

# ОГЛАВЛЕНИЕ

Психология саморазвития	
Задача курса психологии .....	7
Что такое саморазвитие? .....	15
Давайте самоопределимся .....	25
Семь раз отмерь .....	29
✓ ДАНИИЛ БОРИСОВИЧ ЭЛЬКОНИН: Какая деятельность ведет за собой психическое развитие подростков? .....	30
✓ ЭРИК ЭРИКСОН: Главное развивающее противоречие .....	35
ЖАН ПИАЖЕ: Интеллектуальное обеспечение саморазвития .....	40
✓ ЛОРЕНС КОЛЬБЕРГ: Развитие моральных суждений .....	42
✓ РОБЕРТ СЕЛМАН: Этапы развития социального интеллекта .....	45
ГЕНРИ ДЮПОН: Развитие детской эмоциональности .....	47
ДЖЕЙН ЛОВИНГЕР: Попытка интеграции разных сторон психического развития .....	49
РОБЕРТ ХАВИГХЕРСТ: Задачи развития в подростковом возрасте .....	52
✓ ВИКТОР ИВАНОВИЧ СЛОБОДЧИКОВ: Периодизация развития как основа проектирования образовательного пространства .....	53
Педагогика саморазвития	
С чего начинать? .....	67
Первая встреча: три принципа построения занятия ..	70
Шаг первый: "Куда ж нам плыть?" .....	70
Шаг второй: "Кто не против нас, тот с нами" .....	75
Летопись .....	83
Вторая встреча: уточнение предмета обсуждения .....	85
Третья встреча: о пользе и вреде эмоций .....	98
Четвертая встреча: эмоции правят мной или я ими? ..	103

Пятая встреча: в поисках достойных путей выражения чувств .....	111
Встреча шестая: в поисках мирного пути выражения чувств .....	118
Встреча седьмая: труд и трудности взаимопонимания .....	122
Ситуация из жизни .....	129
Эмоциональный термометр .....	134
Тест эмоций .....	139
«Во мне, как в спектре, живут семь Я» .....	142
Я — глазами других людей .....	144
Подростки глазами взрослых .....	146
Кульгура бунта .....	152
Взгляд на свой внутренний мир через окно Джокери .....	155
Пространство общения .....	167
Введение понятий «интроверсия» и «экстраверсия» .....	185
Введение понятия «эмоциональная стабильность» ..	194
Темперамент. Введение понятия .....	197
Задача на определение темперамента .....	210
Темперамент и терпимость .....	218
Характер и его изменение .....	223
Игра «Перевоплощение» .....	231
Версаж психологических автопортретов .....	234