

**Частное профессиональное образовательное учреждение  
Иркутский техникум экономики и права**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ЭЛЕКТИВНОГО КУРСА**  
*Часы общения «Познание себя»  
для студентов первого курса  
34 часа*

**Составитель:**  
*Филиппова Галина Федотовна*

г. Иркутск

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*Хочу не учить, а душевно беседовать,  
размышлять сообща и догадываться.*

*М. Пришвин*

Процесс адаптации и социализации студентов нового набора длительный и не всегда успешный. У значительной части учащихся первого года обучения возникают всевозможные проблемы личностного характера, межличностных отношений, прилежания, самоорганизации и профессионального самоопределения. Особенно сложно адаптируются недавние школьники, поступающие в техникум после 9 класса. Как правило, они имеют недостаточно сформированный уровень учебной и профессиональной мотивации, самостоятельности умственного труда.

Процесс обучения в техникуме начинается с рассогласованности привычного школьного поведения и новых условий – студенты адаптируются к жизнедеятельности в незнакомом учебном заведении, начинают выстраивать межличностные отношения с преподавателями и одногруппниками, знакомятся с особенностями и требованиями внутреннего распорядка. Практика показывает, что именно на первом курсе формируется новая учебная позиция, закладывается фундамент на последующие годы. Многие студенты, привыкшие ранее к постоянному контролю со стороны родителей и педагогов, испытывают кризис самоорганизации: не успевают писать лекции, не умеют распределить время на подготовку домашних заданий, накапливают задолженности и уже на первой промежуточной аттестации становятся кандидатами на отчисление.

Актуальность раскрытия внутреннего потенциала старших школьников, а в условиях техникума – первокурсников, явилась отправной точкой в разработке элективного курса «Познание себя». Именно юношеский возраст – это время самопознания, самоопределения, значимости и привлекательности общественно-полезной деятельности. Запланированные часы общения направлены на формирование у студентов большей активности, инициативы, самостоятельности в словах и делах. Но чтобы быть самостоятельным, надо уметь творчески мыслить, стремиться искать новое, находить свои решения. Исходя из этого, занятия основаны на диагностической и саморазвивающей работе.

Цель курса: раскрыть механизмы самопознания студентов первого курса, выявить зоны их ближайшего саморазвития, самосовершенствования и самореализации путем вовлечения в реализацию общественно-значимых дел.

Задачи:

- 1) создание условий для самопознания обучающихся;
- 2) повышение информационной компетентности студентов первого курса;
- 3) расширение представлений учащихся о возможностях самореализации в обществе;
- 4) создание команды единомышленников, способной к реализации общественно-значимых дел.

По окончании курса студенты должны овладеть такими ключевыми компетенциями, как коммуникативная, информационная, проектировочная, а также компетенциями самопознания и саморазвития.

Формами обучения являются тренинговые занятия, диагностические практикумы, разработка и реализация социально-значимых проектов.

Элективный курс предполагает интеграцию направлений работы по предметным областям: психология, биология, экология, информатика.

Элективный курс рассчитан на 20 часов. 3 часа – погружение – тренинг командообразования. 4 занятия по 2 часа – диагностические практикумы, направленные на самопознание личностных особенностей обучающихся, включающие в себя тесты, которые возможно использовать не только для диагностики, но и для рефлексии собственного развития.

Следующие 2 занятия по 2 ч. – это практические работы с информацией, с ресурсами Интернет, электронной программой PowerPoint. Заключительное занятие (3 ч.) – это разработка социальных проектов.

Итоговые занятия по разработке проектов не ограничены определенной тематикой, так как мы оставляем право личности на проявление самостоятельности и инициативы. Это могут быть проекты здоровьесберегающей, экологической направленности, профилактики вредных привычек, волонтерской работы по организации помощи ветеранам труда и ВОВ, детям-сиротам, малообеспеченным семьям и т.п.

Приблизительно 2 часа дается обучающимся для реализации и презентации созданных проектов. Реализация курса возможна в течение полугода или учебного года. Вместе с тем, прогнозируется проявление дальнейшей инициативы студентов.

Для сохранения психологического настроения, атмосферы саморазвития и актуальности деятельности предполагается блочная реализация курса.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ темы	Наименование разделов и тем	Форма проведения	Количество часов
1.	Давайте, познакомимся!	Тренинг командо-образования	3
2.	Развивающее общение. Самостоятельность и творчество.	Диагностический практикум	2
3.	Правила и способы... конфликта. Спорить без конфликтов.	Диагностический практикум	2
4.	Ирония и саморазвитие. Пути саморазвития.	Диагностический практикум	2
5.	Быть добрым. Разумно жить.	Диагностический практикум	2
6.	Глобальная сеть Интернет. Поиск информации в Интернете	Практическое занятие	2
7.	Создание слайдовой презентации с гиперссылками и анимационными эффектами	Практическое занятие	2
8.	Разработка проектов по темам: «Будущее начинается сегодня», «Корреспондент Сибири», «Юный натуралист», «Экология родного края», «Красота родного города», «Историческая память России»	Проектирование	3
9.	Добрые дела – в жизнь!	Реализация проектов	2
Итого:			20

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### **Тема 1. Тренинг на командообразование.**

*Вступительное слово.*

*Основная часть.* Игра «Узелки». Упражнение «Снежный ком». Рефлексия. Заполнение анкеты на самопознание. Игра «Найди партнеров». Рефлексия по кругу «Два чувства». Игра «Путаница».

*Принятие правил.*

*Заключительная часть*

Игра «Групповое взаимодействие». Игра «Ручеек». Упражнение в кругу «Интервью». Упражнение «Я желаю тебе...», «Я желаю группе».

### **Тема 2. Развивающее общение. Самостоятельность и творчество.**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Самотест «Общительность»; самотест «Отношение к творчеству».

*Заключительная часть.* Рефлексия результатов тестирования.

### **Тема 3. Правила и способы... конфликта. Спорить без конфликтов.**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Тест оценки собственного поведения в конфликтной ситуации (М. Макеева). Беседа «Как спорить без конфликта». Самотест «Способность вести дискуссию».

*Заключительная часть.* Рефлексия результатов тестирования.

### **Тема 4. Ирония и саморазвитие. Пути саморазвития.**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Самотест «Умение смеяться над собой», самотест «Готовность к саморазвитию».

*Заключительная часть.* Рефлексия результатов тестирования.

### **Тема 5. Быть добрым. Разумно жить.**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Моделирование и решение ситуаций на эмпатию.

*Заключительная часть.* Рефлексия результатов обсуждения.

### **Тема 6. Глобальная сеть Интернет. Поиск информации в Интернете.**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Поисковые системы. Поисковые серверы: Яндекс (yandex.ru), Google (google.ru) и Rambler (rambler.ru). Алгоритм работы в Internet Explorer. Самостоятельная работа (работа в парах за компьютерами).

*Заключительная часть.* Рефлексия самостоятельной деятельности.

### **Тема 7. Создание слайдовой презентации.**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Алгоритм выполнения слайдовой презентации. Вставка картинки, видео. Выполнение гиперссылок. Практическая работа.

*Заключительная часть.* Оценка результатов практической работы.

## **Тема 8. «Добрые дела» (экология)**

*Вводная беседа.*

*Основная часть.* Презентация тем.

### ***Тема 8.1: Будущее начинается сегодня***

Экологические акции, мероприятия, имеющие социальную направленность.

### ***Тема 8.2. Юный корреспондент***

Подготовка фотографий, заметок соответствующей тематики в местных газетах «Черемховский рабочий», «Черемховские новости» или «То, что надо»;

- реклама акций на радиостанции «Радио надежд» города Черемхово;
- размещение информации на сайте МО «Город Черемхово», международной экологической организации «Байкальская экологическая волна»;

- создание телесюжетов для телевизионной станции «Террикон» города Черемхово;

- организация широкой агитационной работы экологического направления в Кировском микрорайоне (изготовление плакатов, листовок, визиток, приглашений);

### ***Тема 8.3. Юный натуралист***

Благоустройство города:

- высадка саженцев древесных пород во дворе школы (взаимодействие с «Зелёным хозяйством» города, отделом экологии МО «Город Черемхово»;

- озеленение пришкольной территории рассадой цветочных и декоративных культур

### ***Тема 8.4. Юный эколог***

- экологический субботник «Чистый берег» по очистке береговой линии реки Черемшанки в районе остановки Кирова (взаимодействие с ИП Григорян Э.Ф., организациями «Мартенсит», «Спорткомплекс», РРЗ и др.;

- ликвидация несанкционированных свалок в районе школы, автобусной остановки;

- организация экскурсии предшкольной группы на реку Черемшанку, являющейся ярким примером небрежного отношения взрослых к окружающей природе.

# МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

## СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

### Тема 1. Тренинг на командообразование.

**Цель:** Знакомство с группой, формирование атмосферы доверия.

**Оборудование:** листы цветной бумаги, трафареты, фломастеры, ножницы.

#### **Ход занятия:**

##### *I. Вступительное слово.*

Добрый день! Так было суждено, что мы встретились. И я (ф.и.о.) хотела бы, чтобы наша встреча не прошла даром. Нам с вами предстоит совместный путь. Хотелось, чтобы нас объединяло не только занятия, но и доверительные, дружеские отношения, чтобы вы в любой момент могли найти помощь с моей стороны и среди одноклассников.

##### *II. Основная часть.*

###### *1. Игра «Узелки»*

А для начала мы сыграем в игру «Узелки». Прошу вас всех выйти из-за парт и образовать круг. Теперь нужно взяться за руки, но не просто так, а крест-накрест. Нам необходимо «выпутаться», не размыкая рук.

*Для учителя.* Начало игры можно представить, как модель конфликтной ситуации. Вы стоите лицом к лицу со всеми и сцеплены руками в явно неудобном положении некомфортном и физически, и внутренне. Вы терпеливо стараетесь выбраться вместе с другими из этой запутанной ситуации, вам кто-то помог, кого-то «освободили» вы сами - у вас появляется опыт доброжелательной совместной, работы, наконец, симпатия друг к другу.

Помните, что каждый из вас в отдельности не распутается, необходимо найти ход и распутаться всем вместе.

Сыграйте в «узелки» на перемене - только преподаватель обязательно должен принять участие, - поссориться на занятии будет куда труднее.

Распутались? Кто первый предложил выход? Давайте поаплодируем!

###### *2. Упражнение «Снежный ком».* Перед упражнением учащимся предлагается сделать визитные карточки (раздаются бумага, ножницы, цветные карандаши, фломастеры, булавки). Визитные карточки позволяют облегчить процедуру знакомства.

Участники вырезают из листа бумаги определенную фигуру (круг, квадрат, осенний лист и др.) и крупными буквами пишут свои имена так, как они хотят, чтобы их называли в группе. Визитные карточки прикрепляются булавками к одежде и сохраняются на протяжении всех занятий.

Затем все садятся в круг (в том числе и ведущий). Ведущий называет свое имя, справа сидящий называет имя ведущего и свое имя, следующий произносит названные имена и свое имя и т. д. Каждому участнику нужно назвать все имена по порядку не ошибаясь, так, как их произносили участники.

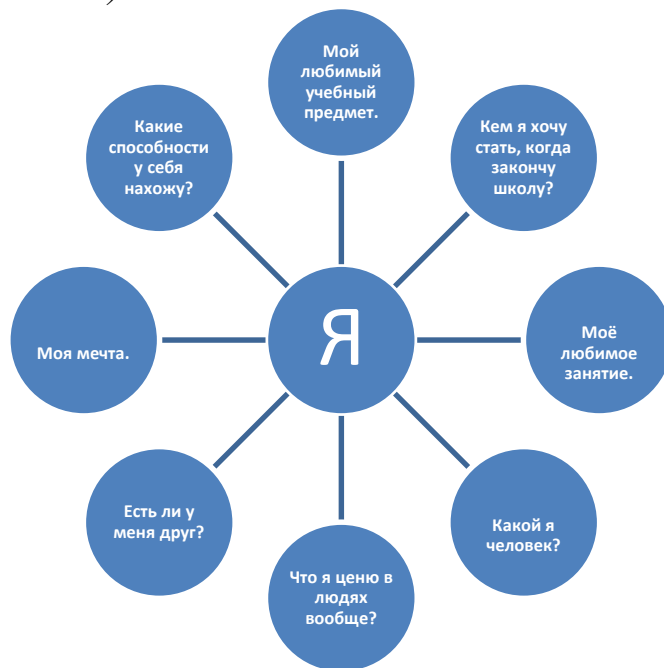
##### *III. Рефлексия. Заполнение анкеты.*

*Инструкция.* Вам предлагается анкета. Желательно заполнить её подробно и откровенно для того, чтобы нам лучше узнать друг друга.

*Ответить по кругу на вопросы.*

Какие способности у себя нахожу? Мой любимый учебный предмет. Кем я хочу стать, когда закончу школу? Моё любимое занятие. Какой я человек? Что я ценю в людях вообще? Есть ли у меня друг? Моя мечта.

Ученикам раздаются круги, разделенные на 8 секторов (*запись на доске либо на карточках схемы*).



#### *IV. Игра «Найди партнеров».*

Открываем наше занятие игрой «Найди партнеров». Участники стоят произвольно по разным сторонам свободного места в кабинете.

По сигналу участники с закрытыми глазами и вытянутыми вперед руками медленно сходятся в центре. Каждому участнику необходимо взять кого-то правой рукой, и кто-то должен взять его за левую руку. Необходимо предупредить, что за одну руку двое не держатся.

Затем ведущие распутывают участников и анализируют то, что получилось: получилась ли единая группа, либо несколько групп.

#### *V. Рефлексия по кругу «Два чувства».*

Участники по кругу говорят о своих чувствах: положительное и отрицательное. Преподаватель следит за тем, чтобы все участники выслушивали высказывания каждого. По окончании рефлексивного упражнения педагог подводит итог занятия.

#### *VI. Игра «Путаница»*

Выбирается 1-2 водящих. Остальные участники становятся в круг и берутся за руки. Водящие выходят из комнаты, участники в кругу стараются как можно лучше «запутаться в плотный «клубок». Затем приглашаются водящие, но они пока не распутывают.

#### *Работа с группой. Рефлексия.*

Ведущий. «Установите равновесие. Закройте глаза, вспомните, кто вас держит за правую руку, за левую. Попробуйте угадать, кто стоит перед вами,



сбоку, за вами? Какие чувства сейчас испытываете? Какие ощущения? Не напоминает ли данная ситуация какое-то событие из вашей жизни? Какое? А сейчас откроем глаза. Водящие распутывайте. Распутавшись, ребята остаются в кругу. Затем каждый участник рассказывает о своих чувствах, ощущениях за то время, когда стояли с закрытыми глазами. Начинает участник, стоящий справа и далее по кругу.

### *VII. Принятие правил.*

Для организации работы в группе необходимо принять правила, которые помогут быстрее преодолеть волнующие нас проблемы. Предлагаю разработать кодекс поведения. Если вы проголосуете за то или иное правило, то его нужно будет выполнять на протяжении всего курса обучения. Поэтому хорошо подумайте, прежде чем предлагать правило и голосовать за него. Например, «Называть друг друга по именам», «Уважаем друг друга, не обзываемся». Каждое правило обсуждается и выносится на голосование.

Желательно в дальнейшем кодекс поведения в группе как-то оформить.

### *VIII. Игра «Детектив».*

Группа разбивается на пары. В течении 10 сек. игроки в парах смотрят друг на друга, затем становятся спиной друг к другу. Задача - рассказать о внешнем облике друг друга, что запомнили. Самых внимательных игроков приветствуют аплодисментами.

### *IX. Игра «Групповое взаимодействие»*

Выбирается водящий, который выходит за дверь. Остальные участники задумывают какое-то действие (например, пройти по классу, дойти до окна, переставить цветок). Договариваются о том, что, если водящий идет правильно - все хлопают в ладоши, если идет в другую сторону - молчат.

Если водящий справляется с задачей, выбирается следующий.

### *X. Игра «Ручеек».*

Участники становятся парами друг за другом, берутся за руки. 1-2 водящих проходят под руками игроков, выбирая для себя пару. Выбрав кого-то, необходимо сказать: «Мне нравится в тебе...». Далее новая пара проходит до конца «ручейка» и становится позади всех. Выбранный игрок должен поблагодарить за выбор и информацию о себе. Педагог следит за выполнением правил игры.

### *XI. Заполнение анкеты «Познай самого себя»*

В заключение занятия проведем анкету «Познай самого себя» (если время занятия ограничено, то анкета дается для заполнения домой).

1. Кто я:
  - характер, темперамент;
  - что мне нравится в себе;
  - что мне в себе не нравится;
  - однажды мне было стыдно ... когда?
2. Чего я хочу:
  - от себя;

- от людей;
  - от родителей;
  - от школы;
  - от государства.
3. На что я способен:
- взять ответственность на себя;
  - совершить поступок;
  - пойти на подлость;
  - соврать, не моргнув глазом;
  - отстаивать честь;
  - бороться за справедливости;
  - постоять за честь класса;
  - помогать близким;
  - терпеть и прощать.

#### *VI. Упражнение в кругу «Интервью».*

У каждого члена группы по очереди все желающие берут интервью. Всего задается не более 5-7 вопросов. Вопросы:

- Любишь ли ты стихи?
- Твой любимый цвет?
- Твое любимое изречение?
- Любишь ли ты смотреть на снег?
- Если бы тебе предложили роль в фильме, кого бы ты захотел сыграть?
- Есть ли у тебя хобби?
- Любимое имя?
- Чего ты больше всего боишься?
- Что больше всего ценишь в людях? и т.д.

#### *VII. Итог занятия. Упражнение «Я желаю тебе...», «Я желаю группе».*

Педагог подводит итог занятия. Затем все участники по цепочке передают пожелания, начиная с фразы: «Я желаю группе...». Можно использовать карточку, на которой написаны неоконченные фразы. Эта карточка передается каждым участником по кругу после высказывания своих пожеланий

Закрывает круг преподаватель своими пожеланиями всей группе.

### **Тема 2. Развивающее общение. Самостоятельность и творчество.**

*Цель:* побудить механизмы самопознания личности подростков

#### **1. Вводная беседа. Что такое общение?**

Развивать в себе способность к общению, находить в себе способность размышлять - путь к приобретению важного профессионального качества - общительности. Само тест поможет каждому определить у него уровень этой способности. Условия: максимальная откровенность перед самим собой; точность и правильность выполнения задания, обработки результатов; готовность критически оценивать себя при анализе результатов.

### *Самотест «Общительность»*

*Инструкция:* Будьте внимательны! Возьмите лист бумаги, напишите дату самотестирования. Ваша задача - прочитать утверждение, написать его номер в листок и оценить, насколько это утверждение верно для вас. Если верно, то надо напротив его номера поставить знак «+». Если неверно, то напишите знак «—». А если вам трудно ответить, можете поставить знак вопроса. Но это допускается только в крайних случаях.

Прочитайте еще раз внимательно текст инструкции и начинайте!

*Задание:*

1. В свободное время я стараюсь быть среди людей.
2. Доверие к людям чаще приводит к неприятностям.
3. В жизни важнее самостоятельность или независимость, чем умение понимать других людей.
4. Я люблю шумные и веселые компании.
5. Я хорошо запоминаю имена и лица новых знакомых.
6. У меня часто возникает желание помочь другим.
7. Мне трудно вести себя с людьми естественно и непринужденно.
8. Я люблю что-то организовывать для других.
9. Меня раздражает откровенность и многословность некоторых знакомых.
10. Часто я могу понять настроения и желания незнакомых мне людей.
11. Я обычно трудно схожусь и знакожусь с новыми людьми.
12. Меня мало интересует личная жизнь моих знакомых.

Еще раз прочтите все утверждения и проверьте свои ответы. Желательно готовые ответы не исправлять. Первая реакция обычно очень точна.

*Обработка результатов.* Напротив каждого из 12 номеров поставьте после своего ответа значение «ключа» (правильный ответ для теста). Будьте внимательны: его надо написать в скобках. Значение «ключа» по каждому утверждению:

- 1.(+), 2.(—), 3.(—), 4.(+), 5.( + ), 6.( + ), 7.(—), 8.(+), 9.(—), 10.( + ), 11.(—), 12.(—).

Во время обработки старайтесь не исправлять свои ответы. Подсчитайте теперь количество совпадений, то есть варианты, когда ваш ответ совпадает со значением «ключа». Например, «+»(+) или «—»(—) и т. п. Если у вас в ответе знак вопроса, то совпадения нет. Если вы не все поняли, прочтите порядок обработки результатов еще раз.

Количество совпадений может изменяться от 0 до 12.

*Анализ результатов:*

Настройтесь быть самокритичным. Принимайте даже что-то неприятное для вас спокойно.

Результат *выше 9* баллов считается высоким и свидетельствует о достаточно выраженной у вас способности к общению. Вы умеете контактировать с людьми, понимать их. Если вы были точны в самооценке, то у вас развито чувство сопереживания с людьми. Вы скучаете в одиночестве, и вам лучше, уютнее в кругу друзей, знакомых и даже незнакомых людей. Вы готовы к сотрудничеству, заботливы, внимательны и даже в конфликте доброжелательны.

Сумма совпадений *меньше 5 баллов* не считается плохой. Просто вам интереснее и лучше быть одному или только с близкими людьми. В общении вы вежливы, корректны, но в меньшей, чем можно было бы, степени, естественны, свободны. Если есть желание, то вам следует подумать о развитии у себя способности и умения общаться.

При значениях меньше 9 баллов анализ можно провести, выписывая те утверждения, по которым у вас нет совпадения. Их содержание позволит составить план совершенствования своего умения общаться. В первую очередь надо обратить внимание на развитие способности сопереживать детям и подросткам, понимать их потребности, настроения. В общении важны также находчивость, доброжелательность, сердечность, грамотная речь; эмоциональная устойчивость; хорошая память на лица, имена; здоровое чувство юмора и т. д.

## **2. Самостоятельность и творчество**

Самостоятельность без творческой атмосферы, без стремления и умения творить похожа на ветвистое дерево без света и воды. Она «высыхает» там, где следят за одинаковостью в одежде, в словах, в причёске и даже в выражении лица. Как же поступать, чтобы наши дети стремились творить, искать новое, видели необычное в привычном. Любой ребенок, как известно в психологии, при рождении заряжен энергией творческого освоения действительности.

Сегодня мы определим вашу возможность создавать творческую атмосферу для тех, с кем вы работаете или учитесь. Условия работы с самотестом прежние: откровенность, точность, желание быть самокритичным.

### *Самотест «Отношение к творчеству»*

*Инструкция.* Возьмите чистый лист бумаги и ручку. Напишите число, месяц, год, возраст. Будьте внимательны! Прочитайте каждое утверждение. Напишите его номер и свой ответ. Если вы согласны с утверждением, то напишите знак «+». Если нет, то знак «—». Если вы затрудняетесь дать ответ, то можете написать знак вопроса «?». Последний ответ допускается в крайнем случае.

#### *Задание.*

1. Мне больше нравятся дети и подростки с интересными и необычными мыслями, чем знающие и умеющие.

2. Я не боюсь вслух перед другими сомневаться и размышлять.

3. Мне нравится, когда мои просьбы выполняются быстро и точно.

4. Меня раздражают споры и обсуждения, когда дело «стоит».

5. Я считаю, что дети и подростки часто без взрослых знают, что и как им делать.

6. В общении с людьми я обычно терпимо отношусь к «сумасшедшим» идеям и не отвергаю их сразу.

7. Я считаю, что поддержание дисциплины лучше воспитывает, чем споры и диспуты.

8. Я думаю, что рисунки на заборах и зданиях - это невоспитанность и хулиганство.

9. Когда я слышу предложения и советы других людей, то думаю о том, как лучше их применить и использовать.

10. Я могу посмеяться вместе с другими над собой.

11. Ошибаются обычно те, кто не слушает других, пренебрегает советами более опытных людей.

12. Когда я говорю другим, что делать, то стараюсь подробно объяснить им, как это делать.

*Обработка результатов.* Поставьте рядом с вашим ответом значение «ключа». В каждом номере утверждения свое значение «ключа». Будьте внимательны: значение «ключа» пишите в скобках.

Значение «ключа»: 1. (+), 2. (+), 3. (—), 4. (—), 5. (+), 6. (+), 7. (—), 8. (—), 9. (+), 10. (+), 11. (—), 12. (—).

Старайтесь не исправлять свои ответы во время обработки результатов. Теперь подсчитайте количество совпадений, когда ваш ответ и значение «ключа» одинаковы, схожи. Подсчитайте сумму совпадений. Ответ со знаком вопроса «?» считается, что совпадений нет.

*Анализ результатов.* Будьте самокритичны. Если у вас количество совпадений *3 балла и меньше*, то, скорее всего, вы стараетесь все сделать за других и стараетесь все контролировать. Вам трудно иногда услышать идею, которая резко отличается от вашей. Вам следует найти в себе возможность создавать для других людей творческую атмосферу. Вы можете ставить перед другими четкие цели и задачи, но лучше, если средства, приемы и методы они будут искать и находить самостоятельно. Выдумка и фантазия у детей и подростков дадут им для этого пищу и материал. Конечно, стоит им объяснить, какие бывают средства, если они в затруднении. Но лучше предложить на выбор несколько и вместе обсудить полезность каждого. Будьте терпимее к выдумкам и необычным идеям. Иногда они могут и пригодиться.

Тем, у кого в сумме получилось *9 баллов и больше*, хочется пожелать успехов. И посоветовать, что создание творческой атмосферы не должно превращаться (порой незаметно для вас) во вседозволенность в выборе средств и поведении. Творческий человек не должен забывать о других, об уважении к их достоинству, а иногда покою и переживаниям. Творчество, особенно в поведении, немислимо без этики и нравственности. Иначе творчество ради творчества будет соприкасаться с цинизмом, равнодушием, бездуховностью.

Если сумма баллов *от 4 до 8*, то внимательное знакомство с утверждениями, где нет совпадений, поможет найти пути самовоспитания и самосовершенствования.

*Задания для тренировки и развития.*

Применяя эти задания в общении с детьми и подростками, вы можете развивать у них способность и умение творить, а сами будете учиться создавать творческую атмосферу. Главное в этот момент настроить себя не на «указания», а на «разрешение». И больше чувства юмора. Обиды и тревоги разрушают творческую атмосферу.

Вы сами можете придумывать творческие задачи и попросите ребят об этом. У них их видимо-невидимо.

*Задание 1.* Представьте себе летящий шкаф. Лучше, если это будет стенка с хрусталем и дорогим фарфоровым сервизом. Представили себе? А теперь расскажите другим: как шкаф будет приземляться на оживленной городской улице? (Летать могут; троллейбус, класс с учителем...)

*Задание 2.* Подумайте вместе со школьниками: чем похожи... а) лиса и велосипед; б) воробей и телевизор; в) контрольная работа и каникулы?

*Задание 3.* Подумайте и расскажите, что будет, если... а) все люди перестанут смотреть на часы; б) весь год будет осень; в) директор и завуч школы забудут, что им надо делать?

Успехов вам! До следующей встречи!

### **Тема 3. Правила и способы... конфликта. Спорить без конфликтов.**

*Цель:* учить школьников взаимодействовать без конфликтов

*Вводная беседа.* Рассказывают, что однажды во время концерта один очень известный в мире рок-музыки певец, выйдя на сцену, швырнул в толпу небольшого питона. Хулиганство? Очередной «выверт» распоясавшейся «звезды»? Нет, объяснял позже певец, мне было необходимо расшевелить зал. Расшевелить, раскачать аудиторию - кто из артистов, чтецов, лекторов не сталкивался с этой нелегкой задачей? Как сломить невидимую, но такую ощутимую силу отстраненности между отдельным человеком и толпой? И еще шире: между человеком и окружающим его миром?

Стивен Ваймар, педагог, психолог, один из руководителей и организаторов движения «Работники просвещения за социальную ответственность», предлагает для начала сыграть в «узелки». В разгар конференции огромный стол президиума, поистине олицетворяющий незыблемость регламента, торжественно выносится в коридор. Серьезные, не знакомые друг с другом люди, застигнутые явно врасплох, нехотя встают в круг и по команде невозмутимого Стивена берутся крест-накрест за руки. Теперь необходимо «выпутаться», не размыкая рук. Пустяки какие-то, шутка... Но надо, однако, выполнять. Кто-то присел, кто-то закружился на месте, кто-то... И родилось чудо. Чудо единения. К моменту, когда все выпутались, неловкость и досада исчезли, хотелось со всеми познакомиться и перейти на «ты».

Тридцатилетний Стивен Ваймар из Филадельфии по специальности учитель математики. Несколько лет назад он предложил тамошнему отделению организации «Работники просвещения за социальную ответственность» разработанную им программу разрешения конфликтов. Сейчас ведет занятия с учителями средних школ, обучая своей методике.

—«Узелки», в которые мы сыграли, что это: шутка или психологический трюк?

—Я бы назвал это моделью конфликтной ситуации. Вы стоите лицом к яйцу со всеми, кто есть в комнате (в классе), и сцеплены руками в явно неудобном, некомфортном и физически, и внутренне положении. Вы терпеливо стараетесь выбраться вместе с другими из этой запутанной

ситуации, вам кто-то помог, кого-то «освободили» вы сами - у вас появляется опыт доброжелательной совместной работы, интерес, наконец, симпатия друг к другу. Сыграйте в «узелки» на перемене - только пусть учительница тоже примет участие, поссориться на уроке будет куда труднее.

—Видимо, вам доводилось не раз прибегать к этой игре...

—Я всегда предлагаю ее перед занятием. В свое время, проработав в школе два года, измученный бесконечными столкновениями с учениками, казавшимися неизбежными, я решил поговорить со своими коллегами. Честно скажу: те, кто давно работал в школе, не откликнулись. А молодых идея заинтересовала. Мы оставались после уроков, анализировали конфликтные ситуации, искали возможные продолжения, образно говоря, «махали кулаками после драки». Рождались идеи, возникали игры, тесты. Рассмотрим ситуацию: «Как ты мог сказать бабушке, что сделал уроки, а сам пойти в кино? - восклицает разгневанная мама, и закаленный ссорами ребенок, понимая, что вопрос чисто риторический, благоразумно молчит, опустив голову. Конечно, он мог бы начать объяснять, что полгода мечтал пригласить на этот фильм девочку, которая ему нравится, что именно сегодня ему удалось побороть застенчивость и выбрать удобный ей сеанс, а бабушка, как нарочно, волновалась, и надо было ее как-то успокоить... И конечно, он понимает, что подобный ответ мама примет как издевательство. Задавая вопросы, во время конфликта люди не стремятся узнать ту субъективную правду, которая у каждого своя и которая все-таки есть правда: каждый продолжает, придерживаться собственных идей, собственной стратегии, никто не собирается менять свое мнение, уступить.

Попробуйте минут на двадцать поставить себя на место того, с кем конфликтуете. Это трудно. Но посмотреть на конфликт глазами противника, понять его аргументы и эмоции - почти наверняка найти дорогу к примирению, к выходу из конфликта.

- Если я конфликтую с человеком, значит, он или его позиция мне неприятны, и я не хочу подстраиваться под него, идти на поводу.
- Никто и не заставляет вас становиться закадычными друзьями. Речь идет о возможности дальнейшего мирного сосуществования, о способе предотвращения войны. Скептицизм здесь напрасен. Достичь соглашения в любой, даже очень запутанной области - это ведь дело техники. Путь к миру похож на решение сложной математической задачи: за громоздкими формулами, зубодробительными уравнениями, утомительными, подчас мучительными действиями скрывается прекрасный гармоничный, а главное, очень нужный результат.

*Тест оценки собственного поведения в конфликтной ситуации (М. Макеева)*

Перед вами несколько колонок, каждая из них отражает свой стиль решения конфликтов. *Колонка А* соответствует «жесткому» типу решения конфликтов. Вы до последнего стоите на своем, защищая свою позицию, в которой, по вашему

мнению, нет и не может быть изъяснов и ошибок. Во что бы то ни стало вы стараетесь выиграть. Тип человека, который «всегда прав».

*Колонка В - «примиренческий» стиль.* Вы придерживаетесь мнения, что всегда можно договориться. Две головы лучше, чем одна. Во время спора вы пытаетесь предложить альтернативу, ищете решения, которые удовлетворили бы обе стороны.

*С - «компромиссный».* С самого начала вы согласны на компромисс.

*Д - «мягкий» стиль.* Своего противника вы уничтожаете добротой. С готовностью встаете на точку зрения противника, отказываясь от своей.

*Е - «уходящий».* Ваше кредо - «вовремя уйти». Вы стараетесь не обострять ситуацию, не доводить конфликт до открытого столкновения.

Многим из нас свойственны разные стили поведения в конфликтной ситуации. В конфликте с начальником мы, как правило, «уходим», решая домашнюю проблему, стоим на своем до конца... Любой из пяти типов проблем при определенных обстоятельствах, у каждого есть свои плюсы и минусы. «Жесткий» хорош, когда необходимо немедленное действие, когда вы уверены, что правы, а на доказательство правоты нет времени. «Примиренческий» поможет в решении, выгодном для обеих сторон, и сохранит нормальные отношения между спорящими. «Компромиссный» может выручить при столкновении двух равных сил, если разногласия невелики и, соглашаясь с мнением противника, вы не особенно проигрываете. После чтения каждого из пунктов решите, свойственно ли вам то или иное поведение, и проставьте соответственно баллы. Часто - три балла, от случая к случаю - два балла, редко - один балл.

Итак, как вы обычно ведете себя в конфликтной ситуации, во время ссоры?

1. Угрожаю или дерусь.
2. Стараюсь принять точку зрения противника, считаюсь с ней, как со своей.
3. Ищу компромиссы.
4. Допускаю, что не прав, даже если не могу поверить в это окончательно.
5. Избегаю противника.
6. Желая во что бы то ни стало добиться своих целей.
7. Пытаюсь выяснить, с чем я согласен, а с чем - категорически нет (это может сузить площадь конфликта).
8. Иду на компромисс (не путать с п. 3).
9. Сдаюсь.
10. Меняю тему.
11. Ною и канючу, пока не добьюсь своего.
12. Пытаюсь найти исток конфликта, понять, с чего все началось.
13. Немножко уступлю и подтолкну тем самым к уступкам другую сторону.
14. Предлагаю мир.
15. Пытаюсь обратить все в шутку.

Теперь внесите выставленные вами баллы в таблицу в соответствии с порядковым номером вопроса.



А	В	С	Д	Е
1 _____	2 _____	3 _____	4 _____	5 _____
6 _____	7 _____	8 _____	9 _____	10 _____
11 _____	12 _____	13 _____	14 _____	15 _____

В какой колонке сумма оказалась самой высокой? Это и есть Ваш стиль решения конфликтов.

### Как спорить без конфликта

*Беседа.* Всегда ли мы правильно можем дискутировать?

С помощью самотеста можно определить способность вести дискуссию. Полученные значения по этому тесту относительно «измеряют» это качество. Лучшим критерием и показателем является, конечно, эффективность ваших действий в живом споре, в значимых для ее участников дискуссиях. И особенно вместе с детьми и подростками. Если вы готовы в само тестировании быть откровенным перед самим собой, точно и правильно выполнять все правила теста и, наконец, самокритично разобраться в его результатах, то приступайте к работе.

*Самотест «Способность вести дискуссию»*

*Инструкция.* Возьмите чистый лист бумаги, ручку или карандаш. Напишите число, месяц, год и время начала работы. Ваша задача: прочитать утверждение, написать на листе бумаги его номер и дать ответ. Если прочитанное утверждение верно для вас, то вы пишете «+», если оно неверно - знак «—». При затруднении в ответе вы можете написать знак вопроса - «?». Последний вариант ответа допускается в крайних случаях. Прочитайте инструкцию еще раз и начинайте работу.

*Задание*

1. Я стараюсь спорить с людьми, которые понимают и слушают меня.
2. Дискуссии хороши в науке, спорить об известном - пустая трата времени.
3. Я стараюсь понять другого прежде, чем высказывать свое мнение.
4. В споре важнее владение собой, чем умение задавать вопросы.
5. Критика и замечания в мой адрес часто обижают меня.
6. Чтобы начинать спор, надо хорошо разобраться в существе вопроса.
7. Люблю спорить на любые темы.
8. Высказывая свое мнение, я стараюсь «увидеть» состояние и реакцию другого на мои слова.
9. Мне порой трудно удержать в памяти все, что говорит и утверждает мой собеседник.
10. Я предпочитаю задавать вопросы, чем отвечать на них.
11. Обидное лучше не высказывать, даже если это помогает убедить другого.
12. Если меня не понимают, я терпеливо другими словами говорю об этом.

*Обработка результатов.* Поставьте значение «ключа» напротив каждого из 12 утверждений после вашего ответа. Будьте внимательны: значение «ключа» следует писать в скобках. Итак «ключ»: 1. (—), 2. (—), 3. (+), 4. (+), 5. (—), 6. (+), 7. (—), 8. (+), 9. (—), 10. (+), 11. (+), 12. (+). Постарайтесь не исправлять свои

ответы во время обработки результатов. Найдите и подсчитайте количество совпадений, то есть когда ваш ответ и значение «ключа» схожи и совпадают. Например: «+» ( + ); «—» (—). Если ваш ответ «не знаю» - «?», то в этом случае считается, что совпадений нет. Количество совпадений может изменяться от 0 до 12 баллов.

*Анализ результатов.* Постарайтесь посмотреть на себя со стороны. Если у вас от 0 до 4 баллов, то следует понять, в чем вы испытываете трудности в споре. Или это ваша робость, некоторая боязнь публичного выступления или стремление отстоять позицию во что бы то ни стало. В любом случае вам необходимо подумать о том, как дискутировать и сохранять хорошие отношения с другими. Значения более 9 баллов позволяют надеяться на эффективное ведение дискуссии, с уважением достоинства и личности других.

Значения средние - от 5 до 8 баллов - говорят о еще не сформированном стиле ведения дискуссии. Анализ несовпадений позволит проанализировать эти особенности конкретно, то есть где и в чем у вас есть трудности.

Не следует считать ваши результаты окончательными. Поможет вам самонаблюдение во время различных дискуссий. Анализ «после» ваших «промахов» можно дополнить мнениями и наблюдениями других людей, которым вы доверяете. Если возможно, запишите спор, диалог на пленку. Это прекрасный материал для самосовершенствования.

Что же надо в себе развивать? Вопрос не простой, так как у каждого свои особенности. Но есть общие принципы ведения любых дискуссий, споров, обсуждений групповых дел. Особенно это важно для тех, кто спорит с детьми и подростками или организует их, учит спорить без конфликта.

В первую очередь следует понять, что споры среди детей и подростков имеют в своей основе разнонаправленную мотивацию, то есть каждый из спорящих делает это, достигая разные цели. И поиск истины в некоторых случаях у спорящих иногда уступает место желаниям утвердить себя, другого во что бы то ни стало, пообщаться, даже «побузить», высказать чувство обиды и др. (Опытный воспитатель знает, что вступая в спор со взрослыми, ребенок или подросток иногда даже не осознает свое желание проверить свои силы, пообщаться со взрослыми, вызвать его на откровенность, на уроке «потянуть время», выговориться и др.).

Мотивация спора не трудность для организации дискуссии, а основа в понимании целей и задач каждого спора. Если у взрослых даже научные споры граничат с желаниями его участников показать себя, утвердиться в данной аудитории, то детям и подросткам надо часто поспорить так, о чем угодно. Это и тренировка в общении, и «выяснение позиций», статуса в группе, и разрядка, и даже выяснение отношений. Важно научить участников такого разговора-спора делать это уважительно, корректно, не нарушая определенных правил.

А когда все-таки у класса, отряда, группы или коллектива детей и подростков возникает желание что-то решить, понять, разобраться в непонятном, в спорном, то здесь следует предложить традиционную схему любого обсуждения. Для лучшего усвоения и наглядности можно предложить в

шутливой форме несколько советов и «правил». Сами ребята их могут развивать, дополнить, выработать новые.

### Как спорить не ссорясь



1. Будь вежлив и предупредителен как дипломат в споре.
2. Говори понятно для всех. «Мудреные» слова не убеждают, а раздражают.



3. Умей выслушать другого. Может оказаться, что он выскажет твое мнение.
4. Не кипятись по пустякам, ты не чайник. Лучше найди лучшее решение.



5. Не перебивай говорящего. Это все равно что перейти на красный свет



улицу перед самым автобусом.

6. Умей спорить с мнением и предложением, а не с тем, кто его высказал.



7. Не кричи, когда споришь. Всегда найдется тот, у кого голос громче.

8. Если ты чего-то не понимаешь, то лучше спроси.

9. Не обзывай другого. Если даже хочешь это сделать, значит, ты не прав.

Успехов вам в овладении искусством спора!

До новой встречи!

#### **Тема 4. Ирония и саморазвитие. Пути саморазвития.**

*Цель:* учить школьников намечать пути саморазвития

*Вводная беседа.* Американский специалист по управлению и психолог Дейл Карнеги так формулирует одно из правил успешного общения с другими людьми: «Сначала поговорите о собственных ошибках, а затем критикуйте своего собеседника». В общении с другими мы часто заранее предполагаем, что они ошибаются значительно чаще чем мы. Эта психологическая установка мешает нам объективно относиться к своим оплошностям, неверным действиям, ошибкам в поведении и общении. Как же избавиться от нее?

В первую очередь развивать ироничное отношение к себе, к своим достижениям и неудачам, ко всему, что начинается с восприятия своего «я». Чувством юмора по-настоящему обладает тот человек, который может и умеет смеяться над собой, наедине и среди других людей. Существует достаточно доказательств, что смех над своими неудачами и недостатками очищает нас от стресса, снимает напряжение, лечит болезненное самолюбие, а главное - помогает каждому видеть себя со стороны, более объективно и реально.

С помощью самотеста можно узнать больше о возможностях быть ироничными над собой. При этом самотест - только «прикидка». Знания об этом качестве вы получите, наблюдая и зная реакцию и мнение других людей.

*Самотест «Умение смеяться над собой»*

*Инструкция.* Возьмите лист бумаги, ручку или карандаш. Напишите число, месяц, год и время начала работы. Ваша задача написать номер утверждения, внимательно прочитать его и ответить, верно оно для вас (на листке вы пишете знак «+») или неверно (знак«—»). Если вы не можете сделать выбор, напишите знак вопроса - «?». Последний ответ допускается в крайних случаях. Прочитайте инструкцию еще раз и выполняйте задание теста.

*Задание.*

1. Я боюсь выглядеть смешным и беспомощным.
2. Когда кто-то улыбается между собой, то я думаю, что это обо мне.
3. Я могу посмеяться с другими над собой.
4. Когда мне тяжело, я стремлюсь быть в веселой компании.
5. Человек, который часто шутит, особенно над собой, не может быть серьезным человеком.
6. Мне хотелось бы иметь дружеский шарж на себя.
7. Меня очень обижают знакомые, которые смеются над моими неудачами.
8. Быть смешным - значит, глупо выглядеть.
9. Я хотел (а) бы дружить с человеком, который не обижается на шутки и розыгрыши.
10. В компании я обычно стараюсь рассказать «смешное» из своей жизни.
11. Мне трудно смеяться, когда у меня неприятности.
12. Мне нравятся люди оптимистичные и не унывающие в любой ситуации.

*Обработка результатов.* Напротив каждого из 12 утверждений напишите (лучше в скобках) значение «ключа». Итак, «ключ» теста: 1. (—), 2. (—). 3. (+), 4. (+), 5. (—), 6. (+), 7. (—), 8. (—), 9. (+). 10. (+), 11. (—), 12. (+). Не исправляйте свои ответы во время обработки результатов, даже если очень хочется. Найдите и подсчитайте количество совпадений, то есть когда ваш ответ совпал со значением «ключа». Например: «+» (+); «—» (—). Если вы ответили знаком вопроса («?»), то совпадения нет. Всего совпадений может быть максимально - 12 баллов.

*Анализ результатов.* Если у вас количество баллов равно: *от 9 до 12*, то у вас есть надежное средство защиты от обид и возможного стресса. Но в любом случае старайтесь, чтобы ироничность и стремление посмеяться над собой не стало только интересным занятием и развлечением для вас и для ваших знакомых.

Средние значения - *от 5 до 8* баллов - позволяют через анализ «несовпадений» (выпишите их) улучшить свою способность снимать напряжение,

нейтрализовать обиду и легче смотреть на свои оплошности. Важно не бояться выглядеть смешным. Лучше все-таки быть веселым, чем обидчивым и беспричинно дуться.

Значения до 5 баллов «говорят» о сложных взаимоотношениях с вашим «я», когда желание понять и узнать себя по-настоящему наталкивается на серьезное сопротивление вашего самолюбия. В этом случае смеяться над собой означает для вас потерю авторитета, статуса, уверенности в себе. Поверьте, это не так. Вы обязательно станете больше уважать себя, если перестанете бояться иронизировать над собой. Вы сразу лишаете ваших потенциальных насмешников «обильной пищи»: смеяться над вашими неприятностями. Увидев, что в этом вас им превзойти трудно, они потеряют интерес. Попробуйте рассказать смешно и в красках о том, что в вашей жизни вызвало досаду и огорчение. Вам определенно станет легче сохранять авторитет и хорошее настроение. Да и знакомые оценят высоко такое чувство юмора и будут рады общению с вами.

#### *Беседа. Пути саморазвития*

Хотите разобраться в том, что мешает вам в этой сложной работе над собой? Условия самотестирования: откровенность, точность и правильность выполнения задания и обработки результатов, критичность при оценивании себя по результатам теста.

#### *Самотест «Готовность к саморазвитию»*

*Инструкция:* Внимание! Возьмите лист бумаги, напишите дату самотестирования. Прочитайте каждое утверждение в задании, напишите только его номер в листок и оцените, насколько это утверждение верно для вас. Если верно, то напротив номера поставьте знак «+»; если неверно, то напишите знак «—». Если не знаете, как ответить, поставьте знак вопроса «?». Последний ответ допускайте только в крайних случаях.

Прочитайте еще раз инструкцию и начинайте работу.

#### *Задание*

1. У меня часто появляется желание больше узнать о себе.
2. Я считаю, что мне нет необходимости в чем-то меняться.
3. Я уверен (а) в своих силах.
4. Я верю, что все задуманное мною осуществится.
5. У меня нет желания знать свои плюсы и минусы.
6. В моих планах я чаще надеюсь на удачу, чем на себя.
7. Я хочу лучше и эффективнее работать.
8. Я умею заставить и изменить себя, когда надо.
9. Мои неудачи во многом связаны с неумением это делать.
10. Я интересуюсь мнением других о моих качествах и возможностях.
11. Мне трудно самостоятельно добиться задуманного и воспитать себя.
12. В любом деле я не боюсь неудач и ошибок.
13. Мои качества и умения соответствуют требованиям моей профессии.
14. Обстоятельства сильнее меня, даже если я очень хочу что-то сделать.

### Обработка результатов

Желательно готовые ответы во время обработки не исправлять. Напротив каждого из 14 номеров задания поставьте значение «ключа». Будьте внимательны: его надо писать в скобках. Значение «ключа» по каждому утверждению:

1. (+), 2. (—), 3. (+), 4. (+), 5. (—), 6. (—), 7. (+), 8. (+), 9. (+), 10. (+), 11. (—), 12. (+), 13. (—), 14. (—).

Посчитайте теперь количество совпадений, то есть варианты, когда ваш ответ совпадает со значением «ключа». Например, «+» (+), «—» (—).

Если у вас в ответе знак вопроса, то совпадений нет. Проверьте все ваши действия, чтобы не было ошибок. Количество совпадений может изменяться от 0 до 14.

Чтобы определить величину вашей готовности «хочу знать себя», следует подсчитать количество совпадений только по утверждениям с номерами: 1, 2, 5, 7, 10, 13. Максимальное значение готовности знать себя (сокращенно ГЗС) может быть равно 7 баллам.

Таким же образом вы определяете значение готовности «могу самосовершенствоваться» (ГМС), подсчитывая количество совпадений по утверждениям: 3, 4, 6, 8, 11, 12, 14. Максимум 7 баллов.

Для сравнений ваших результатов через месяц и более запишите в свою записную книжку результаты по ГЗС и ГМС.

### Анализ результатов

Полученные значения переносятся на график: по горизонтали откладывается величина ГЗС («хочу знать себя»), а по вертикали значение ГМС («могу совершенствоваться»). По двум координатам вы отмечаете на графике точку, которая «попадает» в один из квадратов: А, Б, В, Г. «Попадание» в квадрат на графике - это одно из ваших состояний в настоящее время:

А - «могу самосовершенствоваться», но «не хочу знать себя». Б - «хочу знать себя» и «могу измениться». В - «не хочу знать себя» и «не хочу изменяться». Г - «хочу знать себя», но «не могу себя изменить» (см. рисунок).



Рассмотрим возможные сочетания.

Первый случай (квадрат Г).

Такое сочетание означает, что вы, желая знать больше о себе, но еще не владеете хорошо навыками самосовершенствования. Это похоже на басню про лисицу и виноград, когда его гроздь висела для лисицы слишком высоко. В этой басне Эзопа лиса, видя невозможность его достать, решила, что виноград еще зелен, и ушла... Я думаю, что трудности в самовоспитании не должны вызывать у вас такую реакцию: «не получается, значит, не буду делать. Посмотрите внимательно на утверждение по ГКС, которые не совпали в ответах с «ключом». Анализ покажет вам, где и над чем вам предстоит поработать. В самосовершенствовании, если вы решились на это, следует помнить слова Сенеки младшего: *«Свои способности человек может узнать, только попытавшись приложить их»*.

Чтобы научиться плавать, надо по-настоящему плавать или все время пытаться это сделать. И успех будет за вами.

Второй случай (квадрат А). Ваша величина ГЗС меньше, чем ГМС, то есть вы имеете больше возможности к саморазвитию, чем желания познать себя. В этом случае следует поразмышлять о необходимости начинать в освоении профессии с себя. Профессионализм в любой сфере достигается прежде всего через нахождение своего индивидуального стиля деятельности. А это, как вы понимаете, без самопознания просто невозможно.

Оба приведенных случая соотношения «готовности знать себя» и «готовности к саморазвитию» можно рассматривать и в тех ситуациях, когда величины ГЗС и ГКС меньше 4 баллов (квадрат В). При этом ваш анализ должен быть направлен на те утверждения, которые не дали в ответах совпадений с «ключом». Внимательно понаблюдайте за собой, попросите об этом ваших товарищей и друзей. Постарайтесь понять, в чем больше трудностей, где большая преграда на пути к саморазвитию. Через некоторое время, когда вы уже приложили к этому какие-то усилия, сделайте предлагаемый само тест еще раз. Сравните результаты. Несомненно, при желании вы сможете изменить положение к лучшему.

Успехов вам! До следующей встречи!

### **Тема 5. Быть добрым. Разумно жить.**

Больше всего ценят дети у взрослых мудрость и доброту. А доброта основана на умении сопереживать, понимать точку зрения другого.

С помощью само теста можно определить ваши возможности быть по-настоящему добрым.

*Инструкция.* Возьмите лист бумаги, ручку или карандаш. Напишите число, месяц, год и время начала работы. Ваша задача: написать номер утверждения, внимательно прочитать его и ответить, верно ли оно для вас (в листок вы пишете знак «+») или неверно (знак «—»). Если не можете сделать выбор, напишите знак вопроса — «?». Последний ответ допускается в крайних случаях. Старайтесь на все вопросы отвечать откровенно, это позволит вам получить более точный результат. Прочитайте инструкцию еще раз и выполняйте задание теста.



### *Задание.*

1. Чтобы выручить кого-то, одного желания недостаточно.
2. Я не понимаю того, кто может отдать последнее, когда его просят об этом.
3. Я обычно знаю, как помочь другому человеку.
4. Меня раздражают просьбы незнакомых мне людей.
5. Я предпочитаю никому не давать деньги в долг.
6. Чтобы быть полезным другим людям, надо много знать и уметь.
7. Я обычно теряюсь и не знаю, что делать, когда вижу беспомощного человека.
8. Если человек не говорит сам, то мне трудно понять его проблемы.
9. Тот, кто оказался в трудном положении, обычно сам виноват в этом.
10. Мне всегда хотелось ухаживать за детьми, слабыми и больными людьми.
11. Я не верю в бескорыстную помощь.
12. Обычно на улице просят люди нечестные, злоупотребляющие на жалости людей.
13. По-настоящему сделать что-то полезное нуждающимся в этом может далеко не каждый.
14. У меня в жизни были случаи, когда я не мог (не могла) помочь другому человеку.
15. Мне трудно быть всегда и со всеми добрым (доброй).

*Обработка результатов.* Напротив каждого из 15 утверждений напишите значение «ключа». Значение лучше написать в скобках. Итак, «ключ» теста: 1. ( + ), 2. (—), 3. ( + ), 4. (—), 5. (—), 6. ( + ), 7.( —), 8.( —), 9.(—), 10.( + ), 11.( —), 12.( —), 13.( —), 14.( + ) 15.( + ).

Не исправляйте, пожалуйста, свои ответы во время обработки результатов, даже если очень хочется. Найдите и подсчитайте количество совпадений, то есть когда ваш ответ совпал со значением «ключа». Например: « + » ( + ); «—» (—). Если вы ответили знаком вопроса («?»), то совпадений нет. Всего совпадений может быть максимально - 15 баллов.

### *Анализ результатов*

В Толковом словаре В. Даля о добром человеке написано: «дельный, сведущий, умеющий, усердный, исправный...». Быть добрым непросто. Желая помочь другому, необходимо уметь это делать. Не зря говорят, что доброта без разума пуста. Любая взрослая помощь может принести пользу детям и подросткам, если она будет оказана вовремя, желаемая, по-взрослому мудра и умела. Иначе это может стать «медвежьей услугой».

Если у вас количество баллов равно: *от 12 до 15*, то у вас достаточно выражена способность сделать доброе и полезное другим. Важно в любом своем действии и активности не навязывать помощь, даже если вы уверены в ее необходимости. Понять, спросить, предложить - это самые верные средства не навредить, усердствуя в помощи.

При количестве совпадений *от 5 до 11 баллов* вы можете через анализ «несовпадений» ответов и «ключа» (выпишите их) что-то исправить, улучшить в своих действиях, в этом деликатном и непростом деле.

По-видимому, вам следует пересмотреть свое отношение к доброму поступку и необходимости помогать другим, если вы «набрали» *менее 5 баллов*. Возможно, что вам мешает желание не забывать о своих трудностях и проблемах. Мы советуем решить несколько ситуаций, в которых можно проанализировать свои действия, мотивы и особенности своего отношения к проблемам других.

*Тест-тренировка.* Мы предлагаем рассмотреть несколько ситуаций. Посмотрите внимательно на каждую картинку, прочитайте пояснения к ней и дайте свой ответ. Запишите свои ответы и проанализируйте сами или с помощью своих друзей ваши действия.

*Ситуация 1.* Вы идете по лесу. И вдруг на тропинке вы видите маленького промокшего после дождя зайчонка. Что вы будете делать?

*Ситуация 2.* Мальчик из 5-го класса на сборе ведущий. Репетиция за две недели удалась, он делает это лучше всех. Но за полчаса до сбора он просит отпустить его домой: приехал папа всего на один вечер. Как поступить, если замены ему практически нет?

*Ситуация 3.* Вы спешите в театр, этого спектакля вы ждали очень долго. В дверях школы трое растерянных пятиклассников - вместе с учителем они собирались к уже долго болеющему однокласснику. Но учитель заболел сам. Что вы сделаете?

Такого рода ситуации вы можете для себя и других взять из реальной жизни. Вспомните те случаи, когда вам приходилось делать выбор между своими интересами и заботами, и просьбами других людей.

Успехов вам! До следующей встречи!

*Беседа. Разумно жить*

*Для учителя.* Контактируя с детьми и подростками, мы часто забываем о том, что каждый мальчик и девочка сознательно или невольно присматриваются к нам: как мы живем в мире взрослых, что и зачем делаем, как решаем трудные и повседневные проблемы. Часто это наблюдение расставляет нас в восприятии детей и подростков по шкале значимости. Самым авторитетным при этом может стать тот взрослый, который знает лучше жизнь и, главное, умеет, с точки зрения подростка, хорошо это делать. К сожалению, бывает и так, когда авторитетный взрослый живет не по совести, а иногда и нарушая закон. Очень важно, чтобы рядом с молодым человеком был тот, кто, согласуя свои действия с подлинными нравственными и человеческими принципами, стремился жить разумно и умело.

*Самотест о вашей склонности разумно жить.*

*Инструкция.* Возьмите лист бумаги, ручку или карандаш. Напишите число, месяц, год и время начала работы. Ваша задача: написать номер утверждения, внимательно прочитать его и ответить: верно оно для вас (в листок вы пишете знак «+») или неверно (знак «-»). Если вы не можете сделать выбор, напишите знак вопроса - «?». Последний ответ допускается в крайних случаях. Прочитайте инструкцию еще раз и выполняйте задание теста.

### *Задание.*

1. Я не хочу быть в жизни беспомощным и зависимым от других.
2. Когда мне трудно, то я анализирую, прежде всего, свои ошибки.
3. Я не могу долго жить один (одна).
4. Когда у меня мало денег на покупки, я ищу возможность взять в долг.
5. Чаще всего я стремлюсь быть здоровым и физически выносливым.
6. Человек, который часто ссорится с другими, не умеет сдерживать себя.
7. Я не хочу нести ответственность за других.
8. Я стремлюсь иметь книги, где много полезных советов и рекомендаций опытных людей.
9. Я хотел(а) бы дружить с человеком, который умеет быть полезным другим.
10. Меня раздражает беспомощность и глупость других.
11. Мне трудно смеяться, когда у меня что-то не получается.
12. С неприятными людьми не обязательно вести себя вежливо.
13. Человек, знающий, что делать, в любой ситуации, скучен и не интересен.
14. Я люблю читать о жизни других людей.
15. Мне нравятся уверенные в себе люди.

### *Обработка результатов.*

Напротив каждого из утверждений напишите значение «ключа». Значение лучше написать в скобках.

Итак «ключ» теста: 1. ( + ), 2( + ), 3.(—), 4.(—), 5 ( + ), 6 ( + ), 7(—), 8 ( + ), 9 ( + ), 10 (—), 11.( —), 12.( —), 13.( —), 14.( + ), 15. ( + ).

Не исправляйте свои ответы во время обработки результатов. Найдите и подсчитайте количество совпадений, то есть когда ваш ответ совпал со значением «ключа». Например: «+» ( + ); « — »( — ). Если вы ответили знаком «?», то совпадений нет. Всего совпадений может быть максимально 15 баллов.

### *Анализ результатов.*

Если количество баллов равно *от 11 до 15 баллов*, то у вас достаточно развито понимание постоянного совершенствования себя в жизни и для жизни. Вы стремитесь добиться успеха, прежде всего за счет своих способностей и умений. Вы не избегаете помощи со стороны других, но понимаете, что в первую очередь следует надеяться на свои силы. А для этого лучше всего менять себя, чем других людей. Вы уже поняли: надеяться на то, что действительность изменится для вас к лучшему, чаще приводит к неудаче. Источником в жизни, наверное, больше является ваша самостоятельность и независимость, чем безмерное ожидание «доброты дяди» или благоприятного решения. Чтобы быть по-настоящему самостоятельным; необходимо быть выносливым, достаточно здоровым, много знать о действительности и уметь быть полезным другим. Вы понимаете, что опыт и жизнь других всегда полезны для вас, ибо учиться только на своих ошибках часто неразумно. Именно поэтому вы понимаете других людей, их переживания, заботы и трудности, так как все это похоже и на вашу жизнь.

Значения *от 6 до 10 баллов* являются показателем средней склонности быть разумным в жизни. Анализ «несовпадений», когда значение «ключа» не совпало с вашим ответом (выпишите их), позволит «разобраться» в некоторых причинах такого результата. Если вы больше будете уделять внимание совершенствованию

своих способностей и умений, то это поможет вам лучше адаптироваться ко многим сложностям и изменениям окружающей вас жизни. Вы недостаточно уверены в том, что независимость и опора на свои силы принесет успех. Понаблюдайте за другими людьми, сравните себя с ними. Может быть, пример и неудачи других помогут вам многое понять. Не отмахивайтесь от совета и рассуждения других, многое вы не примете, но в этих советах всегда есть полезное для вашей ситуации и ваших обстоятельств.

Значение *6 баллов и меньше* «говорят» о вашей чрезмерной зависимости от помощи других. Это, конечно, здорово, когда есть, кому помочь и сделать то, что затруднительно для вас. Но подумайте: всегда ли так будет?

Может быть, ваши обиды или стрессы больше связаны с отсутствием своевременной помощи. Промыслите различные варианты сложившейся ситуации, подумайте, действительно ли стоило расстраиваться? Может быть ваш обидчик не мог поступить иначе? Учитесь не обижаться – это и будет ваша помощь самому себе. Успехов вам! Всего доброго!

## **Тема 6. Глобальная сеть Интернет.** **Поиск информации в Интернете**

### **Цель:**

**Образовательная:** познакомиться с понятием «Интернет», изучить поисковые системы и освоить технологии поиска информации в глобальной сети;

**Развивающая:** формирование приёмов логического мышления, развитие интереса к предмету, информационной культуры, развивать способность анализировать и обобщать, делать выводы, расширение кругозора;

**Воспитательная:** воспитание аккуратности, точности, самостоятельности, привитие навыки групповой работы, сотрудничества;

**Здоровьесберегающая:** соблюдение санитарных норм при работе с компьютером, соблюдение правил техники безопасности, оптимальное сочетание форм и методов, применяемых на уроке.

### **Дидактические основы урока:**

**Методы обучения:** объяснительно-иллюстративный, частично-поисковый.

**Тип урока:** объяснение нового материала;

**Формы учебной работы учащихся:** групповая, индивидуальная работа.

### **Ход урока:**

#### ***I. Организационный момент***

- сообщение темы урока, его целей и задач;
- краткий план деятельности.

Здравствуйте, ребята! Итак, тема сегодняшнего нашего урока: «Глобальная сеть Интернет. Поиск информации». На уроке мы познакомимся с Интернетом, взглянем на глобальную компьютерную сеть Internet с различных сторон, познакомимся с поисковыми системами и научимся искать нужную для нас информацию.

#### ***II. Введение в тему***

- подготовить детей к восприятию темы;
- нацелить на продуктивную работу.

Мир действительно изменился с приходом глобальной компьютерной сети Internet. Сегодня не выходя из дома можно познакомиться и пообщаться с людьми, находящимися далеко за пределами Вашей страны, приобрести различные товары и услуги и многое-многое другое.

Обратите внимания на следующую статистику. Здесь мы можем увидеть, какое количество человек пользуется на сегодняшний момент глобальной сетью Интернет. И вы, наверняка, согласитесь со мной, что Интернет стал неотъемлемой частью нашей жизни.

А давайте попробуем выяснить, что же такое Интернет? Вам дано определение, но в нем пропущены некоторые слова. Попробуйте самостоятельно восстановить эти слова, а потом правильное определение мы запишем в тетрадь (2 минуты) *(раздаются карточки)*

Интернет – это ... сеть, которая включает в себя ..., ... и ... сети и объединяет миллионы ... по всему миру.

*(восстанавливают определение, записывают в тетрадь вместе с учителем.)*

А теперь давайте попробуем выделить сильные и слабые стороны Интернета.

Сейчас вы разделитесь на 2 команды. Первая – сторонники интернета, а вторая группа – противники.

В течение трех минут вам необходимо выделить основные достоинства (для 1 группы) и недостатки (для 2 группы) Интернета.

Капитаны команд готовят небольшую (2 минуты) речь, в которой обосновывают тезисы своей позиции.

Выступление капитана команды сторонников.

Выступление капитана команды противников. В выступления капитанов команд показывается значимость Интернета в наши дни и делается установка на его рациональное использование во избежание негативных последствий.

*Вывод: Нам удалось взглянуть на глобальную компьютерную сеть Internet с различных сторон. Выявлены как положительные, так и отрицательные её качества. Обобщая всё вышесказанное можно сделать вывод, что Internet представляет собой очень важный источник информации, пользоваться которым несомненно надо, однако при этом не следует забывать о тех проблемах, которые несёт в себе компьютерная сеть.*

### **III. Объяснение нового материала**

- изучить способы поиска информации в сети Интернет;
- рассмотреть поисковые системы Интернета

А теперь переходим к изучению темы. По ходу моего рассказа вы самостоятельно записываете нужную для вас информацию.

Работая в сети, необходимо быстро ориентироваться в имеющемся объеме информации.

Для поиска информации используются в основном три основных типа:

1. Указание адреса страницы;

Это самый быстрый способ поиска, но его можно использовать только в том случае, если точно известен адрес документа или сайта, где расположен документ.

2. Перемещение по гипертекстовым ссылкам;

Это наименее удобный способ, так как с его помощью можно искать документы, только близкие по смыслу текущему документу.

### 3. Обращение к поисковой системе

Адреса поисковых серверов хорошо известны всем, кто работает в Интернете. В настоящее время в русскоязычной части Интернет популярны следующие поисковые серверы: **Яндекс** (yandex.ru), **Google** (google.ru) и **Rambler** (rambler.ru).

Поисковая система предоставляет возможность поиска информации в Интернете.

Большинство поисковых систем ищут информацию на сайтах Всемирной паутины.

Ребята, а какие поисковые системы вы знаете? (yandex. ru, Rambler. ru, Google. ru и много других)

**Yandex.ru** — российская система поиска в Сети. Сайт компании, Yandex.ru, был открыт 23 сентября 1997 года.

Отличительная особенность Яндекса — возможность точной настройки поискового запроса. Это реализовано за счёт гибкого языка запросов.

**Google.ru** - Лидер поисковых систем в Интернете. По одной из версий, Google — искажённое написание английского слова googol. "Googol (гугл)" – это математический термин, обозначающий единицу со 100 нулями

**Rambler.ru** - создан в 1996 году.

Поисковая система Рамблер понимает и различает слова русского, английского и украинского языков. По умолчанию поиск ведётся по всем формам слова. (*основное записывают в тетрадь самостоятельно*)

### **IV. Самостоятельная работа** (работа в парах за компьютерами)

Упражнение 1. Освоение элементарных приемов поиска информации в сети Интернет.

Цель упражнения: Изучение интерфейса, назначения и особенностей поисковых WWW-серверов. Разъяснение понятия «запрос», отличие запроса от вопроса.

Задание: Найти, как называется самое большое пресноводное озеро в мире.

- Запустите Internet Explorer.
- Зайдите на сайт [www.yandex.ru](http://www.yandex.ru)
- В поле ввода запроса введите **интересующий вас вопрос** и нажмите Enter.
- Подождите, пока загрузятся результаты поиска.
- Обратите внимание на то, сколько было найдено страниц, соответствующих запросу.
- Прочитайте названия ссылок и краткие выдержки из текста.
- Щелкните по одной из ссылок – соответствующая страница откроется в новом окне.
- Оцените, насколько загруженная страница соответствует нашей цели.
- Загрузите другие ссылки.

Упражнение 3. Освоение приемов поиска в различных поисковых системах.

Цель упражнения: Освоение приёмов поиска информации с помощью поисковой машины, формирование группы слов для организации простого поиска.

Задание: Найти биографию министра образования Российской Федерации Филиппова В.М. с помощью поисковой системы Google.Ru.

Порядок выполнения.

- Запустить Internet Explorer.
- В адресной строке набрать адрес поисковой системы <http://www.google.ru>.
- Далее действуем как в упражнении №1
- Зайдите на сайт <http://www.yandex.ru>
- В поле ввода запроса введите **интересующий вас вопрос** и нажмите Enter.
- Подождите, пока загрузятся результаты поиска.
- Обратите внимание на то, сколько было найдено страниц, соответствующих запросу. Сравните с первым поиском.

Упражнение 5. Поиск графической информации.

Цель упражнения: Освоение приёмов поиска графической информации с помощью поисковой машины, формирование группы ключевых слов и интерфейса поисковой системы для поиска изображений.

Задание: Подготовить иллюстрации к докладу о устройствах ввода и вывода информации.

Порядок выполнения.

- Запустить Internet Explorer.
- В адресной строке набрать адрес поисковой системы <http://www.yandex.ru>
- В интерфейсе начальной страницы поисковой системы Yandex.ru найти форму для поиска и строку ввода запроса. Щелчком левой клавишей мыши по строке установить в ней курсор и напечатать: устройства ввода и вывода. Щелчком левой клавиши мыши в соответствующем окошке поставить флажок Картинки.
- Инициализировать процесс поиска в поисковой системе, нажав на кнопку Найти.
- Просмотреть результаты поиска и найти среди них наиболее подходящие вашему запросу.
- Для просмотра увеличенного изображения необходимо щелкнуть левой кнопкой мыши по картинке. Для запуска интернет-ресурса, на котором располагается данное изображение, щёлкнуть левой кнопкой мыши по ссылке с его адресом под картинкой. Точно так же можно загрузить другие картинки с сервера.

## ***V. Практическая работа***

Цель: подобрать информацию по теме своего проекта, закрепить знания и умения по поиску текстовых файлов и картинок в сети Интернет.

Учащимся предлагается самостоятельно выбрать тему будущего проекта и осуществить поиск информации, необходимой для его создания. Сохранить информацию на внешний носитель.

## ***VI Итоги занятия***

## Тема 7. Создание слайдовой презентации. (2 ч)

### Цель:

- повторить с учащимися знания о мультимедиа, научить создавать различные эффекты презентации и гиперссылки.
- воспитание информационной культуры учащихся, внимательности, аккуратности, дисциплинированности, усидчивости.
- развитие мышления, познавательных интересов, навыков работы на компьютере, работы с мультимедийными программными средствами.

### Ход урока:

#### ***I Организационный момент***

Вы не раз слышали слово «мультимедиа». Вспомните, что оно означает?

*Обсуждение ответов учеников.*

На этом уроке мы повторим, что такое мультимедиа, мультимедийные программные средства, мультимедийные презентации, программы для создания презентаций. А также создадим свой проект с использованием различных эффектов и гиперссылок.

#### ***II Актуализация опорных знаний***

Ответьте на вопросы:

- В какой программе можно создавать мультимедийные презентации?
- Из чего состоит презентация?
- Как добавить новый слайд к презентации?

#### ***III Объяснение нового материала***

##### 1. Вставка картинки

- 1) Сделайте двойной щелчок мышью в поле для вставки картинки.
- 2) Выберите рисунок двойным щелчком мыши. Рисунок появится в отведенном поле.
- 3) Если Вы хотите вставить свой рисунок или фотографию, щелкните в поле *Вставка картинки* один раз, при этом поле выделится. Выберите в меню *Вставка* команду *Рисунок из файла*. Откроется окно *Добавление рисунка*. Выберите в нем нужный рисунок и нажмите кнопку *вставить*.
- 4) Запустите просмотр слайда
- 5) Вернитесь в обычный режим, нажав клавишу Esc.

##### 2. Создание гиперссылки

- В обычном режиме просмотра выделите текст или объект, который нужно использовать как гиперссылку.
- На вкладке **Вставка** в группе **Связи** нажмите кнопку **Гиперссылка**.
- В поле **Связать с** выберите пункт **местом в документе**.
- Выполните одно из указанных ниже действий.
- Ссылка на произвольный показ слайдов в текущей презентации.
- В поле **Выберите место в документе** щелкните произвольный показ, который нужно использовать как цель гиперссылки.
- Установите флажок **Показать и вернуться**.
- Ссылка на слайд в текущей презентации.
- В поле **Выберите место в документе** щелкните слайд, который нужно



использовать в качестве цели гиперссылки.

### 3. Создание анимаций

- 1) Выберите слайд с текстом.
- 2) В области задач откройте панель Дизайн слайда.
- 3) Выберите пункт Эффекты анимации. Появится список эффектов.
- 4) Щелкните поочередно на каждый, посмотрите, как ведет себя текст.

### Настройка параметров эффектов

- 1) Вызовите контекстное меню, щелкнув правой кнопкой мыши на одном из элементов списка анимированных объектов
- 2) Выберите пункт Параметры эффектов. Появится командное окно.
- 3) На вкладке Время измените скорость.
- 4) Нажмите кнопку Просмотр.

## ***IV Практическая работа***

Сегодня вам предстоит самостоятельно создать проект по выбранной теме. (учащиеся работают за компьютерами под руководством учителя).

## **Тема 8. Разработка проектов**

### ***Тема 8.1: Будущее начинается сегодня***

Цели:

- Активное участие подростков в экологических акциях, мероприятиях, имеющих социальную направленность
- Приобщение подрастающего поколения к вопросам бережного отношения к окружающей среде
- Привлечение внимания общественности к экологическим проблемам
- Формирование экологической культуры широких слоёв населения.

Ожидаемые результаты:

- Популяризация среди детей экологического и натуралистического движения
- Привлечение государственных, общественных и коммерческих организаций к сотрудничеству с целью просвещения и пропаганды экологических знаний, формирования экологической культуры населения города
- Привлечение внимания общественности к существующим экологическим проблемам
- Формирование общественного мнения в защиту окружающей среды

Главная ***идея*** - созидательная совместная деятельность детей и взрослых, занятость и самоорганизация подростков, получение нового опыта согласования личных и общественных интересов

Экологический кризис, охвативший планету, будет нарастать. Его невозможно преодолеть только техническими, юридическими или экономическими средствами - необходимо, чтобы каждый человек ощутил свою ответственность за происходящее. Важно понять, что в деле решения экологических проблем нет «зрителей» и «действующих лиц», мы все несём ответственность за сохранение жизни на нашей планете. Именно чувство сопричастности к происходящему

побудило педагогов нашей школы заняться осуществлением нового экологического образовательного проекта. Принять участие в его реализации предлагается вам, будущим хозяевам нашего города, страны, планеты.

Сегодня мы ознакомимся с различными формами экологического движения, имеющими социальную направленность. То есть мы заинтересованы в расширении партнёрских связей с различными государственными, общественными и коммерческими организациями города, работающими в области экологического образования нашего города.

Вам предстоит сделать выбор, какие добрые дела мы можем сделать в нашем микрорайоне, городе или даже в масштабах области.

### **Рекомендуемая литература**

1. Битянова Н.Р. Психология личностного роста. - М., 1995.
2. Дергач А.А. Рабочая книга практического психолога. Технология эффективной профессиональной деятельности. - М., 1996.
3. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. - М., 2001.
4. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии общения. - М., 1987.
5. Игры: обучение, тренинг, досуг. /Под ред. В.В. Петрусинского. - М., 1994.
6. Леви В. Л. Искусство быть другим. - М., 1998.
7. Леви В.Л. Искусство быть собой. - М., 1990.
8. Лидерс А.Г. Психологические игры с подростками. //Журнал практического психолога, 1996. - № 1.
9. Лук А.Н. Юмор, остроумие, творчество. - М., 2003.
10. Мы живем среди людей; кодекс поведения. - М., 1999.
11. Ночевник М.Н. Человеческое общение. - М, 1988.
12. Петрушин С. Игротека для взрослых. - Казань, 1989.
13. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. - М., 1995.
14. Шмаков С.А. Её величество игра. - М., 1992.