

Муниципальное общеобразовательное автономное учреждение

«Лицей № 21» города Кирова

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОАУ «Лицей № 21»
города Кирова



Л. Д. Кожевникова

«23» августа 2024 года

**Рабочая программа
предметного курса
«Психологический практикум»
для обучающихся 10-11 классов**

Два года обучения

Киров

2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Психологическая культура, толерантность, позитивное самоотношение, чувство собственного достоинства, способность к рефлексии и самосовершенствованию, понимание интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Цель преподавания психологического практикума - это овладение каждым школьником элементарной психологической культурой, которая является частью общей культуры и обеспечивает ему полноправное вступление в самостоятельную жизнь, развитие готовности к полноценному взаимодействию с миром.

Данный учебный курс направлен на решение психолого-педагогических задач, обеспечивающих становление личности ребенка:

- формирование общих представлений о психологии как науке;
- пробуждение интереса к другим людям и самому себе;
- профессиональное самоопределение;
- развитие интеллектуальной сферы;
- развитие самосознания, эмоциональной сферы.

Освоение учебного материала даст обучающимся возможность приблизиться к пониманию феномена человека, уникальности его внутреннего мира и неразрывной связи с миром внешним, другими людьми, нациями, человечеством в целом. Обучающиеся смогут научиться моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность, отстаивать свои права, уважая интересы других людей, что позволит ощущать себя полноправными гражданами общества, активными субъектами деятельности и социальной действительности.

Программа курса составлена из расчёта 68 учебных часов – по 1 часу в неделю в 10 и 11 классах (по 34 часа в каждом классе).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Патриотическое воспитание:

способностью оценивать вклад российских учёных в становление и развитие психологии, понимания значения этой науки в жизни человека и современного общества.

Гражданское и духовно-нравственное воспитание:

сформированностью гражданской позиции обучающегося как активного и ответственного члена российского общества; осознание своих конституционных прав и обязанностей, уважение закона и правопорядка; способностью определять собственную позицию по отношению к явлениям современной жизни и объяснять её; умением учитывать в своих действиях необходимость конструктивного взаимодействия людей с разными убеждениями, культурными ценностями и социальным положением; готовностью к сотрудничеству в процессе совместного выполнения задач; осознанием духовных ценностей российского народа; сформированностью нравственного сознания, этического поведения; осознанием личного вклада в построение устойчивого будущего.

Трудовое воспитание:

готовностью к активной деятельности социальной направленности, способностью инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такую деятельность; интересом к различным сферам профессиональной деятельности, умением совершать осознанный выбор будущей профессии и реализовывать собственные жизненные планы; готовностью и способностью к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

Эстетическое воспитание:

способностью к эстетическому отношению к миру, включая эстетику общественных отношений; пониманием эмоционального воздействия живой природы и её ценности; стремлением проявлять качества творческой личности.

Ценности научного познания:

сформированностью мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, способствующего осознанию своего места в поликультурном мире; совершенствованием языковой и читательской культуры как средства взаимодействия между людьми и познания мира; заинтересованностью в получении знаний в целях повышения общей культуры, функциональной грамотности обучающихся; пониманием сущности методов познания, способности использовать получаемые знания для анализа и объяснения явлений окружающего мира и происходящих в нём изменений, умением делать обоснованные заключения на основе научных фактов и имеющихся данных с целью получения достоверных выводов; способностью самостоятельно использовать знания для решения проблем в реальных жизненных ситуациях; готовностью и способностью к непрерывному образованию и самообразованию, к активному получению новых знаний в соответствии с жизненными потребностями.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

пониманием и реализацией здорового и безопасного образа жизни, бережного, ответственного и компетентного отношения к собственному психическому здоровью; пониманием ценности правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей.

Экологическое воспитание:

экологически целесообразным отношением к природе как источнику жизни на Земле, основе её существования; повышением уровня экологической культуры: приобретением опыта планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; активным неприятием действий, приносящих вред окружающей природной среде, умением прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их; наличием развитого экологического

мышления, экологической культуры, опыта деятельности экологической направленности, умением руководствоваться ими в познавательной, коммуникативной и социальной практике, готовностью к участию в практической деятельности экологической направленности.

Личностные результаты, обеспечивающие адаптацию обучающегося к изменяющимся условиям социальной и природной среды:

готовностью к действиям в условиях неопределённости, повышению уровня своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, приобретать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции из опыта других; необходимостью в формировании новых знаний, в том числе формулировать идеи, гипотезы об объектах и явлениях, в том числе ранее не известных, осознавать дефициты собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие; способностью осознавать стрессовую ситуацию, воспринимать стрессовую ситуацию как вызов, требующий контрмер, корректировать принимаемые решения и действия, формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия

Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки психологических понятий, отношений между ними; формулировать определения понятий; устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа; воспринимать, формулировать и преобразовывать суждения; выявлять закономерности, взаимосвязи и противоречия в фактах, данных, наблюдениях и утверждениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий; делать выводы с использованием законов логики; разбирать доказательства утверждений, проводить самостоятельно несложные доказательства фактов, выстраивать аргументацию, приводить примеры и контрпримеры; обосновывать собственные рассуждения; выбирать способ решения проблемной ситуации.

Базовые исследовательские действия:

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания; формулировать вопросы, фиксирующие противоречие, проблему, аргументировать свою позицию, мнение; проводить по самостоятельно составленному плану исследование по установлению зависимостей объектов между собой; самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведённого наблюдения, исследования, оценивать достоверность полученных выводов и обобщений; прогнозировать возможное развитие процесса, а также выдвигать предположения о его развитии в новых условиях.

Работа с информацией:

выявлять недостаточность и избыточность информации, данных, необходимых для социализации; выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию, полученную из различных источников; выбирать форму представления информации и иллюстрировать её; оценивать надёжность информации по критериям, предложенным учителем или сформулированным самостоятельно.

Универсальные коммуникативные действия

Общение:

воспринимать и формулировать суждения в соответствии с условиями и целями общения; ясно, точно, грамотно выражать свою точку зрения, давать пояснения

определённых суждений; в ходе обсуждения задавать вопросы по существу обсуждаемой темы, проблемы, высказывать идеи, нацеленные на поиск решения проблемной ситуации; сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций; в корректной форме формулировать разногласия, свои возражения.

Сотрудничество:

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы; договариваться, конструктивно обсуждать вопросы; обобщать мнения нескольких людей; участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, мозговые штурмы и др.).

Универсальные регулятивные действия

Самоорганизация:

самостоятельно составлять алгоритм решения проблемной ситуации, выбрать способ решения с учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать и корректировать варианты решений с учётом новой информации.

Самоконтроль:

владеть способами самоконтроля; предвидеть трудности, которые могут возникнуть в процессе общения; вносить коррективы в поведение на основе новых обстоятельств; оценивать соответствие результата деятельности поставленной цели и условиям, объяснять причины достижения или недостижения цели, давать оценку приобретённому опыту.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате освоения программы предметного курса «Психологический практикум» обучающиеся *будут знать:*

- какие личностные качества необходимы для социализации;
- ключевые термины и понятия, характерные для психологии, изучаемые в рамках данного курса;
- методы и приемы изучения поведения человека с точки зрения различных ситуаций;
- о способностях человека, их природе, о стратегиях личностного развития, успешного образовательного и социального взаимодействия.

Будут уметь:

- проектировать стратегию собственного личностного развития;
- работать в команде для совместного решения поставленных задач;
- самостоятельно работать с информацией.

Будут иметь опыт:

- организации совместной деятельности и общения, проектирования условий и средств продуктивной коммуникации.

Обучение обеспечивает:

- удовлетворение индивидуальных запросов обучающихся;
- развитие личности обучающихся, их познавательных интересов, интеллектуальной и ценностно-смысловой сферы;
- развитие навыков самообразования и самопроектирования;
- углубление, расширение и систематизацию знаний в психологической области;
- совершенствование имеющегося и приобретение нового опыта познавательной деятельности, профессионального самоопределения обучающихся.

10 КЛАСС

Раздел 1. Тайм-менеджмент

Понятие тайм-менеджмента. История тайм-менеджмента. Понятие хронофаги, их разновидности, как с ними бороться. Правила планирования времени. Тайм-менеджмент по хронотипу. Техники тайм-менеджмента: Правило Парето. Поедание «лягушки». Метод «80/20». Метод «помидора». Канбан. Хронометраж. Матрица Эйзенхауэра. Метод приоритетов «ABC». Практическая работа «Планирование жизни на собственном примере с применением техник тайм-менеджмента».

Раздел 2. Самоопределение

Происхождение труда. Сущность понятий «профессия», «специальность», «квалификация», «должность», «карьера». Основные характеристики профессий. Формула выбора профессии: хочу, могу, надо. Основные ошибки при выборе профессии. Классификации профессий: отечественные и зарубежные. Составляющая формулы выбора профессии – «хочу»: интересы и склонности. Анализ профессиональных склонностей и предпочтений с помощью психологических методик.

Раздел 3. Общение

Понятие общения. Его цели, содержание, функции, структура и типологии. Коммуникация: вербальная и невербальная. Роль вербальной и невербальной коммуникации в процессе взаимодействия людей. Коммуникабельность. Оценка коммуникабельности с помощью психологических методик. Виды негативного воздействия на людей: манипуляция, висхолдинг, газлайтинг, пассивная агрессия, неглект, обесценивание. Круги общения в психологии. Психологические границы. Виды границ. Нарушение границ. Способы защиты границ. Коммуникативный тренинг.

Раздел 4. Личностные особенности

Темперамент как врождённая характеристика личности. Типы темперамента: холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик. Определение типа темперамента с помощью психологических методик. Характер как приобретённая характеристика личности. Анализ характера с помощью психологических методик. Сущность понятия самооценка. Виды самооценки. Изучение самооценки с помощью психологических методик. Самоконтроль. Оценка поведения с помощью психологической методики. Основные эмоциональные состояния: агрессия, депрессия, аффект, фрустрация, стресс, апатия. Анализ эмоциональных состояний с помощью психологических методик. Поведенческий тренинг. Ценности человека. Определение ценностей с помощью психологических методик. Мотивы. Мотивация. Мотивы выбора профессии. Анализ профессиональных мотивов с помощью психологических методик. Воля. Изучение волевой сферы с помощью психологических методик.

Раздел 5. Взгляд в будущее

Мечты. Цели. Целеполагание. Целеполагание по SMART. Психологические упражнения.

Раздел 6. Техники психологической работы

Оптические иллюзии. Возникновение оптических иллюзий. Классификация оптических иллюзий. Практическая работа с оптическими иллюзиями. Арт-терапия. Арт-терапевтические техники. Практика по арт-терапии.

11 КЛАСС

Раздел 7. Познавательные процессы личности

Познавательные процессы. Внимание. Виды и свойства внимания. Изучение распределения, объёма и концентрации внимания с помощью психологических методик. Память. Виды и свойства памяти. Исследование особенностей памяти с помощью психологических методик. Мышление. Мыслительные операции. Виды мышления. Изучение видов мышления с помощью психологических методик. Воображение. Исследование воображения с помощью психологических методик.

Раздел 8. Способности человека

Способности. Виды способностей. Анализ способностей с помощью психологических методик.

Раздел 9. Коммуникация

Вербальная коммуникация. Невербальная коммуникация. Кинесика. Такесика. Сенсорика. Хронемика. Вокалика. Взаимоотношения. Дружба. Любовь. Стадии взаимоотношений. Привязанность и её типы. Гармоничное и негармоничное взаимодействие. Эмпатия. Виды, уровни, признаки, стратегии развития эмпатии. Поддержка. Языки поддержки. Оценочные суждения и «Я-высказывания». Конфликтные ситуации. Коммуникативные упражнения.

Раздел 10. Психологические практики

Лидер. Качества лидера. Выявление лидерских качеств с помощью психологических методик. Деловая игра. Ролевая игра. Тренинг навыков. Проблемный тренинг. Сказкотерапия. Музыкальная терапия. Психодраматический тренинг.

Подведение итогов изучения курса. Рефлексивное занятие.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

10 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Основное содержание	Деятельность школьников
Раздел 1. Тайм-менеджмент			
1	Тайм-менеджмент	Что такое тайм-менеджмент? Упражнение «Ощущение времени». Хронофаги. Правила планирования времени. Хронотипы.	Беседа, работа с раздаточным материалом
2	Техники тайм-менеджмента	Правило Парето. Поедание «лягушки». Метод «80/20». Метод «помидора». Канбан. Хронометраж. Матрица Эйзенхауэра. Метод приоритетов «АВС».	Беседа
3	Практикум по тайм-менеджменту	Планирование жизни на собственном примере с применением техник тайм-менеджмента.	Практическая работа
Раздел 2. Самоопределение			
4	Правила выбора профессии. Многообразие мира профессий	Формула выбора профессии. Ошибки и затруднения при выборе профессии. Отечественные классификации профессий (по предмету труда, цели труда, орудиям труда, условиям труда) Е. А. Климова. Зарубежная классификация профессий Дж. Холланда.	Беседа, работа с раздаточным материалом
5	Интересы и склонности	Интересы и склонности. Анализ своих профессиональных интересов с помощью таких методик, как «Карта интересов» и «Дифференциально-диагностический опросник».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
6	Интересы и склонности	Анализ своих профессиональных склонностей и предпочтений с помощью таких методик, как «Опросник профессиональных склонностей» и «Творческий потенциал».	Прохождение методик, обработка полученных результатов
7	Интересы и склонности	Анализ своих профессиональных склонностей и предпочтений с помощью такой методики, как «Опросник профессиональных предпочтений».	Прохождение методик, обработка полученных результатов
Раздел 3. Общение			
8	Коммуникативные тесты	Коммуникабельность. Оценка своей коммуникабельности с помощью таких методик, как «Любят ли Вас люди?» и «Коммуникабельны ли Вы».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
9	Коммуникативные тесты	Тест коммуникативных умений. Тест «Эмпатические способности». Тест «Ваши друзья»	Прохождение методик, обработка полученных результатов
10	Психологические особенности общения	Общение. Цели общения. Содержание общения. Функции общения. Типология общения. Структура общения. Коммуникация.	Беседа

11	Вербальная коммуникация	Вербальные средства коммуникации. Их роль в процессе общения.	Беседа
12	Невербальная коммуникация	Невербальные средства коммуникации. Их роль в процессе общения.	Беседа
13	"Опасные" люди: манипуляторы, обесцениватели, газлайтеры	Манипуляция. Обесценивание. Газлайтинг. Как противостоять данным видам психологического воздействия?	Беседа
14	"Опасные" люди: пассивные агрессоры, неглекторы, висхолдеры	Пассивная агрессия. Неглект. Висхолдинг. Как противостоять данным видам психологического воздействия?	Беседа
15	Те, кто всегда рядом. Ближайший круг общения	Круги общения в психологии отношений. Кто входит в ближайший круг общения.	Беседа
16	Личные границы. Границы окружающих нас людей. Как защищать границы?	Психологические границы. Формирование границ. Виды границ. Нарушение границ. Защита границ.	Беседа
17	Коммуникативный тренинг	Тренинг «Собеседование на работу».	Участие в тренинге
Раздел 4. Личностные особенности			
18	Темперамент	Темперамент и его типы.	Беседа
19	Темперамент	Определение своего типа темперамента с помощью такой методики, как «Паспорт темперамента».	Прохождение методики, обработка полученных результатов
20	Характер	Характер. Анализ своего характера с помощью таких методик, как «Каков твой характер?», «Ориентировочная анкета».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
21	Характер	Анализ своего характера с помощью такой методики, как «Личностный опросник ФЛАГ».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
22	Самооценка	Самооценка. Изучение своей самооценки с помощью такой методики, как «Характер самооценки».	Беседа, прохождение методики, обработка полученных результатов
23	Контроль поведения	Зачем нужно уметь контролировать своё поведение? Как Ваши чувства влияют на Вашу жизнь? Оценка своего поведения с помощью такой методики, как «Уровень субъективного контроля».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
24	Диагностика эмоциональной сферы	Оценка своих эмоциональных состояний с помощью таких методик, как «Шкала поиска ощущений» и «Самооценка эмоциональных состояний».	Прохождение методик, обработка полученных результатов
25	Поведенческий тренинг	Упражнения «Техника вежливого отказа», «Неуверенность, уверенность, агрессивность»	Участие в упражнениях
26	Ценности	Ценности. Анализ своих ценностей с помощью такой методики, как «12 предложений».	Беседа, прохождение методики, обработка полученных результатов

27	Диагностика мотивационной сферы	Мотивы. Определение своих профессиональных мотивов с помощью такой методики, как «Основной мотив твоего выбора».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
28	Диагностика мотивационной сферы	Определение своих профессиональных мотивов с помощью таких методик, как «Опросник для выявления мотивов профессионального выбора» и «Мотивы выбора профессии».	Прохождение методик, обработка полученных результатов
29	Диагностика волевой сферы	Воля. Изучение своей силы воли с помощью такой методики, как «Самооценка силы воли».	Беседа, прохождение методики, обработка полученных результатов
Раздел 5. Взгляд в будущее			
30	Мечты. Цели	Упражнение «Истинная мечта».	Выполнение упражнения
31	Целеполагание	Целеполагание. Целеполагание по SMART. Формулировка собственных целей.	Беседа, выполнение практической работы
Раздел 6. Техники психологической работы			
32	Оптические иллюзии	Оптические иллюзии. Причины их возникновения. Классификация оптических иллюзий. Виды зрительных иллюзий.	Беседа, работа с раздаточным материалом
33	Арт-терапевтические техники	Арт-терапия. Арт-терапия «Круг. Квадрат. Треугольник. Зиг-Заг», «Дом».	Беседа, выполнение арт-терапевтических рисунков, их анализ
34	Арт-терапевтические техники	Арт-терапия «Вулкан» или «Кактус».	Выполнение арт-терапевтического рисунка, его анализ

11 КЛАСС

№ п/п	Тема занятия	Основное содержание	Деятельность школьников
Раздел 7. Познавательные процессы личности			
1	Познавательные процессы: внимание	Внимание, его виды и свойства. Изучение распределения, объёма и концентрации внимания с помощью таких методик, как «Отыскание чисел» и «Корректирующая проба».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
2	Познавательные процессы: память	Память, её виды и свойства. Исследование особенностей памяти с помощью таких методик, как «Зрительная память», «Слуховая память», «Механическая память» и «Смысловая (логическая) память».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов

3	Познавательные процессы: мышление	Мышление, мыслительные операции. Классификации мышления. Изучение оперативного мышления с помощью такой методики, как «Оперативное мышление».	Беседа, прохождение методики, обработка полученных результатов
4	Познавательные процессы: мышление	Изучение конструктивных способностей, аналитического мышления с помощью таких методик, как «Конструктивное мышление» и «Отыскание закономерностей». Изучение математических способностей, способности к обобщению и технического мышления с помощью таких методик, как «Числовые ряды» и «Техническое мышление».	Прохождение методик, обработка полученных результатов
5	Познавательные процессы: мышление	Определение общего уровня развития мышления и типа мышления с помощью таких методик, как «Краткий ориентировочный тест» и «Тип мышления».	Прохождение методик, обработка полученных результатов
6	Познавательные процессы: воображение	Воображение. Его изучение с помощью такой методики, как «Творческое мышление».	Беседа, прохождение методики, обработка полученных результатов
Раздел 8. Способности человека			
7	Способности	Коммуникативные, организаторские, речевые (вербальные) способности. Их анализ с помощью таких методик, как «Коммуникативные и организаторские способности» и «Речевые (вербальные) способности».	Беседа, прохождение методик, обработка полученных результатов
Раздел 9. Коммуникация			
8	Коммуникация: вербальная и невербальная	Вербальная и невербальная коммуникация. Условия эффективной организации общения.	Беседа, участия в коммуникативных упражнениях
9	Кинесика: язык тела: мимика, жесты, поза, движения головы и тела, осанка, движение глаз и зрительный контакт	Невербальные средства общения: кинесика. Анализ мимики, движения глаз и зрительного контакта в процессе общения.	Беседа
10	Кинесика: язык тела: мимика, жесты, поза, движения головы и тела, осанка, движение глаз и зрительный контакт	Невербальные средства общения: кинесика. Анализ жестов, позы, движений тела и головы, осанки в процессе общения.	Беседа
11	Такесика: прикосновения: рукопожатия, объятия, похлопывания	Невербальные средства общения: такесика. Анализ рукопожатий, объятий, похлопываний в процессе общения.	Беседа
12	Сенсорика: контакт человека с окружающим миром при помощи пяти чувств: обоняния, вкуса, осязания, слуха и зрения	Невербальные средства общения: сенсорика. Обоняние, вкус, осязание, слух и зрение в процессе общения.	Беседа
13	Хронемика: способ	Невербальные средства общения: хронемика. Ощущение времени в	Беседа

	невербального общения, который базируется на нашем отношении ко времени	процессе общения.	
14	Вокалика: вокальные качества речи, которые придают дополнительные оттенки произносимым словам: громкость речи, её темп, тембр голоса, качество артикуляции	Невербальные средства общения: вокалика. Громкость речи, темп речи, тембр голоса, артикуляция в процессе общения.	Беседа
15	Взаимоотношения	Межличностные отношения. Дружба и любовь. Стадии взаимоотношений.	Беседа
16	Взаимоотношения	Типы привязанности. Конструктивные и деструктивные формы взаимоотношений.	Беседа
17	Эмпатия. Языки поддержки	Что такое эмпатия? Виды, уровни, признаки, стратегии развития эмпатии. Языки поддержки.	Беседа
18	Оценочные суждения. Я-высказывания	Оценочные суждения. Признаки оценочных суждений. Их влияние на процесс общения. Как с ними бороться? Я-высказывания: суть, алгоритм применения.	Беседа
19	Формирование навыков эффективного разрешения конфликтных ситуаций	Конфликтные ситуации: их причины и конструктивные способы их разрешения.	Беседа
20	Коммуникативный практикум	Упражнения «Аэропорт», «Ресторан».	Участие в упражнениях
21	Коммуникативный практикум	Упражнения «Чёрное и Белое», «Сердце».	Участие в упражнениях
Раздел 10. Психологические практики			
22	Диагностика лидерских качеств	Лидер. Лидерские качества. Выполнение методики «Лидер»	Беседа, прохождение методики, обработка полученных результатов
23	Деловая игра	Деловая игра «Суд»	Участие в деловой игре
24	Навыковый тренинг	Тренинг «Кораблекрушение»	Участие в тренинге
25	Ролевая игра	Ролевая игра «Бункер»	Участие в ролевой игре
26	Ролевая игра	Ролевая игра «Спасение»	Участие в ролевой игре
27	Проблемный тренинг	Тренинг «Я и мои проблемы»	Участие в тренинге
28	Проблемный тренинг	Тренинг «Выход из проблемной ситуации»	Участие в тренинге
29	Сказкотерапия	Сказкотерапия. Как детские сказки влияют на нашу жизнь?	Беседа
30	Сказкотерапия	Сказкотерапия: тренинг.	Участие в тренинге
31	Музыкальная терапия	Музыкальная терапия. Как музыка влияет на нашу жизнь?	Беседа

32	Музыкальная терапия	Музыкальная терапия: тренинг.	Участие в тренинге
33	Психодраматический тренинг	Психодрама «Спасательная шлюпка»	Участие в психодраме
34	Рефлексивное занятие	Подведение итогов работы	Беседа

1. Битянова, М.Р. Я и мой внутренний мир. Психология для старшеклассников / М.Р. Битянова, М.Р. Вачков. – Санкт-Петербург: Питер, 2009.
2. Гамезо М. В. Атлас по психологии: информационнометодическое пособие по курсу «Психология человека». М.: Педагогическое общество России, 2001.
3. Кови, С. Семь навыков высокоэффективных людей / С. Кови. – М.: Альпина Бизнес Букс, 2008. – 374 с.
4. Коломинский Я.Л. Основы психологии. Учебник для учащихся старших классов и студентов первых курсов высших учебных заведений»: АСТ; М.; 2010. - 239 с.
5. Кравцова Е., Кравцова М. Мыльные бомбы, или как избежать конфликтов. – БерИнгА. – 2016.
6. Крысько В.Г. Основы общей педагогики и психологии. М.: Юрайт, 2019. 472 с.
7. Немов Р. С. Психология: Пособие для учащихся 10-11 классов / Р.С. Немов. М.: Просвещение, 1995.
8. Пиз А., Гарнер А. Язык разговора, 2000.
9. Психология: Учебное пособие. X класс / Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2008.
10. Реан А.А., Гатанов Ю.Б., Баранов А.А. Психология 8-11 класс. Учебник. – СПб: Питер, 2001. – 212 с.
11. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии или путеводитель выпускника. – М., 2005.
12. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: программа профессионального самоопределения для подростков. – М., 2000.
13. Селезнева Е.В. Увлекательная психология. Издательство Аванта, 2021.
14. Социальная компетентность: учебное пособие для 10-11 классов средней школы / под ред. В.Н. Журкова, С.А. Маничева. – М., 2008.
15. Тимошенко Г.В. 50 лайфхаков: психологические квесты. – М.: Издательство АСТ, 2017.
16. Токарева В.С. Нам нужно общение. – М.: АСТ, 2008, - 480с.
17. Чеснова И.Е. Психологический тренинг дневник для школьников "Это я!". – М.: Издательство Аванта, 2020
18. Энциклопедия для детей. Том 18, часть 2. Архитектура души. Психология личности. Мир взаимоотношений. Психотерапия. – М., 2002.