

# ОГЛАВЛЕНИЕ

## Часть I

### ПСИХОЛОГИЯ САМОРАЗВИТИЯ

#### Психология саморазвития

Задача курса психологии .....	7
Что такое саморазвитие? .....	15
Давайте самоопределимся .....	25
Семь раз отмерь .....	29
✓ <i>Даниил Борисович Эльконин</i> : Какая деятельность ведет за собой психическое развитие подростков? .....	30
✓ <i>Эрик Эриксон</i> : Главное развивающее противоречие .....	35
<i>Жан Пиаже</i> : Интеллектуальное обеспечение саморазвития .....	40
✓ <i>Лоренс Кольберг</i> : Развитие моральных суждений .....	42
<i>Роберт Селман</i> : Этапы развития социального интеллекта .....	45
<i>Генри Дюпон</i> : Развитие детской эмоциональности .....	47
<i>Джейн Ловингер</i> : Попытка интеграции разных сторон психического развития .....	49
<i>Роберт Хавигхерст</i> : Задачи развития в подростковом возрасте .....	52
✓ <i>Виктор Иванович Слободчиков</i> : Периодизация развития как основа проектирования образовательного пространства .....	53

#### Педагогика саморазвития

С чего начинать? .....	65
Первая встреча: три принципа построения занятий .....	68
Шаг первый: «Куда ж нам плыть?» .....	68
Шаг второй: «Кто не против нас, тот с нами» .....	73
Летопись .....	81
Вторая встреча: уточнение предмета обсуждения .....	83
Третья встреча: о пользе и вреде эмоций .....	96

Четвертая встреча: эмоции правят мной или я ими? .....	101
Пятая встреча: в поисках достойных путей выражения чувств .....	109
Встреча шестая: в поисках мирного пути выражения чувств .....	116
Встреча седьмая: труд и трудности взаимопонимания .....	120
Ситуация из жизни .....	127
Эмоциональный термометр .....	132
Тест эмоций .....	137
«Во мне, как в спектре, живут семь Я» .....	140
Я — глазами других людей .....	142
Подростки глазами взрослых .....	144
Культура бунта .....	150

## Часть II

### ПСИХОТЕХНИКА РИСКА И ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

<b>Риск развития и саморазвития</b> .....	159
Физический риск .....	161
Социальный риск .....	163
Риск самораскрытия .....	185
<b>Психология занятий психологией</b> .....	197
Групповая динамика .....	198
Особенности и «подводные камни» ведения групповых занятий с подростками .....	250
Психологическая компетентность ведущего и принцип «Не навреди!» .....	262
Языковая компетентность ведущего .....	268
<b>Психотехника занятий психологией</b> .....	275
Заключение .....	284
Рекомендуемая литература .....	285