

Министерство образования и науки Нижегородской области
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Арзамасский техникум строительства и предпринимательства»
(ГБПОУ АТСП)

Программа принята на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2024 года

УТВЕРЖДЕНО
приказом ГБПОУ АТСП
от 30.08.2024 г. № 604-а

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
«МАСТЕРСКАЯ ОБЩЕНИЯ»
направленность программы: социально-гуманитарная

Возраст обучающихся: 15-19 лет
Срок реализации программы: 10 мес.

Автор-составитель
Судакова Алёна Анатольевна,
педагог дополнительного образования

Арзамас
2024

Содержание программы

1	Пояснительная записка	3
2	Учебный план	10
3	Календарный учебный график	11
4	Рабочая программа	12
5	Содержание рабочей программы	13
6	Оценочные материалы	17
7	Условия реализации программы	19
8	Список литературы и электронных ресурсов	20

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Мастерская общения» (далее – программа) имеет социально-гуманитарную направленность.

Подростковый и начальный этап молодежного возраста называют критическим возрастом (в широком смысле слова). Главная особенность этого возрастного периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию.

Основные проблемы психологического развития человека в этот период:

- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках, формирование привычных навыков самоанализа;
- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;
- развитие навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания и толерантности;
- развитие моральных качеств, форм сочувствия и сопереживания другим людям.

Программа разработана в соответствии с основными направлениями государственной образовательной политики и нормативными документами, регулирующими деятельность в сфере образования:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09. 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);
- Письмо Минобрнауки России от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей);
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р;

- Письмо Министерства просвещения РФ от 7 мая 2020 г. № ВБ-976/04 «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства Нижегородской области от 30.10.2018 № 1135-р «О реализации мероприятий по внедрению целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей»;
- Методические рекомендации по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.3.3648-20 «Санитарноэпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Устав Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Арзамасский техникум строительства и предпринимательства».

Актуальность программы определяется необходимостью гармоничного разностороннего развития детей, молодежи и важностью коммуникативной сферы личности в современном социуме. Освоение

программы способствует помочь обучающемуся разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни.

Педагогическая целесообразность настоящей программы заключается в том, что её реализация содействует решению психологических проблем и позволяет создать доброжелательную атмосферу в студенческих коллективах.

Новизна программы заключается в том, что в ней выстраивается единая линия занятий, которая помогает обучающемуся справиться с психологическими проблемами на данном этапе его развития.

Цель программы - развитие индивидуальных качеств, необходимых для успешной адаптации обучающегося в обществе, его социализации и личного развития.

Задачи программы

Обучающие:

- формирование базовых понятий из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;
- формирование интереса к прикладным психологическим знаниям.

Развивающие:

- развитие навыков эффективного общения;
- развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
- развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- развитие познавательных процессов.

Воспитательные:

- повышение уровня рефлексивности;
- создание мотивации для дальнейшего саморазвития обучающихся;

- сплочение студенческого коллектива;
- формирование взаимного доверия;
- формирование толерантности.

Программа включает в себя следующие блоки: тренинг командообразования, тренинг коммуникативных навыков, занятия, направленные на развитие толерантности, тренинг личностного роста, тренинг профессионального самоопределения.

Адресат программы: программа рассчитана на обучающихся в возрасте от 15 до 19 лет. Занятия проходят в индивидуальной и групповых. Условия набора обучающихся в коллектив: специального допуска по состоянию здоровья для занятий по программе не требуется, могут принять участие все желающие.

Сроки реализации программы: 10 месяцев, 120 часов.

Форма обучения – очная, очная с применением дистанционных технологий.

В случае наступления обстоятельств непреодолимой силы (пожара, наводнения, террористической угрозы, пандемии и т.д.) данная образовательная программа может быть реализована с применением дистанционных образовательных технологий. Дистанционные образовательные технологии так же могут применяться в зимний каникулярный период.

Количество занятий: 1-2 раза в неделю по 2 академических часа. Академический час длится 45 минут. Перерыв между занятиями – 10 минут.

Формы занятий

Для реализации программы используются следующие формы занятий:

1. Психологические игры и упражнения:

- большие ролевые игры;
- игры-переживания;
- деловые игры;
- психогимнастика;
- упражнения на отработку различных навыков.

2. Различные методы тренинга:

- ролевая игра;
- мозговой штурм;
- моделирование практических ситуаций;
- работа в малых группах;
- семинар;
- метод кейсов и т.д.

3. Групповые дискуссии, беседы.

4. Информационные блоки.

5. Психологические тесты.

6. Арт-методы.

7. Гештальт-терапия.

8. Коучинг.

Структура занятия

I этап. Психологическое вхождение обучающихся в занятие: ритуал приветствия.

II этап. Разминка: вхождение в эмоциональный контакт/ Актуализация проблемы.

III этап. Основной этап работы: информационный блок, отработка и развитие навыков.

IV этап. Завершающий этап: рефлексия, ритуал прощания.

Ожидаемые результаты реализации программы

По окончании обучения обучающиеся будут:

знать:

- базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;
- виды конфликтов и пути их преодоления;
- эффективные формы работы в команде;
- методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;
- методику работы с психолого-диагностическим материалом;
- проблемы современного общества и пути их решения, такие как ВИЧ/СПИД и наркомания: пути заражения, этапы развития, возможности защитить себя и своих близких;

уметь:

- работать «в кругу», применяя новые методы работы (не столь часто используемые на уроках);
- взаимодействовать сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;
- доверять друг другу и регулировать свое поведение, исходя из правил тренинговой работы;
- применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;
- защищать себя и своё здоровье;
- высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека;
- разрабатывать и реализовывать собственный проект;
- применять в жизни принципы толерантности;
- самостоятельно развивать внимание, память, воображение, образное и логическое мышление.

Учебный план программы

№ п/п	Наименование темы	Общее количество часов
----------	-------------------	------------------------------

		ТЗ	ПЗ
1	Вводное занятие	1	-
2	«Здравствуй! Это Я!» знакомство участников группы, установление контакта ведущего и группы, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочению группы	1	1
3	Коллектив	4	4
4	Тренинг формирования эффективной команды	4	8
4.1	Формирование чувства «Мы»	1	1
4.2	Сплочение и доверие	1	1
4.3	Путешествие	-	1
4.4	Спасти и выжить	-	1
4.5	Верёвочный курс	1	2
4.6	Портрет нашей группы	1	2
5	Игры на выявление лидера	2	6
6	Искусство общения	6	9
6.1	Я говорю о себе Овладение языком «Я-высказывания»	2	3
6.2	Я говорю о тебе Овладение навыком обратной связи (feedback)	2	3
6.3	Я говорю о том, что мне нужно от тебя Развитие переговорных навыков	2	3
7	Конфликты и пути их решения	2	6
7.1	Я говорю тебе, что меня не устраивает Критика в профессиональной деятельности и межличностных отношениях	2	6
8	Тренинг личностного роста	3	6
9	Я среди других людей	10	16
10	Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения	2	5
11	Основы публичного выступления	4	8
12	Итоговое занятие «Чему мы научились»	6	6
ИТОГО		45	75
		120	

Календарный учебный график

Год обучения 2024-2025	сентябрь				октябрь				ноябрь				декабрь				январь				февраль				март				апрель				май				июнь				Всего учебных недель/часов		
	02-08.09.2024	09-15.09.2024	16-22.09.2024	23-29.09.2024	01-06.10.2024	07-13.10.2024	14-20.10.2024	21-27.10.2024	28.10-03.11.2024	04-10.11.2024	11-17.11.2024	18-24.11.2024	25.11-01.12.2024	02-08.12.2024	09-15.12.2024	16-22.12.2024	23-29.12.2024	01-05.01.2025	06-12.01.2025	13-19.01.2025	20-26.01.2025	27.01-02.02.2025	03-09.02.2025	10-16.02.2025	17-23.02.2025	24.02-02.03.2025	03-09.03.2025	10-16.03.2025	17-23.03.2025	24-30.03.2025	01-06.04.2025	07-13.04.2025	14-20.04.2025	21-27.04.2025	05.05-11.05.2025	12-18.05.2025	19-25.05.2025	26.05-01.06.2025	02-08.06.2025	09-15.06.2025		16-22.06.2025	23-09.06.2025
	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	2	4	-	-	40\120

	по расписанию
	каникулы
	итоговая аттестация

Рабочая программа

№ п/п	Месяц	Тема занятия	Количество часов		
			всего	теория	практика
1	сентябрь	Вводное занятие	1	1	-
2		Тренинг «Здравствуй! Это Я!» знакомство участников группы, установление контакта ведущего и группы, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочению группы	2	1	1
3		Коллектив	8	4	4
4		Тренинг формирования эффективной команды	1	1	-
5	октябрь	Тренинг формирования эффективной команды	11	3	8
6		Игры на выявление лидера	3	2	1
7	ноябрь	Игры на выявление лидера	5	-	5
8		Искусство общения	7	6	1
9	декабрь	Искусство общения	8	-	8
10		Конфликты и пути их решения	4	2	2
11	январь	Конфликты и пути их решения	4	-	4
12		Тренинг личностного роста	8	3	5
13	февраль	Тренинг личностного роста	1	-	1
14		Я среди других людей	11	5	6
15	март	Я среди других людей	12	5	7
16	апрель	Я среди других людей	3	-	3
17		Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения	7	2	5
18		Основы публичного выступления	4	4	-
19	май	Основы публичного выступления	8	-	8
20		Итоговое занятие «Чему мы научились»	6	6	-
21	июнь	Итоговое занятие «Чему мы научились»	6	-	6
Итого:			120	45	75

Содержание рабочей программы

1. Вводное занятие «Зачем мы здесь собрались?»

Теория знакомство участников друг с другом и с психологическим тренингом как методом работы, формирование интереса и мотивации к посещению дальнейших занятий.

Практика. Упражнение – разминка «Карандаши». Упражнения Представление с перекидыванием предмета, Конкретизация ожиданий от тренинга.

2. «Здравствуй! Это Я!»

Теория знакомство с обучающимися, снятие коммуникативных барьеров. Практика Упражнение «Имя с прилагательными», Упражнение «Лестница самооценки», Упражнение «Ласковое слово», Упражнение «Моя прелесть», Упражнение «Избавление от тревог».

3. Коллектив.

Теория. Этапы развития коллектива. Стиль руководства коллективом. Закономерности работы коллектива. Влияние на коллектив.

Практика. Упражнение «Выбор организатора», «Ситуации», «Суета сует». Самоаттестация коллектива (по Лутошкину).

4. Тренинг формирования эффективной команды

4.1. Формирование чувства «Мы» - Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д. Карвасарского. Игры на снятие барьеров и сближение.

4.2. Сплочение и доверие - Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д. Карвасарского. Мини-беседа на тему доверия. Освоение пространства посредством игровых форм.

4.3. Путешествие - Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д. Карвасарского. Повышение взаимного чувства доверия. Разработка общей символики: эмблема, девиз, название Подвижные игры с принятием совместных решений.

4.4. Спасись и выжить - Методическое пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д. Карвасарского. Раскрытие и активация творческого потенциала команды, личностного потенциала каждого её члена. Формирование слаженных действий в команде. Беседа на тему «Долго ли ты можешь находиться в одиночестве». Психогимнастические игры. Большая ролевая игра.

4.5. Верёвочный курс - Развитие взаимодействия в коллективе. Сценарий прохождения веревочного курса. Открытое пространство (улица, спортивный зал).

4.6. Портрет нашей группы - Методическое пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д. Карвасарского. Упражнение с элементами арт-терапии «Портрет нашей группы». Повторная диагностика групповой сплоченности.

5. Игры на выявление Лидера

Теория. «Кто такой лидер?»

Практика. «Кораблекрушение», «Кулачок», «Необитаемый остров», «Поезд», «Возьмите меня».

6. Искусство общения.

Теория. Понятие общения. Стили общения. Эффективные способы начала общения.

Практика. Упражнение «Давайте познакомимся». Способы, помогающие поддерживать коммуникацию. Устойчивость контакта. Выход из общения.

Упражнение «Место встречи». «Маски в общении». Игры «Найди по описанию», «Обратная связь», «Найди по инструкции», «Горячий стул», «Репка». Игровые методики. «На золотом крыльце сидели», «На плоту». «Свободный разговор», «Разброс мнений». Ток-шоу.

7. Конфликты и пути их решения.

Теория. Человек в конфликте. Диагностика конфликта. Виды поведения в конфликте. Стратегия сотрудничества в конфликте.

Практика. Искусство ведения переговоров.

8. Профилактика социальных заболеваний

8.1. Профилактика ВИЧ/СПИД - Демонстрация учебно-тематического фильма. Проблема ВИЧ/СПИДа в современном обществе. Информация о развитии, путях заражения и возможностях предотвращения болезни. Меры самозащиты. Профилактический тренинг.

8.2. Аукцион ценностей - Методические рекомендации «Социальное здоровье России» под ред. С.А. Беличевой. Понятие ценности. Понятие выбора. Формирование навыков выбора. Тренинг.

8.3. Профилактический семинар «Жизнь без наркотиков – реальная возможность» - Мифы, связанные с наркоманией. Комплекс социальных, образовательных, медицинских и психологических мер, направленных на предупреждение возникновения какого-либо негативного явления. Пропаганда здорового образа жизни. Освоение правил действия в случае столкновения с проблемой наркомании. Методика первичной диагностики, анонимное анкетирование.

9. Тренинг личностного роста

Теория понятие «Личностный рост». Критерии личностного роста.

10. Я среди других людей

Вербальная и невербальная информация в общении.

Правила эффективной подачи информации

Правила эффективного приема информации.

Стереотипы и позиции в общении

Различные стили общения. Как найти подходящий стиль общения

Что такое конфликт. Причины. Амбивалентный смысл конфликтов

Использование различных стилей поведения в конфликте

Я в «Бумажном зеркале». Диагностика собственного стиля поведения в конфликте

Тренинг умения выходить из конфликта конструктивно

Доверие в общении. Диагностика своего уровня доверия другим людям

Самоанализ умения слушать и слышать другого человека

Общение в ситуации коммуникативных барьеров. Обобщение опыта общения с «трудными» людьми

Завершающий урок. Рефлексия.

11. Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения

11.1. Тренинг профессионального самоопределения - Теоретические аспекты профессионального и жизненного самоопределения. Апробация полученных знаний при помощи упражнений. Комплекс упражнений по профориентации

11.2. Профориентационная диагностика - Психодиагностический сборник «Общая психодиагностика» под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина
Сознательный выбор профессии и аргументация в её защиту. Проведение тестирования. Интерпретация и обобщение результатов тестирования.

11.3. Профориентационная игра «Перспектива» - аспекты профессионального и жизненного самоопределения на конкретных примерах выбора. Закрепление полученных знаний и навыков в игровой форме.

12. Основы публичного выступления.

Теория. Искусство полемики. Виды вопросов. Простые и сложные вопросы. Искусство отвечать. Правила поведения в дискуссии.

Практика. Игровые методики. «Публичная лекция», «Турнир ораторов», «На пне в лесу», «Разброс мнений», «Сократовская беседа», «Диалог с веком».

13. Итоговое занятие «Чему мы научились»

Блок Кейс- ситуаций. Демонстрирования навыков самостоятельного развития внимания, памяти, воображения, образного и логического мышления. Умение взаимодействовать сообща, добиваясь определенных результатов и находя новые пути решения проблем и ситуаций.

Оценочные материалы

Отслеживание результативности работы по программе происходит в ходе психолого-педагогической диагностики. Основными методами диагностики являются: наблюдение, опрос, анализ документов, психологическое обследование.

Наблюдение занимает ведущее место в арсенале методов. В педагогическом процессе наиболее удачным является стандартизированное наблюдение. Опрос представляет собой метод, основанный на получении необходимой информации от самих обследуемых путем вопросов и ответов. Выделяют три основных вида опроса: устный, письменный и свободный.

Анализ документов позволяет получить дополнительную информацию. В условиях ГБПОУ АТСП речь идет о личном деле, характеристиках и других источниках информации.

Психологическое обследование проводится с помощью следующих методов и методик:

- опросник Спилбергера;
- диагностика состояния агрессии (опросник «Басса-Дарки»);
- изучение общей самооценки (опросник Казанцевой Г.Н.);
- методика изучения общительности как характеристики личности в процессе наблюдения (М. Гамезо);
- общая психодиагностика» под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина
- цветовой тест М. Люшера (компьютерный вариант).

Формы подведения итогов реализации программы.

Главным принципом работы группы является ориентация на формирование основных психических новообразований подросткового возраста (рефлексия, самооценка, формирование Яконцепции, нравственных норм, мировоззрения, самостоятельности, профессионального самоопределения). Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: психолого-педагогическое наблюдение, комплексная рефлексия,

диагностика, мозговой штурм, журнал посещаемости, фото, анкеты, контрольные вопросы.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал по итогам проведения психологической диагностики, диспут, практическое занятие, тренинг, анкетирование, защита проектов.

Обучающиеся ведут тетради личностного роста (по желанию).

Контроль «уровня достижений» проводится в виде заданий, выполнение которых показывает включенность изучаемого материала в «поле опыта» студентов (уровень личностной ассимиляции знаний).

Условия реализации программы

Материально–техническое обеспечение: компьютер, видео и аудиотехника, проектор, экран, доска, планшеты, листы А 4, ватман, цветные карандаши, фломастеры, скотч, магниты, ножницы.

Наименование помещения	Вид занятий	Наименование оборудования, программного обеспечения
Библиотека	Теоретические занятия	Рабочее место педагога ДО, рабочие места обучающихся мультимедийное оборудование флипчарт
Досуговый центр	Практические занятия	Флипчарт, мультимедийное оборудование

Информационное обеспечение: пакет диагностических методик, электронные ресурсы.

Кадровое обеспечение: реализацию программы обеспечивает педагог дополнительного образования, имеющий основную специализацию педагог-психолог.

Методы обучения: словесный, практический; репродуктивный, проектноконструкторский, дискуссионный, проектный, стимулирования и мотивации.

Формы организации образовательного процесса: основной формой работы является групповое занятие с элементами психологического тренинга.

Формы организации учебного занятия: беседы, психологические игры и упражнения, релаксационные методы, «мозговой штурм», наблюдение, практическое занятие, продуктивнотворческая деятельность.

Педагогические технологии: технология группового обучения, технология проблемного обучения, технология исследовательской деятельности, коммуникативная технология обучения, технология коллективной творческой деятельности, технология развития критического мышления, технология эффективного общения, технология установления контакта, здоровьесберегающая технология.

Список литературы и электронных ресурсов

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. - СПб: Питер, 2004.
2. Базовый набор тематических тренингов для подростков – под ред. С.В. Кривцовой, М., 2008.
3. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. – М. Ось-89, 2002.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии.- СПб: ООО «Речь», 2001.
5. Козлов Н.И. Как относиться к себе и людям. - М., 1999.
6. Коррекционно-развивающая программа для подростков «Фарватер».- под ред. Е.В. Емельяновой,.-СПб.:Речь,2010.
7. Копытин А.И. Основы арт-терапии. - СПб: Речь,2005.
8. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие. - СПб.: Речь,2004.
9. Прихожан А.М. Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе. -М., Сфера, 2000
10. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. - М., 2001.
11. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. - М.,1995.
12. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками. С чего начать? - М. Генезис, 2003.
13. Подольский А. И., Идобаева О. А. Психология развития. Психоэмоциональное благополучие детей и подростков. Учебное пособие для вузов. — М.: Юрайт. 2019. 124 с.
14. <https://cppmsp52.ru/>
15. <https://stoppav.ru/>