте. | отработка навыков эффективного общения (продолжение). | Разыгрывание с детьми конкретных жизненных ситуаций, визуализация, игротерапия общения |
| ***Занятие 20*** | *Содержание занятия:* конфликты и причины их возникновения. Нужна ли нам агрессия? | Развитие умения контролировать ситуацию, научиться принимать на себя ответственность за события, наполняющие собственную жизнь | Просмотр и обсуждение м/ф Г. Бардина «Конфликт» 1983г., мозговой штурм, самовнушение, ролевая игра |
| ***Занятие 21*** | *Содержание занятия:* развитие навыков резистентности к давлению среды.  | Поиск эффективных способов устойчивости к давлению со стороны сверстников. Умение сказать «нет». Осознание различий между понятиями «быть уверенным», «настойчивым» и «агрессивным». | Мини-лекция, групповая дискуссия, моделирование и разыгрывание конкретных жизненных ситуаций |
| ***Занятие 22*** | *Содержание занятия*: поведение в конфликтной ситуации.  | Установление признаков конфликтной ситуации. Разрешение конфликта путем совместного принятия решения. | Разминочные игры на сплочение, разыгрывание ситуаций, психогимнастика |
| ***Занятие 23*** | *Содержание занятия:* способы конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. | Познакомить участников с факторами, влияющими на конструктивное разрешение конфликтов | Ролевые игры, разминки с целью выработки навыков сплоченных действий, техники слушания |
| ***Занятие 24*** | *Содержание занятия:* отрицательные эмоции. Энергия агрессии. Первопричина агрессии.  | Выработка навыков совладания со своими отрицательными эмоциями. перенос агрессии на более безобидные мишени, непродуктивное сдерживание или усиление агрессии. | Самовнушение и самоубеждение, групповая дискуссия, ролевые игры, сказкотерапия |
| ***Занятие 25*** | *Содержание занятия:* стратегии и навыки преодоления стрессовых ситуаций. Методики преодоления стресса. | Формирование представлений о наиболее распространенных стрессовых ситуаций у подростков, их неизбежности, способах оптимального отношения к ним. | Аутогенная тренировка, релаксация, тестирование на подверженность стрессам, мозговой штурм |
| ***Занятие 26*** | *Содержание занятия:* одобрение и порицание собственного поведения.  | Развитие навыков когнитивной оценки проблемной ситуации. Потребность в собственном благополучии и благополучии другого человека. | Групповая дискуссия, элементы арт-терапии, моделирование и разыгрывание конкретных жизненных ситуаций |
| ***Занятие 27*** | *Содержание занятия*: нормы общечеловеческой морали, передающиеся от эпохи к эпохе. Внутреннее содержание нравственных норм.  | Сформировать представление о моральных требованиях к индивиду в нравственном сознании, моральных способах регуляции | Элементы арт-терапии, мозговой штурм, ролевые и подвижные игры |
| ***Занятие 28*** | *Содержание занятия:* разъяснение моральных ценностей, рассмотрение процесса и приложение к конкретной ситуации. | Познакомить участников с методом разъяснения моральных ценностей, помочь участникам правиль­но оценить свои внутренние убеждения и поступки; научить их взвешивать все «за» и «против» того или иного решения. | Выбор альтернатив, шкала предпочтений, групповая дискуссия, арт-терапия, моделирование и разыгрывание конкретных жизненных ситуаций. |
| ***Занятие 29*** | *Содержание занятия:* выработка навыков поведения при обращенной на вас критике. | Формирование умения критиковать, развитие навыков критического мышления. | Групповая дискуссия, ролевая игра, отработка навыка конструктивной критики. |
| ***Занятие 30*** | *Содержание занятия:* Формирование навыков критического отношения к себе, корректной критике других. | Познакомить с возможностями обратной связи в групповом взаимодействии, со способами конструктивной критики | Ролевая игра, упражнения в мини-группах, в парах  |
| ***Занятие 31*** | *Содержание занятия:* психологическое воздействие. Целенаправленное утаивание информации. | Сформировать представление о сферах жизни, в которых применяются манипуляции; метафора манипуляции, признаки манипуляций. | Групповая дискуссия, игнорирование подтекста или контекста, конструктивная конфронтация |
| ***Занятие 32*** | *Содержание занятия:* виды манипуляций, основные составляющие манипулятивного воздействия.  | Формирование навыков, направленных на противостояние манипуляциям. | конкретизирующие вопросы, уход из контакта, вопросы о целях манипулятора |
| ***Занятие 33*** | *Содержание занятия:* Будущее, жизненные цели, перспективы и сложности | Формирование умения планировать будущее, ставить перед собой цели. Умение увидеть возможные проблемы на пути достижения целей. | упражнения в парах, мини-группах, ролевые игры с обсуждением |
| ***Занятие 34*** | *Содержание занятия:* жизненный путь: успехи и неудачи | рассмотрение альтернативных вариантов для разрешения проблем, возникающих на пути к цели. | моделирование и разыгрывание конкретных жизненных ситуаций, игры с правилами, ролевые игры |
| ***Занятие 35*** | *Содержание занятия*: структурирование/закрепление структуры образа будущего.  | развитие умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем,установление связи жизненных этапов и событий (осознание непрерывности Я). | арт-терапевтическая техника создания коллажа, работа с МАК, упражнения в тройках, мини-группах |
| ***Занятие 36*** | *Заключительное занятие*. Подведение итогов. *Психологическая диагностика в конце курса занятий.* | Получение обратной связи от участников программы. Планирование целей на будущее. | диагностика на момент окончания программы, анкетирование |

**Тематический план занятий с детьми**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование разделов(блоков) и тем занятий | Цель занятия | Кол-возанятий |
| Вводное занятие. Знакомство. Представление программы. | установление доверия и контакта в группе | 1 |
| **Зависимости и потребности. Способы удовлетворения потребностей.** Зависимости. Причины возникновения зависимостей. Знакомство с эмоциональными состояниями и способами эмоционального удовлетворения.Знакомство с социальными потребностями и способами их удовлетворения.Знакомство со способами удовлетворения творческих и духовных потребностей.Знакомство с способами удовлетворения интеллектуальных потребностей. | Представление о видах зависимостей. Осознание необходимости удовлетворения жизненных потребностей, как средство профилактики зависимостей. | 5 |
| **Формирование навыков безопасного поведения.**Информация о наркотиках и психоактивных веществах.Противостояние контактам с употребляющими наркотики.Информация, передаваемая с экрана телевизора и в сети Интернет.Формирование умения разумно подходить к компьютерным играм.Причины употребления алкоголя.Влияние алкоголя на организм человека. | Формирование здоровой стратегии поведения. Формирование критического отношения к информации, передаваемой с экрана телевизора, или в сети Интернет. Формирование критического отношения к содержанию видеопродукцииСформировать представление о разных видах компьютерных игр, ритмах и продолжительности компьютерных игр, признаках и последствий чрезмерного увлечения компьютером.Выработка негативного отношения к употреблению алкоголя.Сформировать представление о последствиях употребления и злоупотребления алкоголем. | 6 |
| **Навыки преодоления проблем.**Практическая отработка навыков преодоления проблем**.**Обсуждение основных стратегий коппинг- поведения человека.Развитие копинг-стратегий «разрешения проблем и поиск социальной поддержки». | Получение представления о жизненных навыках, событиях и проблемах.Развитие умения использовать навыки разрешения проблем, поиска и оказания социальной поддержки в стрессовых и проблемных ситуациях. | 3 |
| **Общение. Навыки эффективного взаимодействия.**Обучение умению идентифицировать и разделять эмоциональные состояния других людей. Отработка навыков эффективного общения.Уверенное и неуверенное поведение. | Развивать способность «вставать» на позицию другого, научиться принимать их роли.Обучение умению с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.Отработка навыков эффективного общения | 3 |
| **Конфликты. Поведение в конфликте.**Уверенное, неуверенное и конфликтное поведение. Тактика поведения в конфликте.Конфликты и причины их возникновения. Нужна ли нам агрессия?Развитие навыков резистентности к давлению среды.Поведение в конфликтной ситуации. Способы конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. | Развитие умения контролировать ситуацию, научиться принимать на себя ответственность за события, наполняющие собственную жизньПоиск эффективных способов устойчивости к давлению со стороны сверстников. Умение сказать «нет». Осознание различий между понятиями «быть уверенным», «настойчивым» и «агрессивным» | 5 |
| **Отрицательные эмоции. Саморегуляция**Отрицательные эмоции. Энергия агрессии. Первопричина агрессии. Стратегии и навыки преодоления стрессовых ситуаций. Методики преодоления стресса. | Выработка навыков совладания со своими отрицательными эмоциями. перенос агрессии на более безобидные мишени, непродуктивное сдерживание или усиление агрессии.Формирование представлений о наиболее распространенных стрессовых ситуациях у подростков, их неизбежности, способах оптимального отношения к ним. | 2 |
| **Нормы морали и нравственности.**Одобрение и порицание собственного поведения. Нормы общечеловеческой морали, передающиеся от эпохи к эпохе. Внутреннее содержание нравственных норм. Разъяснение моральных ценностей, рассмотрение процесса и приложение к конкретной ситуации. | Развитие навыков когнитивной оценки проблемной ситуации. Потребность в собственном благополучии и благополучии другого человека.Сформировать представление о моральных требованиях к индивиду в нравственном сознании, моральных способах регуляцииПознакомить участников с методом разъяснения моральных ценностей, помочь участникам правильно оценить свои внутренние убеждения и поступки; научить их взвешивать все «за» и «против» того или иного решения. | 3 |
| **Критика и реагирование на критику**Выработка навыков поведения при обращенной на вас критике.Формирование навыков критического отношения к себе, корректной критике других. | Формирование умения критиковать, развитие навыков критического мышления.Познакомить с возможностями обратной связи в групповом взаимодействии, со способами конструктивной критики. | 2 |
| **Манипуляции и психологическое воздействие.**Психологическое воздействие. Целенаправленное утаивание информации.Виды манипуляций. Основные составляющие антиманипулятивного поведения. | Сформировать представление о сферах жизни, в которых применяются манипуляции; метафора манипуляции, признаки манипуляций. Формирование навыков, направленных на противостояние манипуляциям. | 2 |
| **Создание образа будущего**.Будущее, жизненные цели, перспективы и сложностиЖизненный путь: успехи и неудачиСтруктурирование/закрепление структуры образа будущего. | рассмотрение альтернативных вариантов для разрешения проблем, возникающих на пути к цели.развитие умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем,установление связи жизненных этапов и событий (осознание непрерывности *Я*). | 3 |
| **Заключительное занятие. Подведение итогов** | Получение обратной связи от участников программы. Планирование целей на будущее. | 1 |

**Календарно-тематический план занятий.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Наименование раздела, блока | Тема, цель и задачи занятия | Количество занятий/часов | Сроки проведения(дата, месяц) |
| Всего | теория | практика |
| Вводное занятие. Знакомство. Представление программы. | установление доверия и контакта в группе | 1 |  | 1 | сентябрь |
| **Зависимости и потребности. Способы удовлетворения потребностей.** Зависимости. Причины возникновения зависимостей. Знакомство с эмоциональными состояниями и способами эмоционального удовлетворения.Знакомство с социальными потребностями и способами их удовлетворения.Знакомство со способами удовлетворения творческих и духовных потребностей.Знакомство с способами удовлетворения интеллектуальных потребностей. | Представление о видах зависимостей. Осознание необходимости удовлетворения жизненных потребностей, как средство профилактики зависимостей. | 5 | 1 | 4 | сентябрь- октябрь |
| **Формирование навыков безопасного поведения.**Информация о наркотиках и психоактивных веществах.Противостояние контактам с употребляющими наркотики.Информация, передаваемая с экрана телевизора и в сети Интернет.Формирование умения разумно подходить к компьютерным играм.Причины употребления алкоголя.Влияние алкоголя на организм человека. | Формирование здоровой стратегии поведения. Формирование критического отношения к информации, передаваемой с экрана телевизора, или в сети Интернет. Формирование критического отношения к содержанию видеопродукцииСформировать представление о разных видах компьютерных игр, ритмах и продолжительности компьютерных игр, признаках и последствий чрезмерного увлечения компьютером.Выработка негативного отношения к употреблению алкоголя.Сформировать представление о последствиях употребления и злоупотребления алкоголем. | 6 | 2 | 4 | октябрь-ноябрь |
| **Навыки преодоления проблем.**Практическая отработка навыков преодоления проблем**.**Обсуждение основных стратегий коппинг- поведения человека.Развитие копинг-стратегий «разрешения проблем и поиск социальной поддержки». | Получение представления о жизненных навыках, событиях и проблемах.Развитие умения использовать навыки разрешения проблем, поиска и оказания социальной поддержки в стрессовых и проблемных ситуациях. | 3 |  | 3 | ноябрь-декабрь |
| **Общение. Навыки эффективного взаимодействия.**Обучение умению идентифицировать и разделять эмоциональные состояния других людей. Отработка навыков эффективного общения.Уверенное и неуверенное поведение. | Развивать способность «вставать» на позицию другого, научиться принимать их роли.Обучение умению с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.Отработка навыков эффективного общения | 3 |  | 3 | декабрь |
| **Конфликты. Поведение в конфликте.**Уверенное, неуверенное и конфликтное поведение. Тактика поведения в конфликте.Конфликты и причины их возникновения. Нужна ли нам агрессия?Развитие навыков резистентности к давлению среды.Поведение в конфликтной ситуации. Способы конструктивного разрешения конфликтных ситуаций. | Развитие умения контролировать ситуацию, научиться принимать на себя ответственность за события, наполняющие собственную жизньПоиск эффективных способов устойчивости к давлению со стороны сверстников. Умение сказать «нет». Осознание различий между понятиями «быть уверенным», «настойчивым» и «агрессивным» | 5 | 1 | 4 | январь-февраль |
| **Отрицательные эмоции. Саморегуляция**Отрицательные эмоции. Энергия агрессии. Первопричина агрессии. Стратегии и навыки преодоления стрессовых ситуаций. Методики преодоления стресса. | Выработка навыков совладания со своими отрицательными эмоциями. перенос агрессии на более безобидные мишени, непродуктивное сдерживание или усиление агрессии.Формирование представлений о наиболее распространенных стрессовых ситуациях у подростков, их неизбежности, способах оптимального отношения к ним. | 2 |  | 2 | февраль |
| **Нормы морали и нравственности.**Одобрение и порицание собственного поведения. Нормы общечеловеческой морали, передающиеся от эпохи к эпохе. Внутреннее содержание нравственных норм. Разъяснение моральных ценностей, рассмотрение процесса и приложение к конкретной ситуации. | Развитие навыков когнитивной оценки проблемной ситуации. Потребность в собственном благополучии и благополучии другого человека.Сформировать представление о моральных требованиях к индивиду в нравственном сознании, моральных способах регуляцииПознакомить участников с методом разъяснения моральных ценностей, помочь участникам правильно оценить свои внутренние убеждения и поступки; научить их взвешивать все «за» и «против» того или иного решения. | 3 | 1 | 2 | март |
| **Критика и реагирование на критику**Выработка навыков поведения при обращенной на вас критике.Формирование навыков критического отношения к себе, корректной критике других. | Формирование умения критиковать, развитие навыков критического мышления.Познакомить с возможностями обратной связи в групповом взаимодействии, со способами конструктивной критики. | 2 |  | 2 | март-апрель |
| **Манипуляции и психологическое воздействие.**Психологическое воздействие. Целенаправленное утаивание информации.Виды манипуляций. Основные составляющие антиманипулятивного поведения. | Сформировать представление о сферах жизни, в которых применяются манипуляции; метафора манипуляции, признаки манипуляций. Формирование навыков, направленных на противостояние манипуляциям. | 2 |  | 2 | апрель |
| **Создание образа будущего**.Будущее, жизненные цели, перспективы и сложностиЖизненный путь: успехи и неудачиСтруктурирование/закрепление структуры образа будущего. | рассмотрение альтернативных вариантов для разрешения проблем, возникающих на пути к цели.развитие умения находить ресурсы для достижения позитивных жизненных целей в будущем,установление связи жизненных этапов и событий (осознание непрерывности *Я*). | 3 |  | 3 | апрель-май |
| **Заключительное занятие. Подведение итогов** | Получение обратной связи от участников программы. Планирование целей на будущее. | 1 |  | 1 | май |
| ИТОГО |  | 36 | 5 | 31 |  |

**Структура занятия.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Этапы*** | ***Задачи*** | ***Средства*** | ***Роль ведущего*** |
| ***Приветствие*** |  - Обозначение темы и цели занятия. -Обсуждение домашнего задания.*Продолжительность – 5 мин* | «Ритуал приветствия» | - Вопросы о состоянии участников. - необходимо диагностировать состояние участников, чтобы скорректировать план занятия с учетом групповой динамики.  |
| ***Разминка*** | - Снижение психоэмоционального напряжения. - Активизация и включение участников в групповую работу.- Настрой на дальнейшую работу по теме, включиться в ситуацию «здесь и сейчас».*Продолжительность - 10 мин* | Подвижные игры с четко определенными правилами. | - Обозначение правил.- Обеспечение безопасности участников.  |
| ***Работа по теме*** | Раскрытие темы занятия в соответствии с планом.*Продолжительность - 20 мин*. | Разные формы работы для раскрытия темы занятия. | - Дать в доступной форме информацию по теме.- Создание условий для исследования навыков и умений по теме.- Предоставить возможность выразить чувства.  |
| *Перерыв 5 мин.* |
| Раскрытие темы занятия в соответствии с планом (продолжение).*Продолжительность – 15 мин*. |
| ***Завершение*** | Выражение чувств, обратная связь, оценка опыта, полученного на занятии. Подведение итогов. Завершение занятия.*Продолжительность – 10 мин.* |  | - Эмоциональная поддержка участников. |

**3.2. Описание используемых методик, технологий, инструментария со ссылкой на источники.**

**Методы и подходы.**

* ***позитивно-ориентированный подход***, определяющий необходимость активизации личностного потенциала подростка и формирование нравственно-волевых качеств, что соответствует современным представлениям о профилактической науке.
* ***клиент-центрированный подход,*** который характеризуется ориентацией психолога на рефлексию и принятие непосредственных переживаний человека, стимулирование к свободному выражению мыслей и чувств клиента. Центральная гипотеза данного метода заключается в том, что потенциал любого индивида к росту имеет тенденцию к раскрытию в отношениях, в которых тот, кто оказывает помощь испытывает и выражает подлинность, реальность, заботу, глубокое и точное безоценочное понимание.
* **психодрама переживаний**; способствует разрешению психотравматического опыта и разработке иных способов поведения;
* **транзактный анализ;** способствует осознанию социальных взаимодействий и выработке более конструктивных коммуникативных моделей;
* **ролевой тренинг;** способствует расширению коммуникативного опыта через проживание ситуаций и рефлексию;
* **арт-терапия;** способствует раскрытию творческого потенциала, а также эмоциональному отреагированию и бессознательному научению;
* **использование метафор;** способствует прорабатыванию в безопасной форме негативных переживаний;
* **активное воображение;** активизирует механизмы бессознательного научения [3].

**3.3. Описание способов, которыми обеспечивается гарантия прав участников программы.**

В ходе проведения занятий, лекций необходимо соблюдать права участников. В начале проведения занятий, участники знакомятся с правилами работы в группе, основанными на принципах: «здесь и сейчас», взаимоуважения, добровольности, конфиденциальности высказываний и др.

Помимо этого психолог, реализующий программу, действует, руководствуясь «Этическим кодексом педагога-психолога»:

1. Принцип конфиденциальности.

2. Принцип компетентности.

3. Принцип ответственности.

4. Принцип этической и юридической правомочности.

5. Принцип квалификационной пропаганды психологии.

6. Принцип благополучия клиента.

7. Принцип профессиональной кооперации.

8. Принцип информирования клиента о целях и результатах обследования.

Соблюдают правила взаимодействия педагога-психолога с участниками образовательного процесса. В своей работе психолог проявляет уважение, искреннюю заинтересованность, доброжелательность к каждому участнику воспитательно-образовательного процесса, а также способствует тому, чтобы решения принимались клиентами на основании своих собственных убеждений, ценностей и контекста. Психолог работает с участниками воспитательно-образовательного процесса таким образом, чтобы подтвердить уникальность каждого индивида. Он учитывает культурный контекст и жизненные установки клиентов.

**3.4 Ресурсы, которые необходимы для эффективной реализации программы**

*Требования к специалисту, реализующему программу:*

Специалист, реализующий программу**–**педагог-психолог, имеет высшее профессиональное образование. Компетентность педагога-психолога, реализующего программу, включает представление о планируемых результатах данной программы, умения проектировать зону ближайшего развития, психологически обеспечивать эмоционально-комфортную образовательную среду:

* знает основы коррекционной работы с детьми и подростками, возрастную и педагогическую психологию, педагогику;
* владеет современными технологиями проектирования коррекционно-развивающей среды.

Ведущий группы должен:

1. понимать принципы работы программы, знать теорию, на которой базируется программа (возрастная психология, психология личности).

2. Иметь опыт работы с группой, владеть методами вербальной групповой терапии.

3. В работе принимать во внимание особенность психики подростка и логику возрастных изменений в самых различных аспектах жизнедеятельности клиентов, что сделает групповой процесс более живым и динамичным.

4. Быть в курсе современных тенденций детской субкультуры.

5. Разбирая содержание детских рисунков, ориентироваться не столько на умозрительные представления, символизм образа и собственные проекции, сколько на ассоциации самого автора рисунка и «язык» его тела.

*Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы:*

* пакет диагностического инструментария;
* стимульный материал к диагностическим методикам в работе с подростками, (бланки, тесты, анкеты);
* печатные пособия, раздаточный материал к занятиям;
* библиотека учебно-методических материалов.

*Особенности помещения.*

Комната достаточно просторная для свободного передвижения и игр, хорошо освещенная, проветриваемая, с водопроводным краном и раковиной, в которой имеется возможность для размещения на полу. Помещение должно быть оборудовано столами (или общим столом) и стульями по количеству участников. В помещении должно быть все необходимое для письма, рисования, творческой деятельности. На усмотрение ведущего группы остаётся решение вопроса о музыкальном сопровождении выполняемых заданий и, соответственно, наличии в студии магнитофона и кассет/дисков с разной музыкой (этот аспект не рассматривается в данной программе).

Материалы для творчества хранятся в специальных шкафах.

В комнате должна быть «чистая» зона для тех, кто уже завершил свою работу на втором этапе занятия и может отдохнуть, также в «чистой» зоне проходит третий этап занятия – обсуждение и завершение сессии.

В процессе работы требуются следующие материалы для изобразительного творчества:

- гуашь не менее 12 цветов (у каждого ребёнка);

- кисти № 3,5,7 (у каждого ребёнка);

- ёмкости для воды (у каждого ребёнка);

- ножницы;

- клеящие карандаши;

- листы бумаги для рисования различного формата;

- восковые карандаши;

- цветные журналы (для создания коллажей).

По окончании работы дети убирают рабочую зону комнаты, моют руки:

- губки;

- тряпки;

- жидкое мыло;

- бумажные полотенца.

**3.5. Сроки и этапы реализации программы.**

Программа может быть реализована в форме групповых занятий с подростками. Программа реализуется на базе центра в течение учебного года.

Основанием для реализации программы является заявка на проведение работы по программе или договор cо школами. Необходимым условием для реализации программы является договор с родителями (законными представителями) подростков.

Существенное значение для эффективной реализации программы имеет участие в ней взрослых, действительно заинтересованных в профилактике негативных явлений в подростковой среде. Кроме того, необходимыми условиями ее реализации является высокий уровень квалификации специалиста центра, ведущего занятия; установление надежного контакта с подростками, отношений доверия; создание атмосферы психологического комфорта и безопасности; поддержание интереса и вовлеченности в процесс занятий и пр.

 *Групповая работа* проводится с подростками школ города на основании самостоятельного запроса, запроса от родителей, запроса от классного руководителя или администрации школы.

Количество занятий для подростков в течение учебного года - 36,

 Длительность одного занятия - 60 минут (30 мин.+30 мин.) с перерывом на 5 минут.

Периодичность занятий – 1 раз в неделю.

Количество участников от 5 до 12 человек.

**3.6. Ожидаемые результаты реализации программы.**

- расширение представлений у подростка о себе и об окружающем мире;

- умение владеть собой (произвольность действий);

- умение распоряжаться своим временем;

- ответственность в принятии решений;

- снижение психоэмоционального напряжения, тревожности;

- увеличение уверенности в себе;

- способность к продуктивному деловому общению;

- способность к различным видам творческой деятельности.

**3.7. Система организации внутреннего контроля за реализацией программы.**

С целью оценки качественных показателей программы по окончанию работы в группе проводится итоговая диагностика, что позволит выработать рекомендации по улучшению работы и непосредственно вносить коррективы в реализуемую программу.

*Стартовая и итоговая психологическая диагностика.*

Использование психодиагностических методик в начале и в конце курса занятий:

- *Цветовой тест М. Люшера* предназначен для диагностики психоэмоционального состояния, энергетической установки испытуемого и выявления внутриличностных конфликтов на основании феномена цветопредпочтения.

- *Методика «Человек под дождем» -* позволяет выявить наличие или отсутствие стрессовых факторов в жизни испытуемого, узнать насколько хорошо человек способен противостоять неблагоприятным воздействиям внешнего мира (уровень адаптации – дезадаптации), характер поведения человека в неблагоприятных условиях, основные способы защиты, а также найти индивидуальные ресурсы противостояния стрессовым факторам.

- *Методика «Ценностные ориентации» -*  предназначенна для диагностики внутреннего конфликта путем анализа уровня соотношений между ценностями и доступностями в мотивационно-личностной сфере.

- *Методика «Карта психологической характеристики личностного развития»* (Л.М. Шипицин, Л.С. Шпиленя).

- *Шкала сниженного настроения – субдепрессии (ШСНС)*, (основанная на опроснике В. Зунга и адаптированная Т.Н. Балашовой)

- *Методика «Определение склонности к отклоняющемуся поведению»* (А.Н.Орел)

- *Тест Томаса* – предназначен для определения способа решения конфликтной ситуации.

- Анкеты обратной связи.

Результаты данной работы могут отслеживаться в течение последующего времени педагогами, классными руководителями, родителями, а также педагогом-психологом.

Участие подростка в группе обосновывается результатами психологической диагностики или беседы с родителями при наличии показаний к прохождению программы.

*2.11. Договор с родителями.*

Списочный состав группы подтверждается заполненной на родительском собрании таблицей (приложение 2).

Документом, подтверждающим желание и согласие родителей на прохождение их ребёнком данной программы считается договор (бланк договора приведён в приложении 3) и согласие на обработку персональных данных.

Организационные и другие вопросы между родителями и ведущим группы решаются на родительском собрании (перед началом занятий) и в порядке индивидуального консультирования; между ребёнком и ведущим – на самих занятиях.

*План родительского собрания:*

1. Собрать информацию о составе групп (приложение 2).
2. Знакомство.
3. Информация для родителей:

- цели, задачи и ожидаемые результаты программы;

- условия реализации, формат и структура занятий;

- особенности и преимущества метода арт-терапии.

1. Организационные моменты:

- время проведения занятий;

- начало и конец занятия;

- материальная база;

- вторая обувь;

- стабильное посещение занятий детьми;

- возможности взаимодействия с ведущим группы;

- роль родителей.

1. Заполнение и подписание договоров.
2. Заполнение родителями анкеты (приложение 1).
3. Ответы на вопросы.

**3.8. Критерии оценки достижения планируемых результатов.**

1.После занятий подростка у педагога-психолога произойдёт положительная динамика имевшихся проблем у подростка. При сравнении количественных или качественных показателей отмечается положительная динамика результатов оценки, полученная в двух точках образовательной траектории обучающихся.

2.Улучшение психоэмоционального статуса подростков, снижение эмоционального напряжения, уровня тревожности.

3. Появление ресурса для противостояния стрессовым факторам.

4. Повышение активности, работоспособности, внимательности, интереса к темам и содержанию занятий.

5. Укрепление личностных ресурсов, препятствующих развитию саморазрушающих форм поведения;

6. Наличие навыков решения жизненных проблем, оказания взаимной поддержки в сложных жизненных ситуациях, принятия ответственности за собственное поведение, эффективного общения;

7. Развитие стратегий проблем-преодолевающего поведения, связанных с риском употребления ПАВ, наркотиков и других форм саморазрушающего поведения.

Оценка эффективности строится на основании достижения ожидаемых результатов, путем оценки обратной связи участников группы.

**3.9. Сведения о практической апробации программы на базе образовательной организации.**

Программа реализуется на базе психологического центра с 2013 года и соответствует заявленным результатам, что подтверждается критериями эффективности. Дети, прошедшие программу демонстрируют творческую активность, стремление к эффективному дружескому общению, инициативность, умение донести до других свои желания и потребности в социально приемлемой форме, улучшение фона настроения.

**Список литературы.**

**Литература**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ № 1015 от 30 августа 2013 г. "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования".
4. Приказ Минтруда России от 24.07.2015 N 514н "Об утверждении профессионального стандарта "Педагог-психолог (психолог в сфере образования)"
5. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации «О центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» от 14.06.2014 г. № ВК-1440/07.
6. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации № ВК-268/07 от 10 февраля 2015 г. «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи».
7. Закон Тульской области об образовании. Принят Тульской областной Думой 26.09. 2013 г.

Основная литература

1. Ананьев В.А. Легальные и нелегальные наркотики. Практическое руководство для проведения уроков профилактики среди подростков. В 2-х частях. Учебно-профилактическая программа «Перешеек». Санкт-Петербург, ГМНПП «Иматон», 2000
2. 2.Алексеева И.А., Новосельский И.Г. Жестокое обращение с ребенком. Причины, последствия, помощь. М. «Генезис», 2005.
3. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками СПб – «Питер», 2007.

4.Бэрон Р., Ричардсон Д., Агрессия, СПб - «Питер», 1999.

5.Буянов М.И. Ребенок из неблагополучной семьи. М; «Просвещение», 1998.

6.Бреслав Г.Э. Психологическая коррекция детской и подростковой агрессивности. – СПб.: Речь, 2006.

7. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия, или как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье Санкт-Петербург, АО «Сфера», 1994.

8.Леонгард К. Акцентуированные личности, Ростов на Дону, «Феникс», 2000

9.Сирота Н.А., Ялтонский В.М. Программа формирования здорового жизненного стиля. Серия «Работающие программы». Выпуск 5.– Москва, 2000

10. <http://psyjournal.ru/> - Журнал практической психологии и психоанализа

11. <http://psyjournals.ru/mpj/> - Консультативная психология и психотерапия

12. <http://psyfactor.org/> - "ПСИ-ФАКТОР" - Центр практической психологии

13. [psychology.net.ru](http://psychology.net.ru/) — Сайт "Мир психологии".

14. <http://www.imaton.ru/> — сайт психологической фирмы "Иматон".

15. <http://www.psylive.ru/> - Психология жизни - статьи, практики, тренинги и семинары для саморазвития. Психологические консультации

16. <http://psiholog-moskva.com/grupp-analiz/> - Групповой психоанализ

1. Методическое пособие по практическому использованию модели механизма «субъектной» социализации в целом и детей, находящихся в трудной жизненной ситуации
и социально опасном положении [Электронный ресурс] / Под ред. академика РАН М.К.
Горшкова. – М.: Институт социологии РАН, 2015. – 215 с.
2. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия. Теория и практика: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М., 2006г
3. Практикум по психологии жизненных ситуаций/Под ред. Е.Ю. Коржовой. – СПб. :ООО «Фирма «Стикс», 2016. - 268 с. Учебное пособие.
4. Пришвин М.М. Кладовая солнца. М., 2012г.
5. Психогимнастика в тренинге. / Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб.:Речь, 2014.
6. Сержантова Т.Б. Оригами. Лучшие модели. М.,2010г.
7. Соколова С.В. Оригами. Большая настольная книга для всей семьи. 240 лучших проектов для совместного творчества. СПб. 2009г.
8. Скребицкий Г.А. Длиннохвостые разбойники. Рассказы и сказки. М., 2012г.
9. Шалаева Г.Н. Новые правила поведения для воспитанных детей. М., 2011г.

Дополнительная литература

1. Практическая психология образования/Под ред. И.В.Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних специальных учебных заведений. - М.: ТЦ "Сфера", 2000г.
2. Фирсова Л.М. Игры и развлечения. М., 1992г.
3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие/Пер. с нем.; в 4-х томах. - М.: Генезис, 1999г.
4. Шушарджан С.В. Музыкотерапия и резервы человеческого организма. -М.,2000г