

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 4»

07 ноября 2014 года

ПРИКАЗ

№ 80/3

г. Горняк

Об утверждении программы формирования жизнестойкости
«Здоровая школа – школа здоровья»

На основании решения педагогического совета № 2 от 7 ноября 2014 года, по согласованию с Управляющим советом, с целью создания условий для формирования и развития навыков жизнестойкости средствами интерактивных методов и психолого-педагогических технологий.

приказываю:

1. Утвердить программу формирования жизнестойкости «Здоровая школа – школа здоровья» (приложение на 12 л.)
2. Контроль исполнения приказа возложить на заместителя директора по учебно-воспитательной работе Поселову Г.П.

Директор МБОУ «СОШ №4»



Л.Н. Маслова

Паспорт программы

Наименование программы	ПРОГРАММА ФОРМИРОВАНИЯ ЖИЗНЕСТЙКОСТИ «Здоровая школа – школа здоровья»
Ф.И.О. руководителя	Маслова Лариса Николаевна
Почтовый адрес	658420, г. Горняк, ул. Миронова 122
Контактные телефоны	3-02-23
Основание для разработки программы	Нормативно-правовой и документальной основой Программы являются: 1. Конвенция ООН «О правах ребёнка». 2. Федеральный закон от 29.12. 2012 № 273–ФЗ «Об образовании в Российской Федерации». 3. Постановление Правительства Российской Федерации от 07.02.2011 № 61 «О Федеральной целевой программе развития образования на 2011-2015 годы»; 4. Приказ Министерства образования и науки РФ № 373 от 06.10.2009 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования»; 5. Приказ Министерства образования и науки РФ № 1897 от 17.12.2010 «Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»; 6. Приказ Министерства образования и науки РФ № 2106 от 28.12.2010 «Об утверждении Федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»; 7. Приказ Минздрава России от 04.04.2003 № 139 «Об утверждении Инструкции по внедрению оздоровительных технологий в деятельность образовательных учреждений»; 8. Указ Президента РФ № 761 от 01.06.2012 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012–2017 годы»; 9. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»; 10. Закон Алтайского края от 5.12.2008 № 128-С «Об утверждении краевой целевой программы «Комплексные меры противодействия злоупотребления наркотиками и их незаконному обороту в Алтайском крае»; 11. Постановление Администрации Алтайского края от 23.08.2012 № 439 «Об утверждении долгосрочной целевой программы «Сохранение и укрепление здоровья детей школьного возраста в Алтайском крае» на 2012-2016 годы.
Заказчик программы	Управляющий Совет МБОУ «СОШ №4» г. Горняка Локтевского района Алтайского края

Основной разработчик программы	Поселова Галина Петровна, заместитель директора по учебно-воспитательной работе МБОУ «СОШ № 4» г. Горняка Локтевского района Алтайского края
Исполнители программы	Коллектив МБОУ «СОШ № 4» г. Горняка Локтевского района Алтайского края
Участники программы	Учащиеся МБОУ СОШ №4 – 11-15 лет (5-9 классы) Классные руководители - 10; Учителя физической культуры - 2; Медицинский работник - 1; Библиотекарь - 1; Родители обучающихся 5-9 классов
Цель программы	<i>Создание условий для формирования и развития навыков жизнестойкости средствами интерактивных методов и психолого-педагогических технологий.</i>
Задачи программы	• создание условий для сохранения и укрепления психического и физического здоровья участников образовательного процесса; • повышение академической успеваемости обучающихся; • создание психологически безопасной толерантной среды; • вовлечение обучающихся в активную деятельность по укреплению здоровья на условиях партнерских отношений.
Сроки реализации программы	2014 – 2020 г.г.
Ожидаемые результаты реализации программы (индикаторы и показатели)	Реализация мероприятий программы позволит обеспечить: 1. Снижение уровня заболеваемости обучающихся. 2. Налаживание системы работы с социальными партнёрами по формированию здорового образа жизни, безопасности в условиях ЧС, жизнестойкости. 3. Формирование навыков здорового образа жизни, гигиены, правил личной безопасности у всех участников образовательного процесса. 4. Повышение профессиональной компетенции педагогов и работников ОУ в вопросах сохранения и укрепления здоровья, а также формирования здорового образа жизни. 5. Формирование системы внутришкольного контроля по проблемам здоровья и здорового образа жизни, безопасности учащихся. 6. Создание оптимальных условий для занятий физической культурой и спортом на базе ОУ и муниципальных площадок. 7. Создание условий для социальной адаптации (средствами образования) детей с ограниченными возможностями здоровья; детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации.
Источники финансирования программы	Бюджетные и внебюджетные средства МБОУ «СОШ № 4» г. Горняка Локтевского района Алтайского края
Контроль за ходом выполнения программы	Администрация МБОУ СОШ № 4 г. Горняка Локтевского района Алтайского края

Актуальность программы.

В данной программе формирование жизнестойкости личности рассматривается как перспективное направление первичной педагогической профилактики антивиталяного поведения.

Антивиталяное поведение формируется под воздействием внешних (семейное неблагополучие, микроконфликты, девиантное окружение и т.п.) и внутренних факторов (психологические характеристики личности, обуславливающие определенные реакции на внешние факторы). Разными людьми объективно одинаковая ситуация расценивается и переживается по-разному. Одни индивиды трудные жизненные обстоятельства воспринимают как некий барьер, преодолев который они развиваются. Другие же видят в нем крах мироздания. Следовательно, в формировании антивиталяного поведения главная роль принадлежит именно внутренним факторам. Таким образом, усилия педагогов, в первую очередь должны быть направлены на формирование личностных ресурсов, которые помогут сопротивляться стрессовым обстоятельствам.

Современное динамично развивающееся общество переживает серьезные социально-экономические, правовые, нравственные, духовные изменения, которые затрагивают различные сферы деятельности человека, в том числе и систему образования. Условия, в которых протекает жизнедеятельность современного подростка, часто по праву называют экстремальными и стимулирующими развитие стресса. В этих сложных условиях актуализируются проблемы, связанные с решением возникающих перед человеком трудных жизненных ситуаций. Эта проблема актуальна для школьников, так как создавшаяся социальная обстановка требует от них максимальной адаптации. Для некоторых трудные жизненные ситуации выступают в качестве повода суицидаляного поведения, другие же в подобных ситуациях проявляют свою жизнестойкость.

Комплекс требований жизни к социальному облику обучающегося побуждает выделять жизнестойкость как ведущий компонент его личностных качеств. Особенности развития высших психических функций обучающихся оказывают влияние на представления детей о себе и окружающем мире, а именно: недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов.

Одним из условий успешной адаптации обучающихся к современному социуму является формирование у них устойчивости к любой изменяющейся ситуации. Некоторые категории детей чаще других оказываются в стрессовых ситуациях, где необходима своевременная поддержка со стороны взрослых.

У детей «группы риска» (ОВЗ, СОП, иногда неполные и малообеспеченные семьи...) особенно на этапе выхода в самостоятельную жизнь значительно возрастают риски, роль случая и вероятностей, определяющих исход жизненной ситуации путем ухода, что указывает на необходимость формирования у них мобильности, гибкости мышления, коммуникативных компетенций, оперативности реагирования в условиях неопределенности.

Необходимость разработки программы курса занятий вызвана анализом выявленных затруднений детей, а именно: сложности в межличностных отношениях в коллективе сверстников, подверженность разного рода манипуляциям, неумение самостоятельно принимать решения, зависимость самооценки от окружающих.

Реализация курсов занятий организуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей, что обеспечивает коррекцию нарушений, развитие и социальную адаптацию.

Анализ теоретических и методологических основ позволяет сделать вывод о том, что жизнестойкость – тот фактор, внутренний ресурс, который подвластен самому человеку, это то, что он может изменить и переосмыслить, то, что способствует поддержанию физического, психического и социального здоровья, установка, которая придает жизни ценность и смысл в любых обстоятельствах. Формирование

жизнестойкости педагогическими средствами может снизить степень суицидального риска.

Содержательное описание программы

Целью данной программы является *создание условий для формирования и развития навыков жизнестойкости средствами интерактивных методов и психолого-педагогических технологий.*

Достижение этой цели ставит перед собой ряд взаимосвязанных **задач**:

- Создание условий для сохранения и укрепления здоровья участников образовательного процесса;
- Повышение академической успеваемости обучающихся;
- Создание психологически безопасной толерантной среды;
- Вовлечение обучающихся в активную деятельность по укреплению здоровья на условиях партнерских отношений.

Программа рассчитана на работу с учащимися 5-9 классов. Срок реализации – 5 лет, в ходе которых последовательно осуществляются четыре этапа:

1 этап – аналитический, предусматривает анализ условий, при которых возможна реализация данной программы.

2 этап – подготовительно-диагностический, направлен на определение уровня развитости компонентов жизнестойкости учащихся, включает: диагностические беседы «Мой круг общения», рисуночный тест ДЖ. Бука «Дом. Дерево. Человек», социометрическую методику Т.А. Репиной «Секрет», методику диагностики школьной тревожности Филлипса, методику исследования межличностных отношений, тест жизнестойкости. Результаты опроса, данные наблюдения, сведения о наличии в жизни учащегося девиантогенных обстоятельств фиксируются в групповых - картах характеристиках. На этом же этапе осуществляется подготовка педагогического коллектива к проведению профилактики антивиталяного поведения на основе формирования жизнестойкости. Диагностический этап завершается индивидуальным обсуждением результатов измерения жизнестойкости со школьником и его родителями.

3 этап – внедренческий (основной) включает в себя различные воспитательные мероприятия, направленные на формирование и развитие компонентов жизнестойкости, к которым относятся оптимальная смысловая регуляция личности, адекватная самооценка, развитые волевые качества, высокий уровень социальной компетентности, развитые коммуникативные способности и умения.

4 этап – диагностико-констатирующий этап, оценка результатов посредством повторной диагностики компонентов жизнестойкости учащихся с помощью тех же самых методик, что и на первом этапе. Результаты опроса также фиксируются в групповых картах – характеристиках, что позволяет проследить динамику жизнестойкости.

Взаимодействия

специалистов в процессе формирования навыков жизнестойкости у обучающихся.

Этапы реализации программы	Содержание деятельности	Формы проведения	Прогнозируемые результаты, формы их представления.	Адресат	Ответственный
1 Аналитически	Проведение беседы с родителями о	Родительское собрание, индивидуальные	Предоставление родителям информации о	Педагоги, родители	Зам.директора по ВР, кл.рук.

й этап	программе формирования жизнестойкости детей. Психолого-педагогические консультации с педагогами по вопросу формирования жизнестойкости.	и групповые консультации.	формировании жизнестойкости и роли семьи и школы в воспитании данного качества.		
2. Подготовительно-диагностический этап	Проведение индивидуальной диагностики каждого обучающегося – участника программы	Использование психологических тестов: Прихожан А. -- «Превосходящая эмоция»; - Причины тревожности как свойства личности; - внутриличностные источники тревожности;	Заполнение групповых карт-характеристик, обсуждение со школьником результатов тестирования и постановка задач саморазвития.	Обучающиеся	Кл.рук.
3. Внедренческий (основной)	Реализация программы по формированию навыков жизнестойкости. <i>1 раздел – Основы безопасности;</i> <i>2 раздел – Учимся общаться и дружить</i> <i>3 раздел - Психология общения</i> <i>4 раздел – Основы трудовых навыков, профессиональное самоопределение</i> <i>5 раздел - Чему я научился в этом году?</i>	Беседы, классные часы, тренинги, установочные игры, дискуссии	Осмысление представлений о смысле жизни, счастье, ценностях, жизненных планах	обучающиеся, воспитанники	Классные руководители. Учитель ОБЖ классные руководители
4. Диагностико-констати-	Повторная диагностика уровня развития жизнестойкости	Опросы, наблюдения, самонаблюдения, анализ	Обработка данных тестирования с помощью	обучающиеся, воспитанники	Педагог-психолог, социальный педагог

рующи й этап	учащихся	результатов деятельности учащихся	методов математической статистики.		
	Обсуждение результатов повторной диагностики с учащимися и их родителями	Род.собрание, индивидуальные беседы	Составление отчета о проделанной работе в рамках реализации программы		

Программа работы школы по формированию жизнестойкости обучающихся адресована подросткам 11-15 лет. Этот выбор обусловлен особенностями подросткового периода, связанного с развитием саморефлексии, становлением индивидуальной и социальной идентичности, повышающим и проявление антивиталяного поведения у подростков с несформированными качествами жизнестойкости.

Достижение цели программы предполагает решение взаимосвязанных задач:

1. Оказание психолого-педагогической поддержки и помощи детям и подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации;
2. Формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации, создание благоприятного психологического климата в коллективе);
3. Формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей;
4. Организация и включение подростков в ценностно-значимую для них деятельность.

Программа состоит из 3 модулей:

1. Профилактическая работа в классных коллективах (1 раз в неделю);
2. Индивидуальная работа с подростками, оказавшимися в трудной жизненной ситуации (по индивидуальному плану);
3. Повышение психолого-педагогической компетентности педагогов и родителей (через МО классных руководителей.)

Показателем эффективности программы выступает повышение уровня жизнестойкости подростков, что проявляется в сформированности качеств:

1. Высокая адаптивность.
2. Уверенность в себе.
3. Независимость, самостоятельность суждений.
4. Стремление к достижениям.
5. Ограниченность контактов, самодостаточность.

Прогнозируемые риски:

1. Многообразие факторов, влияющих на формирование личности обучающихся, и не зависящих от школьного образования (семейное неблагополучие, наследственность, экология, образ жизни).
2. Недостаточная мотивационная готовность учителя к реализации требований программы.
3. Недостаточная заинтересованность (полное отсутствие заинтересованности) родителей в вопросах воспитания собственных детей, отсутствие мотивации к изменению семейного уклада, стиля взаимоотношений, образа жизни (при наличии семейного неблагополучия).

1. Реализация модуля «Профилактическая работа в классных коллективах»

Мероприятия направлены на решение следующих задач программы:

- формирование навыков конструктивного взаимодействия (работа в команде, поведение в конфликтной ситуации);
- создание благоприятного психологического климата в коллективе;
- формирование у подростков позитивного самосознания собственной личности и личности других людей.

При организации воспитательных мероприятий учитывается механизм развития психологических структур подростка, позволяющих превращать проблемные ситуации в новые возможности:

1. **Показать возможности** подростка, **помочь их осмыслить, выбрать** именно для себя **должное**;
2. **сформулировать цель, организовать деятельность** в выбранном направлении.

Структура занятий

1. Упражнение для создания эмоционального настроя на занятие;
2. Работа в микрогруппах;
3. Мини-дискуссия;
4. Подведение итогов по схеме:
 - Как менялось мое эмоциональное состояние в течение занятия?
 - Какой опыт приобретен в процессе занятия?
 - Какой эпизод занятия запомнился (понравился, удивил) больше всего? Почему?
5. Притча

Содержание работы с обучающимися 5-6 классов преимущественно направлено на познание подростком самого себя, осмысление сильных и слабых сторон своей личности, самовоспитание. При проектировании занятий с обучающимися 7-9 классов целесообразно учитывать потребность взрослеющих подростков в избирательности общения, их эмоциональную ранимость, потребность в признании и стремление к самоутверждению.

Условием успешности профилактической работы в классных коллективах является ее системный характер, диалоговое взаимодействие, безоценочное принятие личности подростков, отсутствие назидательности со стороны педагога.

Тематическое планирование

Тема	Содержание	Кол-во часов
«Я и мой мир» 5 класс		
Кл. час. «Как успешно общаться и налаживать контакты?»	Самоанализ подростками сильных и слабых сторон своей личности. Развитие рефлексии. Формирование мотивации на работу с собственными недостатками как способ саморазвития личности. Командообразование. Самопрезентация. Формирование команды, толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии.	1
Кл. час. «Хорошо ли быть уверенным в себе?»	Актуализация представления об особенностях привычек, взглядов, вкусов, позиций, поведения, деятельности людей, обусловленных половыми различиями. Развитие умения сотрудничать, учитывая эти знания. Формирование актуального полоролевого поведения. Формирование	1

	команды, толерантности во взаимоотношениях и взаимодействии.	
Кл.час. «Умеете ли вы отдыхать?»	Формирование понятий: опасность, риск, трудная жизненная ситуация, помощь, самопомощь, взаимопомощь. Обучение приемам анализа, планирования и преодоления трудной жизненной ситуации. Формирования умения обращаться за помощью к взрослому, сверстникам, пользоваться телефоном доверия. Службы экстренной помощи.	1
Кл.час. «В чём ценность жизни?»	Формирование ценностного отношения к себе, своей жизни, близким. Развитие представления о взаимосвязи личных качеств с жизненными успехами и неудачами людей. Формирование: убеждения, что успех в учебе и других делах зависит от труда и упорства; уверенного поведения, произвольности и самоконтроля, адекватной самооценки. Обучение приемам конструктивного общения.	1
6 класс		
Кл.час. «Как успешно общаться и налаживать контакты?»	Формирование: позитивных представлений о будущем; убеждения, что будущее нужно планировать, достижения и успех- результат деятельности человека. Успех деятельности зависит от умения общаться и взаимодействовать с другими. Самоконтроль и саморегуляция, как обязательные элементы успеха. Обучение основам саморегуляции.	1
Кл.час. «Мои жизненные планы».	Формирование понятий: конструктивное (успешное) общение, критика, комплимент, конфликт, этика общения. Обучение способам распознавания уверенного и неуверенного поведения в общении, умения оказать поддержку. Тренировка: уверенного выступления, умения обращения за помощью (на модели игровой ситуации).	1
Кл.час. «Умеете ли вы отдыхать?»	Формирование позитивного мышления, навыков самоконтроля и саморегуляции. Тренировка принятия решения, обращения за помощью и преодоления трудной жизненной ситуации (на модели игровой ситуации). Службы экстренной помощи (контактные телефоны).	1
Кл.час. «В чём ценность жизни?»	Формирование: адекватной самооценки, умения объективно оценивать свои сильные и слабые стороны; мотивации, целеполагания, планирования саморазвития; конструктивного отношения к критике в свой адрес. Тренировка в приемах саморегуляции, самопрезентации (на модели игровой ситуации).	1
7 класс		
Кл.час. «Как успешно	Особенности принятия индивидуального и	1

общаться и налаживать контакты?»	коллективного решения. Тренировка умения предлагать и отстаивать свою точку зрения при принятии коллективного решения (на модели игровой ситуации «Презентация группы»).	
Кл. час. «Учимся принимать решения».	Формирование навыков конструктивного общения, умений принятия коллективного решения. Формирование и сплочение команды, коррекция социометрического статуса, взаимоотношений, неадекватной самооценки.	1
Кл. час. «Жизнестойкий человек и как им стать?»	Формирование умения постоять за себя, отстаивать свои права, сказать «нет»; анализировать ситуации, выявляя свое ошибочное суждение. Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в сложных жизненных ситуациях. Информирование о волевых качествах, нравственной направленности поступков и поведения при взаимодействии с другими людьми, примеры успешного преодоления трудностей.	1
Кл. час. «Как успешно преодолевать трудности?»	Осознание собственной ценности, ценности человеческой жизни. Выбор своей социальной позиции, норм поведения при взаимодействии с другими людьми. Характер принятых решений, направленность выбора в сложных жизненных ситуациях (на модели игровой ситуации).	1
«Я и этот мир» 8 класс		
Кл. час. «Мои жизненные планы».	Дискуссия о жизненных целях и ценностях. Определение факторов риска и опасности (в т.ч. зависимости). Индивидуальные приемы психологической защиты и совладающего поведения в ситуациях риска и опасности.	1
Кл. час. «В чём ценность жизни?»	Самопрезентация группы. Вопросы-ответы. Предупреждение и разрешение конфликтов.	1
Кл. час. «Жизнестойкий человек и как им стать?»	Способность человека к адаптации в сложных жизненных ситуациях. Последствия воздействия стресса на организм, возможности эффективно противостоять стрессу. Овладение приемами саморегуляции.	1
Кл. час. «Как успешно преодолевать трудности?»	Дискуссия: «Риск - дело благородное? Рискованное поведение - проявление смелости, взрослости, решительности?» Формирование понятий: неоправданный риск, минимальный риск, склонность к риску, минимизирование неизбежного риска, самосохранение, самоспасение, самопомощь. Службы экстренной помощи (контактные телефоны).	1
9 класс		
Кл. час. «Мои жизненные планы».	Актуализация представления о своем будущем, о своих жизненных целях. Профессия как	1

	ценность. Формулирование целей и определение временных границ. Личностные стратегии успеха в трудных жизненных ситуациях. Программы защиты от стресса, зависимости.	
Кл. час. «Учимся принимать решения».	Анализ особенностей общения, ресурсов личностного роста учащихся. Формирование навыков конструктивного поведения в ситуации сложного выбора, принятия коллективного решения. Защита от агрессии и стресса.	1
Кл. час. «В чём ценность жизни?»	Любовь и романтические отношения в жизни человека. Отношение к любви в разные эпохи. Характер отношений между любящими людьми. «Разрушители» любви. Признаки насилия и зависимости в отношениях. Как пережить разрыв романтических отношений?	1
Кл. час. «Жизнестойкий человек и как им стать?»	Проблемы смысла жизни и счастья - составляющие счастья. Я - в мире сверстников. Я - в мире взрослых.	1

Учебно-тематический план курса занятий для обучающихся 5-9 класса

№	Наименование тем, разделов	Всего часов	Примечания
	<i>Основы безопасности жизнедеятельности</i>		
	1. Практическое занятие эвакуация при пожаре	4	1 раз в четверть
	2. «Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях»	1	
	3. «Действуем в сложных жизненных ситуациях»	1	
	4. «Вы свидетель ДТП»	1	
	5. «Вам угрожают. Что делать?»	1	
	6. «Дорога домой»	1	
	7. «Как не стать жертвой преступления»	1	
	<i>Учимся общаться и дружить</i>		
	8. «Причины и виды конфликтов»	1	
	9. «Слушаю и слышу»	1	
	10. «Способы разрешения конфликтов»	1	
	11. «Твоя - моя проблема»	1	
	12. «Давайте жить дружно»	1	
	13. «Если меня обидели, если я обидел»	1	
	14. «Как знакомиться с новым коллективом»	1	
	15. «Что такое субординация?»	1	
	16. «Готов ли ты сам к дружбе?»	1	

	17. «Если коллектив меня отвергает..»	1	
	18. «Я в окружении людей»	1	
	Психология общения		
	19. «Что когда и как сказать»	1	
	20. «Что написано пером...»	1	
	21. «Хочу об этом рассказать»	1	
	22. «Как знакомиться с новым коллективом»	1	
	23. «Что такое субординация?»	1	
	24. «Готов ли ты сам к дружбе?»	1	
	25. «Если коллектив меня отвергает..»	1	
	26. «Я в окружении людей»	1	
	Основы трудовых навыков, профессиональное самоопределение		
	27. «Выбор профессии»	1	
	28. «Я – повар. Я- цветовод. Я – строитель.	1	
	29. «Работаю, чтобы...»	1	
	30. «Я смогу, я добьюсь»	1	
	Чему я научился в этом году?		
	31. «Я знаю, я умею»	2	Диагностика результатов

Литература

1. Александрова Л.А. К концепции жизнестойкости в психологии. Сибирская психология сегодня: Сб. научн. трудов. Вып. 2 [Текст] / под ред. М.М.Горбатовой, А.В. Серого, М.С. Яницкого. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. - С. 147-154.
2. Андреева Ю. Танцетерапия [Текст] / Ю. Андреева – СПб.: «Издательство «Диля», 2005. – с. 256
3. Выготский Л.С. Собрание сочинений. Т. 4, ч. 2 ПРОБЛЕМА ВОЗРАСТА [Электронный источник] / Л. С. Выготский - <http://www.myword.ru/>.
4. Духновский С.В. Психологическое сопровождение подростков в критических ситуациях: Учебное пособие. [Текст]/ С. В. Духновский – Курган: Изд-во Курганского гос. ун-та, 2003. – 124с. ISBN 5-86328-544-3
5. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми.[Текст] / М.В. Киселева — СПб. : Речь, 2006. — 160 с, илл. ISBN 5-9268-0408-6
7. Козлов В.В., Гришон А.Е., Веремеенко Н.И. Интегративная Танцевально-двигательная терапия [Текст] / В.В. Козлов, А.Е. Гришон, Н.И. Веремеенко – СПб.: Речь, 2006.- С. 286
8. Кулагина И. Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. 5-е изд. [Текст] / И. Ю. Кулагина. — М.: Изд-во УРАО, 1999. — 176с. ISBN 5-204-00205-7
9. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И Тест жизнестойкости [Текст]/ Д.А.Леонтьев, Е.И. Рассказова — М.: Смысл, 2006. — 63 с.
10. Лейтес Н.С. К вопросу о динамической стороне психической активности. / Н.С. Лейтес— В кн.: Проблемы дифференциальной психофизиологии. - М., 1977. — С.164-179.

11. Лернер И.Я., Поисковые задачи в обучении как средство развития творческих способностей. // в кн. Научное творчество. Под ред. Микулинского С.Р. - М., 1969.
12. Мир психологии [Электронный источник]. - Режим доступа свободный: www.psyworld.ru
13. Пособие для врачей и медицинских психологов «Методика для психологической диагностики совладающего поведения в стрессовых и проблемных для личности ситуациях» [Текст] / - Спб, 2008. – С. 37