

# Программа коррекционно-развивающих, профилактических занятий «Гроссмейстер общения»



Возраст детей: 12 – 16 лет.

Тип программы: коррекционно-развивающая, социально-психологическая.

## Пояснительная записка

По данным различных научных исследований, каждый четвертый молодой человек подвергнулся насилию в том или ином его проявлении или совершал насилие. Согласно данным ВОЗ за 2010 год, ежедневно в Европе в результате насилия погибают примерно 40 молодых людей в возрасте от 10 до 29 лет или более 15 тыс. человек в год. По данным ВОЗ, насилие является третьей по значению причиной смертности в этой возрастной группе. Самый высокий уровень смертности по насильственным причинам зафиксирован в России - 15,85 на 100 тысяч человек. По самоубийствам в возрастной группе 14 – 29 лет Россия так же на первом месте: с 1998 года в стране регистрируется не менее 51 тыс. случаев суицида ежегодно.

Помимо этих настораживающих фактов в России, по данным ВОЗ, наблюдается повсеместная тенденция роста показателей по всем видам насилия. Значительная часть подростков страдает также от сексуального насилия. Например, от трех до 24 процентов женщин, в рамках проведенного

ВОЗ исследования по вопросам здоровья женщин и бытового насилия в отношении женщин, сообщают о том, что их первый сексуальный опыт носил насильственный характер.

Современное общество, так же, остро осознает необходимость защиты детей от сексуальных посягательств и эксплуатации со стороны взрослых. Тем не менее, по данным ВОЗ за 2009 год в России, примерно 20% женщин и 5-10% мужчин сообщают о том, что в детстве подвергались сексуальному насилию, в то время как 25-50% всех опрошенных детей сообщают о том, что подвергались физическому насилию и эмоциональному жестокому обращению (иногда называемому психологическим жестоким обращением) и оставлены без заботы.

Среди подростков, также, распространены случаи драк и издевательств (до 37 процентов молодых людей подвергались моббингу со стороны сверстников), в том числе и по национальному, религиозному и расовому признаку.

Одной из важнейших психологических причин, побуждающих молодых людей к различного рода насильственному поведению, является отсутствие у них адаптивных коупинг - стратегий (стратегий совладания) в трудной жизненной ситуации и неумение асертивно реагировать.

Для преодоления этой ситуации на уровне личности и уменьшения случаев насильственного поведения разного рода, педагогами-психологами МБОУ ДОД «Центр «Позитив» разработана программа формирования асертивного и ответственного поведения и психологической профилактики девиаций в подростковой среде «Гроссмейстер общения». Из всего выше сказанного можно сделать вывод о несомненной **актуальности и педагогической целесообразности программы.**

Юридическими основаниями программы являются Конституция Российской Федерации, Закон о молодежной политике РФ, положение Концепции государственной национальной политики Российской Федерации, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 15.06.1996 № 909, а также принятыми ЮНЕСКО Декларациями о правах человека, ребенка, принципов толерантности и Декларацией о культуре мира Организации объединенных наций.

Этическими основаниями программы являются принципы равенства вне зависимости от возрастной, половой и расовой принадлежности, мультикультурализма, ценности многонационального российского общества, соблюдение прав и свобод личности, поддержание межнационального мира и согласия, противодействие любым проявлениям экстремизма, дискриминации, насилия и ксенофобии.

Данная программа является **программой социально-педагогической направленности**, так как формы, методы и методики работы носят социально-педагогический и психолого-педагогический характер.

**Связь** программы «Гроссмейстер общения» с уже существующими по данному направлению программами заключается в логике правопреемственности: авторы программы основывались на разработанных ими ранее программах, получивших государственную грантовую поддержку:

- проект социально-психологического тренинга профилактики дискриминации в подростково - молодежной среде «Шаг навстречу» (грант 3 степени областного конкурса программ и проектов в сфере профилактики экстремизма в подростковой среде, приказ министерства образования Саратовской области №1928 от 13.10.2008),
- программа первичной профилактики наркомании в подростково - молодежной среде «Преодоление» (сертификат №118 Министерства образования РФ от 5.08.2002),
- коррекционно-развивающая программа для подростков «Фарватер» (СПб.: Речь, 2010. – 384 с.).

**Новизна предлагаемой программы** заключается в логике построения программы: от простого – к более сложному, от социального – к личностному, от профилактики негативных проявлений – к обучению позитивным ресурсным навыкам и умениям. Настоящая программа направлена на формирование асертивного и ответственного поведения и психологической профилактики девиаций в подростковой среде посредством социально-психологического тренинга. Предлагаемая модель социально-психологического тренинга разрабатывалась для специфической цели: осознания разрушительных причин и последствий девиаций, развитие в безопасной и эмоционально комфортной среде тренинговой группы навыков конструктивного неагрессивного поведения, толерантности к инакости другого.

Одной из важнейших практических разработок является система интервенций, нацеленных на экологичное и гуманистически ориентированное общение и выражение эмоций и мыслей в группе. Темы обратной связи, поддержки и взаимопонимания проходят сквозь все фазы группового процесса, постепенно изменяясь и усложняясь. Их отработка существенно зависит от потребностей группы, уровня зрелости участников.

В программе использовано множество авторских методик и упражнений, используемых в работе с группой.

**Цель программы:** развитие качеств личности подростка, обучение его навыкам и умениям, способствующим успешной социализации.

Для реализации поставленной цели в программе решаются следующие задачи:

**Образовательные:** формирование адаптивных стратегий совладания в трудной жизненной ситуации и позитивных социально приемлемых поведенческих навыков у участников программы.

**Воспитательные:** создание альтернативного социально приемлемого круга общения для подростков, склонных к асоциальному поведению, а также психологическая профилактика склонности к насильственному поведению, профилактика различных зависимостей у участников программы.

**Развивающие:** развитие самосознания и помощь в формировании у подростков позитивного «образа Я».

**Структура программы предполагает следующие разделы:**

**Первый раздел «Ознакомительный»** носит ознакомительный и диагностический характер. Упражнения и технологии этого раздела направлены на решение следующих важных задач, имеющих большое

значение для успешной реализации всей программы в целом. Первая задача - знакомство, развитие группового доверия, сплоченность, создание эмоционально комфортной атмосферы в группе. Чем более комфортный психологический климат в группе будет выстроен на этом этапе работы, тем эффективнее будут усваиваться знания и навыки дальнейших этапов. Второй, не менее важной, задачей является психодиагностика, необходимая для объективной оценки эффективности участия в программе. Третьей важной задачей является введение в тему обучения асертивному общению участников программы.

**Второй раздел «Профилактический»** носит профилактический характер. Он посвящен психологической профилактике насильственного поведения и агрессивных проявлений в подростковой среде, в том числе в таких его важных аспектах, как создание условий для формирования межэтнической толерантности и профилактики ксенофобии, уменьшение случаев насилия и моббинга в дружеском общении и близких отношениях на стадии свиданий. Также раздел затрагивает вопросы профилактики различных зависимостей (компьютерной, химической и т.п.). Этот раздел создает базу для формирования навыков ответственного и асертивного поведения, которым и посвящен следующий раздел.

**Третий раздел «Поведение и общение»**, в основном, затрагивает поведенческую сферу и сферу коммуникаций и посвящен формированию у подростков следующих навыков и умений:

- стратегий преодоления кризисных жизненных ситуаций,
- развитию стрессоустойчивости и жизнестойкости,
- обучению способам совладания с агрессией и гневом, а также экологичным формам их выражения,
- развитию эмпатии, как поведенческого навыка и свойства личности,
- обучению навыкам асертивного и ответственного поведения (уверенного и неагрессивного),
- развитию толерантности, как свойства личности и поведенческого навыка.

Данный раздел позволяет корректировать неадаптивные социально неприемлемые стратегии совладания, в том числе повышенную агрессивность и аутоагрессивное поведение (суицидальные тенденции) подростков через формирование адаптивных стратегий совладания в трудной жизненной ситуации и позитивных социально приемлемых поведенческих навыков.

**Четвертый раздел «Социализация»** посвящен развитию самосознания и помощи в формировании у подростков позитивного «образа Я». Для осуществления поставленной цели в разделе рассматриваются следующие темы:

- коррекция самооценки, развитие позитивного самоотношения и навыков принятия себя,
- помощь в формировании позитивных социально приемлемых жизненных целей и ценностей,

- формирование позитивного представления о будущем и определение личных параметров успешности,
- первичная профорентация, как личностный выбор деятельности путем осознания особо значимых ее аспектов.

Именно этот раздел более всех предыдущих посвящен успешной социализации личности подростка, через помощь в формировании позитивного «образа Я».

**Пятый раздел «Завершающий»** посвящен выходной психологической диагностике, необходимая для объективной оценки эффективности участия в программе, а также профилактике групповой зависимости, помощь в развитии самостоятельности и критического мышления.

Тема профилактики групповой зависимости, помощи в развитии самостоятельности и критического мышления является очень важной, так как, именно подростковый возраст характеризуется ориентировкой на нормы группы, что может быть как плюсом, так и минусом для дальнейшей успешной социализации личности. Поскольку одной из целей программы является создание альтернативного социально приемлемого круга общения для подростков, склонных к асоциальному поведению, то по окончании участия в программа необходимо осуществить процесс «официального прощания», «расставания» с группой и сделать акцент на развитии самостоятельности и критического мышления. Что послужит профилактике зависимости от группы, профилактике вовлечения уже молодого человека, а не подростка, в различные группы асоциального толка, в том числе тоталитарные.

**Целевой группой** данной программы являются подростки в возрасте 1 – 16 лет, группа постоянна по составу, условия к гендерной однородности не предъявляются.

**Особенности набора участников:** в группу набираются как подростки, склонные к девиантному поведению, так и социально активные подростки, могущие быть примером для подражания. Условием приема в объединение может быть как собственное желание подростка, так и направление социального педагога, если подросток стоит на общешкольном учете. С таким участником тогда проводится собеседование с целью мотивации его участия в объединении.

**Сроки реализации** дополнительной образовательной программы – 9 месяцев в течение одного учебного года.

**Режим занятий.** Программа реализуется в режиме пролонг - тренинга. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа.

**Форма организации занятий групповая** (группа не более 15 человек) **и индивидуальная.**

**Форма проведения занятий** – семинар-тренинг. Предлагаемые в программе приемы, формы и методы работы адекватны возрастной категории участников. Психологические игры и упражнения, используемые в программе: психологические разминки и энергетизаторы; процессуальные упражнения: психодинамические игры, ролевые игры, квесты или средовые игры, эвристические игры, арттерапевтические методики, релаксационные упражнения и психотехники саморегуляции.



## Структура занятия

№ этапа занятия	Название этапа	Цель и назначение этапа	Формы работы этапа
		1.	Вводная рефлексия
2.	Разминка 1	Энергетизация участников для дальнейшей работы. Создание эмоционально комфортной атмосферы в группе.	Психогимнастические упражнения
3.	Основной 1	Решение задач занятия, работа по теме. Обучение основным навыкам и приемам.	Психологические игры, упражнения, лекция, семинар.
4.	Промежуточная рефлексия 1	Анализ работы на основном этапе. Закрепление полученных знаний, умений и навыков.	Беседа
5.	Разминка 2	Энергетизация участников для дальнейшей работы.	Психогимнастические упражнения
6.	Основной 2	Решение задач занятия, работа по теме. Обучение основным навыкам и приемам.	Психологические игры, упражнения, лекция, семинар.
7.	Заключительный	Стабилизация эмоционального состояния. Получение позитивной обратной связи от группы.	Психогимнастические упражнения
8.	Промежуточная рефлексия 2	Анализ работы на основном этапе. Закрепление полученных знаний, умений и навыков.	Беседа
9.	Итоговая рефлексия	Анализ работы по всему занятию.	Беседа

### **Ожидаемые результаты и способы оценки их результативности.**

Участник программы по ее окончании должен:

1. Владеть стратегиями преодоления кризисных жизненных ситуаций.
2. Знать способы и уметь совладать с агрессией и гневом, а также выражать их в экологичной форме.
3. Владеть навыками ассертивного и ответственного поведения (уверенного и неагрессивного).

**Качества личности**, которые могут развиваться у воспитанников в ходе посещения занятий: стрессоустойчивость; эмпатия; толерантность; адекватная самооценка и позитивное самоотношение; самостоятельность и критическое мышление.

Так же участник должен иметь представление о:

- недопустимости и разрушительности моббинга, агрессивного и насильственного поведения;
- межэтнической, возрастной, социальной и гендерной толерантности;
- вреде и разрушительных последствиях различных зависимостей (компьютерной, химической и т.п.).

Для **оценки результатов по программе** будут использоваться следующие методы:

- анализ динамики поведения участников от раздела к разделу,
- анализ и сравнение результатов итоговых рефлексий каждого занятия,
- моделирование проблемных ситуаций по изученным темам.
- анализ анкет обратной связи после каждого раздела,
- сравнение результатов входной и выходной психологической диагностики.

Социальный эффект от внедрения проекта может быть зафиксирован как оперативно (по результатам первоочередных мероприятий), так и отдален во времени (в силу продолжительности процесса деятельности).

**Формой подведения итогов** реализации дополнительной образовательной программы является мониторинг и итоговое занятие. Мониторинг программы осуществляется по следующим показателям: списки участников, анкеты обратной связи, фотографии фрагментов проводимых занятий.



## Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего часов	Индивидуальные	Групповые	
				теория	практика
<b>1.</b>	<b>Первый раздел «Ознакомительный»</b>	<b>20</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
1.1.	Тема «Знакомство и принятие правил работы в группе»	2	-	-	2
1.2.	Тема «Входная психологическая диагностика»	14	12	-	2
1.3.	Тема «Сплочение и создание эмоционально комфортной атмосферы в группе для дальнейшей работы»	2	-	-	2
<b>2.</b>	<b>Второй раздел «Профилактический»</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>3</b>	<b>9</b>
2.1.	Тема «Профилактика насилия и моббинга в отношениях»	4	-	1	3
2.2.	Тема «Профилактика межэтнической розни и ксенофобии»	2	-	1	3
2.3.	Тема «Профилактика различных зависимостей (компьютерной, химической и т.п.)»	4	-	1	3
<b>3.</b>	<b>Третий раздел «Поведение и общение»</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>6</b>	<b>6</b>
3.1.	Тема «Совладание с агрессией и гневом»	2	-	1	1
3.2.	Тема «Профилактика суицидального поведения»	2	-	1	1
3.3.	Тема «Развитие стрессоустойчивости»	2	-	1	1
3.4.	Тема «Развитие эмпатии»	2	-	1	1
3.5.	Тема «Обучение навыкам ассертивного, партнерского и ответственного поведения»	2	-	1	1

3.6.	Тема «Развитие толерантности»	2	-	1	1
<b>4.</b>	<b>Четвертый раздел «Социализация»</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
4.1.	Тема «Коррекция самооценки»	4	-	1	3
4.2.	Тема «Формирование позитивных социально приемлемых ценностей»	4	-	1	3
4.3.	Тема «Формирование позитивного представления о будущем»	2	-	1	1
4.4.	Тема «Первичная профориентация»	2	-	1	1
<b>5.</b>	<b>Пятый раздел «Завершающий»</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
5.1.	Тема «Профилактика групповой зависимости»	2	-	1	1
5.2.	Тема «Выходная психологическая диагностика»	14	12	-	2
5.3.	Тема «Подведение итогов»	2	-	-	2
<b>Всего:</b>		<b>72</b>	<b>24</b>	<b>14</b>	<b>34</b>

### Содержание программы

#### 1. Первый раздел «Ознакомительный».

##### 1.1. Тема «Знакомство и принятие правил работы в группе».

**Практика:** Знакомство с целью и задачами программы, нормами и правилами общения в группе, уточнение запроса участников через активные формы, направленные на знакомство и создание эмоционально комфортной атмосферы в группе.

##### 1.2. Тема «Входная психологическая диагностика».

**Практика:** входное психологическое тестирование с помощью пакета диагностических методик, обсуждение полученных результатов. Уточнение целей дальнейшей работы.

**Индивидуальная работа:** ознакомление каждого участника с результатами тестирования и формулирование личной цели и задач участия.

##### 1.3. Тема «Сплочение и создание эмоционально комфортной атмосферы в группе для дальнейшей работы».

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, основанные на психодинамических процессах, позволяющие сплотить группу и создать в ней эмоционально комфортную атмосферу.

#### 2. Второй раздел «Профилактический».

##### 2.1. Тема «Профилактика насилия и моббинга в отношениях».

**Теория:** знакомство с понятиями «моббинг», «насилие», феноменами и негативными последствиями для личности и социума этих явлений.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на формирование негативного отношения к насилию, повышению социальной чувствительности к недопустимости насильственных действий.

## **2.2. Тема «Профилактика межэтнической розни и ксенофобии».**

**Теория:** психологическое просвещение о феномене дискриминации и его признаках, причинах ксенофобии и дискриминации, разрушительных последствий для личности и социума этих явлений.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на формирование негативного отношения к ксенофобии и дискриминации, повышению социальной чувствительности к недопустимости подобных проявлений.

## **2.3. Тема «Профилактика различных зависимостей (компьютерной, химической и т.п.)».**

**Теория:** знакомство с понятие «зависимость», феноменами и негативными последствиями разного рода зависимостей.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на формирование негативного отношения к злоупотреблению компьютером, а так же употреблению различных химических веществ, вызывающих зависимость.

## **3. Третий раздел «Поведение и общение».**

### **3.1. Тема «Совладание с агрессией и гневом».**

**Теория:** знакомство с понятиями «агрессия» и «гнев», причинами их возникновения, формами выражения, сравнение «защитной» и «немотивированной» агрессивности.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на обучение способам совладания с агрессией и гневом, а также экологичным формам их выражения.

### **3.2. Тема «Профилактика суицидального поведения».**

**Теория:** первичная профилактика суицидального поведения среди подростков через пропаганду ценности жизни.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на формирование адаптивных коупинг - стратегий и проблемо - разрешающего поведения, профилактику аутоагрессии.

### **3.3. Тема «Развитие стрессоустойчивости».**

**Теория:** знакомство с понятиями «стрессоустойчивость», способы самопомощи при стрессе, релаксация и аутогенная тренировка.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на обучение навыкам и способам самопомощи при стрессе, релаксации и аутогенной тренировки. Развитие стрессоустойчивости.

### **3.4. Тема «Развитие эмпатии».**

**Теория:** знакомство с понятием «эмпатия», как свойством личности и поведенческим навыком. Границы эмпатии, эмпатия и самозащита.

**Практика:** определение уровня эмпатии, активные и интерактивные формы работы, направленные на развитие эмпатичности.

### **3.5. Тема «Обучение навыкам ассертивного, партнерского и ответственного поведения».**

**Теория:** понятие «ассерция», как уверенное неагрессивное поведение. Партнерство и агрессия: общее и отличие.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на обучение ассертивным, партнерским формам поведения.

### **3.6. Тема «Развитие толерантности».**

**Теория:** понятие «толерантность». Уместность и границы толерантности, как нетерпимость к социально опасному и саморазрушительному поведению.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на развитие толерантности.

## **4. Четвертый раздел «Социализация».**

### **4.1. Тема «Коррекция самооценки».**

**Теория:** знакомство с понятием «Образ Я». Самооценка и самоотношение, понятие, характеристики, формирование и самоформирование.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на коррекцию самооценки, развитие позитивного самоотношения и навыков принятия себя.

### **4.2. Тема «Формирование позитивных социально приемлемых ценностей».**

**Теория:** знакомство с понятием «ценностная структура личности», формирование и самоформирование. Социально приемлемые и социально неприемлемые ценности, негативные и позитивные ценности: конфликт и интеграция.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на помощь в формировании позитивных социально приемлемых жизненных целей и ценностей.

### **4.3. Тема «Формирование позитивного представления о будущем».**

**Теория:** представления о будущем: возникновение и развитие. Представления о будущем и успешность. Личные и общественные представления об успешности: конфликт и интеграция.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на формирование позитивного представления о будущем и определение личных параметров успешности.

### **4.4. Тема «Первичная профориентация».**

**Теория:** первичная профориентация, как личностный выбор деятельности путем осознания особо значимых ее аспектов.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы по первичной профориентации.

## **5. Пятый раздел «Завершающий».**

### **5.1. Тема «Профилактика групповой зависимости».**

**Теория:** психологическое просвещение о феномене групповой зависимости и его признаках, причинах и последствиях, помощи в развитии самостоятельности и критического мышления.

**Практика:** активные и интерактивные формы работы, направленные на создание условий для формирования самостоятельности и критического мышления.

### **5.2. Тема «Выходная психологическая диагностика».**

**Практика:** выходное психологическое тестирование с помощью пакета диагностических методик, сравнение результатов входной и выходной психологической диагностики, обсуждение полученных результатов.

**Индивидуальная работа:** ознакомление каждого участника с результатами тестирования и обсуждение личных результатов участия в программе.

### **5.3. Тема «Подведение итогов».**

**Практика:** подготовка и проведение итогового «капустника» на тему «Как это было» по итогам и впечатлениям участников программы. Итоговая процедура прощания.

#### **Условия реализации и методическое обеспечение программы**

**Требования к помещению для занятий.** Помещение для занятий должно быть достаточно большим, хорошо освещенным, теплым, непроходным, оснащенным мягкой мебелью или удобными стульями по количеству участников группы.

#### **Оборудование:**

1. 20 альбомов для рисования.
2. Фотоаппарат.
3. 2 Мягких игрушки небольшого размера (предпочтительнее медвежонок).
4. 20 шариковых ручек синего цвета.
5. 20 тетрадей для записей.
6. Клей-карандаш – 20 шт.
7. Ножницы – 20 шт.
8. Флипчат.
9. Бумага для флипчата.
10. Маркеры – 3 шт.
11. Бумага для принтера – 1 пачка.
12. Картридж.

**Кадровое обеспечение.** Программа будет выполняться ресурсами МБОУ «СОШ №21». Программу реализуют профессиональные педагоги-психологи, имеющие знания и навыки ведения групповой психологической и тренинговой работы. Группу ведет педагог – психолог, что позволяет эффективнее осуществлять процесс обучения и анализировать обратную связь, рефлексию участников.

### **Список использованной литературы**

1. Аношкина Ю.Ю., Емельянова Е.В., Тимошенко Г.В. Коррекционно - развивающая программа для подростков «Фарватер» /под ред. Е.В. Емельяновой. – СПб.: - Речь, 2010. – 284 с.
2. Аношкина Ю.Ю., Щеглова О.В. Опыт развития коупинг -стратегий у молодежи, находящейся в петенциарных учреждениях, через профилактику суицидальных рисков и агрессивности // Психология социального взаимодействия в изменяющемся мире: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Саратов, 7-8 октября 2010 г./ Под ред. Р.М. Шамионова, Т.В. Бесковой. – Часть I.- Саратов: ИЦ «Наука», 2010. – с. 72 – 76.
3. Аношкина Ю.Ю. Совершенствование личности психолога-консультанта, как основного инструмента, формирующего эффективный консультативный контакт // Вопросы этической психологии: Сборник научных трудов /Под ред. Т.В. Бесковой. – Саратов: ООО «ИЦ «Наука», 2010. – с. 146 – 154.
4. Аношкина Ю.Ю., Щеглова О.В. Исследование факторов суицидального риска в молодежной среде //Психологическое сопровождение образовательного процесса: материалы областной научно-практической конференции 28 марта 2007 года. – Саратов: Научная книга, 2007. – с. 6 – 11.
5. Аношкина Ю.Ю. комплексная программа первичной профилактики наркомании «Преодоление» // Сборник программ по организации волонтерской деятельности «Добровольчество – путь к овладению профессией». – Саратов: ООО «Бонапарт ПС», 2009. – с. 37 – 67.
6. Аношкина Ю.Ю. Клуб практической психологии, как форма профилактики девиантного поведения в молодежной среде //Технологии социально-психологической работы в профилактике наркомании. – Саратов, 2000. – с. 38 -62.
7. Аношкина Ю.Ю., Щеглова О.В., Юрасова Ю.В. Формула будущей профессии // Элективный курсы психолого-педагогического сопровождения (предпрофильная подготовка учащихся 9 классов общеобразовательной школы) / под ред. Губановой Е.В. /Министерство образования Саратовской области – ГОУ ДПО «СарИПКиПРО». – Саратов, 2005. – с.70 – 80.

### **Список литературы для педагогов-психологов, реализующих программу**

1. Авидон И, Гончуков О. Тренинги формирования команды. – СПб.: Речь, 2008. С. 25.
2. Александров Ю.И. Макроструктура деятельности и иерархия функциональных систем // Психол. журн. 1995. №1. Т. 16. С. 44-62.
3. Бишоп С. Тренинг ассертивности. – СПб. Питер, 2001. – 208с.
4. Быковская Е.В. Как избавиться от игровой зависимости /Быковская Е.В., Чапов А.И., Чапова О.И. – М.: Эксмо, 2007. – 256 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. теория и практика командообразования. СПб.: Речь, 2004. С. 223.

6. Емельянова Е.В. Психологические проблемы современного подростка и их решение в тренинге. – СПб.: Речь, 2018. – 312 с.
7. Игровой калейдоскоп: Методический сборник в помощь организаторам игр. – Заречный: МОУ ДОД «Детский оздоровительно-образовательный центр», 2005. – 52 с.
8. Исурина И.Г. Групповая динамика в тренинговых группах // Журнал практического психолога. 1998. №1. С. 31-44.
9. Куртикова И., Лаврова К., Ли В. Тренинг: руководство к действию. Теория и практика. «СПИД Фонд Восток-Запад», М.: Речь, 2005. С. 143.
10. Лушпаева Е.В. Динамика рефлексивных процессов в социально-психологическом тренинге: Проблема децентрации // Вести. Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 1984. №4. С. 70-72.
11. Лушпаева Е.В. Развитие рефлексии в общении средствами социально-психологического тренинга: Автореф. дис.... канд. психол. наук. М., 1989.
12. Макшанов С.И. Принцип психологического тренинга // Журнал практического психолога. 1999. №3. С. 13-38.
13. Психологический тренинг в группе: игры и упражнения: Учебное пособие/Авт.-сост. Бука Т.Л., Митрофанова М.Л. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. – 128 с.
14. Руддестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. Пер. с англ./ Общ. Ред. И вступ. Ст. Л.П. Петровской. – 2-е изд. – М.: Прогресс, 1993. – 368 с.
15. Сартан Г.Н. Тренинг командообразования. СПб.: Речь, 2005. С. 172.
16. Фопель К. Создание команды. М.: Генезис, 2002. С. 239.

#### **Список литературы для участников программы**

1. Быковская Е.В. Как избавиться от игровой зависимости /Быковская Е.В., Чапов А.И., Чапова О.И. – М.: Эксмо, 2007. – 256 с.
2. Вацлавик П. Как стать несчастным без посторонней помощи: пер. с англ./ Послесл. И.В. Бестужева-Лады. – 2-е изд. – М.: Прогресс, 1993. – 160 с. Десноу Ш. Сам себ психотерапевт. – СПб.: питер, 2001. – 192 с.
3. Мольц М. Я – это Я, ил Как стать счастливым: пер. с англ./Предисл. В.П. Зинченко, Е.Б. Моргунова. – М.: Прогресс, 1994. – 19 с.
4. Пиз А. Язык телодвижений Как читать мысли других по их жестам. – Н. Новгород: «Ай Кью», 1992 – 268 с.