

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №8»**

РЕКОМЕНДОВАНО К ПРИНЯТИЮ
на заседании Педагогического совета
«СОШ№8»

«29»августа2024г.
протокол от «29 » августа 2024г.
№ 14

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ

МБОУ «СОШ№8»
приказ от 3.09.2024

№234



А.А.Енин

**Дополнительная общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
«Психолог и Я»**

**Возраст: 8-10 лет
Срок реализации: 1 год**

**Разработчик: Сыромятникова Анастасия Ваерьевна
Педагог дополнительного образования**

Новомосковск, 2024

Пояснительная записка.

Младший школьный возраст - наиболее ответственный этап школьного детства. Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребенка. Полноценное проживание этого возраста, его позитивные приобретения являются необходимым основанием, на котором выстраивается дальнейшее развитие ребенка как активного субъекта познания и деятельности. В то же время, нереализация его возрастных и индивидуальных особенностей, нарушения в детско-родительских отношениях влекут за собой рост тревожности ребенка, психоэмоционального напряжения, агрессивные проявления, нарушения в сфере межличностного общения. По данным последних исследований (Фельдштейн Д.И., 2010г.) увеличилось количество детей с эмоциональными проблемами, число нервно-психических заболеваний возросло более чем в 4 раза, особенно в младшем школьном возрасте и подростковом. Для детей характерны недостаточная социальная компетентность, неспособность решать конфликты без агрессии. Тревожность является одним из индикаторов психологического неблагополучия, нарушений в эмоциональном и социальном развитии растущего человека. По мере закрепления неадекватного отношения ребенка к себе, своим возможностям, неадекватность становится устойчивой чертой его отношения к миру. Все это сильно осложняет процесс интеграции ребенка в здоровое общество. Таким образом, становится очевидной необходимость своевременного оказания социально-психологической помощи данной категории детей. Исходя из этих положений, разработана дополнительная образовательная программа «Психолог и Я».

Цель программы: развитие эмоционально-личностной сферы детей младшего школьного возраста.

Задачи:

- снятие психоэмоционального напряжения, развитие позитивного самоотношения, повышение уверенности в себе;
- формирование умения понимать и адекватно выражать свои эмоциональные состояния и состояния другого человека, отреагирование собственных чувств и переживаний;
- развитие навыков общения и эффективного взаимодействия;
- стимулирование творческого потенциала, развитие воображения.

Программа рассчитана на учащихся 8-10 лет. Срок реализации программы 1 год.

Занятия проходят в режиме психологической студии с использованием элементов арт-терапии, символдрамы, телесно-ориентированной терапии. Используются психогимнастические упражнения, психологические игры, релаксационные техники. Такая форма работы, как психологическая студия позволяет объединить детей с различной проблематикой (тревожность, агрессивность, заниженная самооценка, нарушения поведения и общения, психосоматические проблемы, стрессовые состояния). Приоритетным является применение арт-терапевтических техник. Арт-терапия представляет собой метод развития и коррекции посредством творчества. Это особенно актуально при работе с детьми и делает её незаменимым инструментом для исследования, развития и гармонизации в тех случаях, когда ребёнок не может выразить словами своё эмоциональное состояние. При организации работы учитывается естественная склонность ребёнка к игровой деятельности, богатство детской фантазии.

Каждое занятие строится по единому принципу: ритуал приветствия, заполнение арт-дневника, разминка (психогимнастические упражнения, телесные упражнения), арт-терапевтическое упражнение и обсуждение продукта творческой деятельности, рефлексия, заполнение арт-

дневника, ритуал прощания. Занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятия 2 часа. Оптимальное число детей в группе 8-14 человек.

Предполагаемый результат: гармонизация эмоционального состояния; активизация внутренних ресурсов; формирование положительного образа Я.

После прохождения курса занятий по программе «Психолог и Я» учащиеся должны знать:

- приёмы для приемлемого отреагирования эмоционального состояния, снятия напряжения;
- правила коллективных игр, бесконфликтного общения.

Уметь:

- справляться со своими эмоциональными проявлениями адекватными способами;
- проявлять сочувствие сверстникам, взрослым, всему живому;
- работать самостоятельно и в группе, распределять роли при групповой деятельности;
- рефлексировать (видеть проблему; анализировать сделанное – что и как получилось, почему не получилось, что можно ещё сделать, как исправить; уметь видеть трудности и способы их решения).

Динамика работы по программе отслеживается с помощью диагностических процедур, творческих работ участников, бесед с учителями и родителями.

Учебно-тематический план.

№п/п	Наименование разделов и тем.	Кол-во часов	Сроки
1.	«Давайте познакомимся!»	2	
2.	«Радуга эмоций».	2	
3.	«Радуга эмоций» (продолжение).	2	
4.	«Моё настроение: от кого и от чего оно зависит».	2	
5.	«Музыка – настроение».	2	
6.	«Цветные образы природы: осенняя фантазия».	2	
7.	«Игры с цветом».	2	
8.	«Все краски мира».	2	
9.	«Красочное чудо».	2	
10.	«Знакомство с мандалой».	2	
11.	«Медитативное рисование».	2	
12.	«Картина про меня».	2	
13.	«Несуществующее животное».	2	
14.	«Палитра настроения».	2	
15.	«Разговор без слов».	2	
16.	«Волшебная страна чувств».	2	
17.	«Цветные образы природы: зимняя сказка».	2	
18.	«Где живёт радость?»	2	
19.	«Грусть».	2	
20.	«Прощание с обидой».	2	
21.	«Может ли гнев принести пользу».	2	
22.	«Пусть мой страх меня боится».	2	
23.	«Рисуем сказку».	2	
24.	«Мой талисман».	2	
25.	«Такие разные чувства».	2	
26.	«Исследуем себя».	2	
27.	«Я и другие».	2	
28.	«Куклотерапия».	2	
29.	«Цветные образы природы: весеннее настроение».	2	
30.	«Мы – команда».	2	
31.	«Как добиться успеха».	2	
32.	«Каким бы я хотел стать в будущем?»	2	
33.	«Хочу расти здоровым!»	2	
34.	«Дерево счастья».	2	
35.	«Путешествие в мир фантазий»	2	
36.	Итоговое занятие с использованием элементов игротерапии.	2	
Итого часов		72	

Содержание программы.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Формы работы
1.	<p>«Давайте познакомимся!» Введение в мир психологии. Приветствие, введение ритуала начала занятия. Беседа по теме «Что изучает наука психология», игра на знакомство «Снежный ком», коммуникативная игра «Имя», упр. «Тоннель». Арт-терапевтическая техника «марание», создание творческой работы, обсуждение. Ритуал прощания.</p>	2	Беседа, игра психогимнастические упражнения, арт-терапевтическая техника «марание»
2.	<p>«Радуга эмоций». Приветствие, беседа «Что такое эмоции, какие бывают эмоции». Ритуал начала занятий «Клубок эмоций». Первичная диагностика эмоционально-личностной сферы (ЦГО, Люшер-тест). Арт-терапевтическая техника «медитативное рисование», обсуждение. Ритуал прощания «Ладонь».</p>	2	Беседа, подвижные игры, психогимнастические и телесные упражнения, диагностика, медитативное рисование
3.	<p>«Радуга эмоций» - продолжение. Ритуал начала занятия. Работа с карточками-пиктограммами, игра «Угадай-ка!», психогимнастические, телесные упражнения. Беседа «Что такое цвет. Психология цвета». Рисунок в технике «Цветовой круг», обсуждение. Ритуал прощания «Ладонь».</p>	2	Подвижные игры, психогимнастические и телесные упражнения, арт-терапевтическая техника «Цветовой круг»
4.	<p>«Моё настроение: от кого и от чего оно зависит». Разминка, беседа, рисунок настроения, дыхательные упражнения, коммуникативное упражнение «Ладонь в ладонь», релаксация. Ритуал прощания.</p>	2	Дыхательные упражнения, рисунок, коммуникативное упражнение
5.	<p>«Музыка – настроение». Разминка. Ритуал начала занятия, упр. «Клубок настроения», упр. с использованием музыкальных композиций, техника «Спонтанное рисование под музыку», обсуждение, «Массажная гимнастика». Ритуал прощания.</p>	2	Подвижные игры, элементы музыкотерапии, арт-терапевтическая техника «Спонтанное рисование под музыку»
6.	<p>«Цветные образы природы: осенняя фантазия». Работа с сухими листьями. Разминка. Ритуал начала занятий «Клубок». Подвижная игра, беседа по теме занятия, просмотр слайдов с осенними пейзажами, создание творческой композиции «Брызги осени». Обсуждение, визуализация «Я-листочек». Ритуал прощания «Круг друзей».</p>	2	Подвижные игры, беседа, элементы слайд-терапии, создание творческой композиции (возможно применение техники «фроттаж»), визуализация.
7.	<p>«Игры с цветом». Развитие цветовосприятия. Ритуал начала занятия. Упр. «Цвет настроения». Подвижные игры, беседа по теме, игра «Разноцветный городок», работа со сказкой «Какой цвет самый главный», рисунок, обсуждение</p>	2	Подвижные игры, беседа, элементы сказкотерапии.

8.	«Все краски мира». Продолжение работы по развитию цветосприятия. Ритуал начала занятия «Клубок». Разминка «Дотронься до...», когнитивное упражнение «Я знаю пять...», психогимнастические упражнения. Игра-сказка «Волшебная палитра», рисунок, обсуждение. Ритуал прощания.	2	Подвижная игра, когнитивное упражнение, психогимнастика, работа со сказкой.
9.	«Красочное чудо». Ритуал начала занятия. Разминка, беседа «Тёплые и холодные цвета», релаксационные упражнения «Лимон», «Огонь и лёд», дыхательные упражнения. Просмотр слайдов с изображением пейзажей, репродукций картин русских художников. Создание «Волшебных красок», рисование на свободную тему волшебными красками, обсуждение. Ритуал прощания.	2	Подвижная игра, беседа, релаксационное упражнение, дыхательное упражнение, арт-терапевтическая техника «Рисование волшебными красками».
10.	«Знакомство с мандалой». Ритуал начала занятия. Разминка, психогимнастика, телесные упражнения, арт-терапевтическая техника «9 маленьких мандал», «Свободный рисунок в круге», обсуждение. Ритуал прощания.	2	Психогимнастика, телесные упражнения, арт-терапевтические техники «9 маленьких мандал», «Рисунок в круге»
11.	«Медитативное рисование». Ритуал приветствия. Разминка, беседа о настроении, дыхательные и телесные упражнения, упр. «Повторяй за мной» (Фопель), раскрашивание мандалы, обсуждение. Ритуал прощания «Круг друзей».	2	Подвижная игра, беседа, телесные упражнения, дыхательные упражнения, арт-терапевтическая техника «медитативное рисование»
12.	«Картина про меня». Ритуал приветствия «Клубок». Психогимнастические упражнения, арт-терапевтическая техника – работа с сыпучим материалом (цветной песок, манка), обсуждение получившейся композиции, релаксация. Ритуал прощания «Солнечные лучики».	2	Психогимнастика, работа с сыпучими материалами (манка, цветной песок), релаксация.
13.	«Несуществующее животное». Работа в технике «бумагопластика». Ритуал начала занятия. Психогимнастические упражнения, упражнения для развития мелкой моторики. Бумагопластика: взаимодействие с бумагой (осознание тактильных ощущений), создание композиции из бумаги «Несуществующее животное», обсуждение, релаксационные упражнения. Ритуал прощания.	2	Психогимнастика, арт-терапевтическая техника «бумагопластика», релаксационные упражнения.
14.	«Палитра настроения». Разминка, подвижные игры, беседа «Связь настроения и цвета», упр. «Образ и пластика настроения» (работа с пластилином, цветным тестом), упр. «Чудесные коврики», «Нарисуем день рождения», Создание групповой композиции (техника – групповая лепка) «Шар настроений». Обсуждение. Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, беседа, работа с пластилином (цветным тестом), рисунок.
15.	«Разговор без слов». Ритуал начала занятия. Разминка, игра «Возьми и передай», энергетическое упр. «Именной поезд», беседа, создание коллективного рисунка.	2	Подвижная игра, энергетическое упражнение, беседа, техника «групповой рисунок».

	обсуждение, релаксация. Ритуал прощания «Ниточки тепла».		
16.	«Волшебная страна чувств». Ритуал начала занятия. Разминка, психогимнастика, дыхательные упр., телесные упр., беседа, диагностическая методика «Волшебная страна чувств», обсуждение. Упр. для снятия напряжения «Вверх по радуге». Ритуал прощания.	2	Психогимнастика, дыхательные упражнения, телесные упражнения, диагностическая методика «Волшебная страна чувств» (в игровой форме).
17.	«Цветные образы природы: зимняя сказка». Подвижные игры, дыхательные упр. «Волшебные снежинки», «Дышим вместе» (Фопель), арт-терапевтическая техника «Волшебная палочка» (рисование ватными палочками, поролоном, с помощью трубочки), приём рисование по стеклу, создание и обсуждение композиций, релаксация. Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, дыхательные упражнения, техника «Волшебная палочка», релаксация
18.	«Где живёт радость?» Ритуал начала занятия «Клубок». Разминка – мимическая гимнастика «Зайчик рассмеялся-зайчик испугался», беседа по теме, подвижные игры, упр. «Собираем добрые слова» (Хухлаева), упр. «То, что дарит мне радость» (Фопель), арт-терапевтическая техника «Я леплю из пластилина...» (работа в парах), обсуждение. Ритуал прощания «Солнечные лучики».	2	Мимическая гимнастика, беседа, арт-терапевтическая техника «лепка из пластилина».
19.	«Грусть». Ритуал начала занятия. Разминка, психогимнастика, дыхательные упр. «Растопи снеговика», «Танцующие перья» (Фопель). Работа со сказкой (чтение, рисунок, обсуждение (Хухлаева)), медитативное упр. «Счастливые воспоминания» (Фопель).	2	Психогимнастика, дыхательное упражнение, элементы сказкотерапии, медитативное упражнение.
20.	«Прощание с обидой». Ритуал начала занятия. Разминка, мимическая гимнастика, беседа, упр. «Какая у меня обида» (Хухлаева), арт-терапевтическая техника «Рассказ в картинках», создание творческих продуктов, обсуждение, релаксационное упр. «Солнечный зайчик». Ритуал прощания.	2	Мимическая гимнастика, беседа по теме, арт-терапевтическая техника «Составление рассказа в картинках», релаксационное упражнение.
21.	«Может ли гнев принести пользу». Ритуал начала занятия. Разминка, беседа, упр. «Предложение по кругу» (Хухлаева), арт-терапевтические техники «Рисуем агрессию», «Маски», приём драматическая импровизация (работа в малых группах), обсуждение. Ритуал прощания «Круг друзей».	2	Подвижные игры, беседа, техники: «Рисуем агрессию», «Маски», арт-терапевтический приём «драматическая импровизация».
22.	«Пусть мой страх меня боится». Ритуал начала занятия. Разминка, подвижные игры, беседа по теме, тест «Страхи в домиках», упр. «Мысленная картинка» (Хухлаева), упр «Пусть мой страх меня боится», обсуждение. Релаксация «Безопасное место». Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, психодиагностика, беседа, релаксационное упражнение.
23.	«Рисуем сказку». Ритуал начала занятия «Сундучок со сказками».	2	Психогимнастика, дыхательные упражнения.

	Разминка, психогимнастические упражнения, дыхательные упр., арт-терапевтическое упр. «Добрая Волшебница и Злая Колдунья», создание иллюстраций к сказке с использованием различных изобразительных приёмов, обсуждение. Ритуал прощания.		элементы изотерапии.
24.	«Мой талисман». Ритуал начала занятия. Психогимнастические упр., игра «Мелки-наперегонки», упр. «Нитки», упр. «Маска-талисман», создание творческого продукта, обсуждение. Ритуал прощания «Колокол».	2	Психогимнастика, арт-терапевтическая техника «Рисуем маски».
25.	«Такие разные чувства». Ритуал начала занятия «Клубок». Разминка, «Моё настроение сейчас» (техника «каракули»), упр. «Массаж чувствами», (Хухлаева), подвижная игра «Море волнуется», упр. «Чувства», «Противоположные чувства». Медитативное упр. «Сад чувств» (Фопель), создание группового коллажа, обсуждение. Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, техника «Каракули», медитативное упражнение, групповой коллаж.
26.	«Исследуем себя». Ритуал начала занятия. Разминка, упр. «Кто я?», упр. «Слушание», обсуждение. Арт-терапевтическое упр. «Карта моего тела», методика «Контуры тела», обсуждение, телесные упражнения, упр. «Образ тела» (Фопель), релаксация. Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, беседа, арт-терапевтическое упражнение «Карта моего тела», телесные упражнения, релаксация
27.	«Я и другие». Ритуал начала занятия. Разминка, психогимнастика, упр. «Моё имя», подвижные игры, упр. «Двое с одним мелком», совместное рисование, обсуждение, упр. «Дерево дружбы». Выставка творческих работ. Ритуал прощания.	2	Психогимнастика, подвижные игры в малых группах, приём «совместное рисование»
28.	«Куклотерапия». Ритуал начала занятия. Разминка, арт-терапевтическая техника «куклотерапия»: настройка, активизация коммуникации, индивидуальная работа (создание пальчиковых кукол из различных материалов), вербализация, кукольная театрализация. Рефлексивный анализ.	2	Подвижные игры, элементы куклотерапии, приём «кукольная театрализация».
29.	«Цветные образы природы: весеннее настроение». Разминка, подвижные игры, дыхательные и телесные упр., беседа, просмотр слайдов, арт-терапевтическая техника «интуитивное рисование»(использование различных приёмов: рисование по влажной бумаге, рисование ватными палочками («пуантилизм»), рисование пальцами), обсуждение получившихся работ, выставка. Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, дыхательные упражнения, элементы слайд-терапии, арт-терапевтическая техника «интуитивное рисование».
30.	«Мы – команда». Ритуал начала занятия. Ролевая гимнастика, игра «Будни и выходные», игра «Дотронься до...», упр. «Ручки», дыхательное упражнение в парах «Туманный горн»(Фопель). Арт-терапевтическая		Ролевая гимнастика, коммуникативные игры, техника «Рисуем круги».

	техника «Рисуем круги», создание совместной композиции, обсуждение полученного продукта. Ритуал прощания «Круг друзей».		
31.	«Как добиться успеха». Ритуал начала занятия «Клубок». Разминка, упр. «Я смогу», обсуждение, работа с плакатом «Звезда удачи», ролевые игры (ситуации), медитативное упр. «Станем сильнее» (Фопель), создание собственной «Звезды удачи», обсуждение. Ритуал прощания.	2	Подвижные игры, ролевые игры, медитативное упражнение, создание тематической композиции «Звезда удачи».
32.	«Каким бы я хотел стать в будущем?» Ритуал начала занятия. Разминка, упр. «Взрослое имя» (Хухлаева), «Раньше и сейчас» (Хухлаева), рисунок «Я в настоящем, я в будущем», обсуждение, имажинативное упражнение «Волшебная лавка». Обсуждение. Ритуал прощания.	2	Когнитивные упражнения, элементы симолдрамы, беседа.
33.	«Хочу расти здоровым!» Ритуал начала занятия. Разминка, подвижные игры, беседа по теме, знакомство с методами оздоровления организма (правильное питание, дыхание, здоровый образ жизни), психогимнастические упр., «Овощи и фрукты», «Овощной/фруктовый салат». Обсуждение. Ритуал прощания «Солнечные лучики»	2	Подвижные игры, оздоровительные минутки (этюды), беседа по теме, психогимнастика.
34.	«Дерево счастья». Ритуал начала занятия. Беседа, психогимнастические медитативные упражнения «Волшебный лес», «Бабочки», создание творческой композиции «Дерево счастья» (вариант работы – работа с шаблонами «Драконовы ключи»). Визуализация «Счастливые моменты» (Фопель), обсуждение. Ритуал прощания «Ладочки».	2	Психогимнастика, медитативные упражнения, визуализация.
35.	«Путешествие в мир фантазий». Ритуал начала занятия «Цвет моего настроения», беседа. Арт-терапевтическая техника направленной визуализации: 1- настройка, 2- «Путешествие» (тема по желанию группы «Волшебный лес», «Тропический остров»), 3- создание творческой работы, 4-обсуждение. Ритуал прощания «Нити тепла».	2	Беседа, техника направленной визуализации, релаксация.
36.	Итоговое занятие с использованием элементов игротерапии. Ритуал начала занятия. Психогимнастические упр., игра «Путаница», «Пойми меня», игра-активатор «Стыковка», техника «Ниточная фантазия», упр. «Подарки по кругу», завершение занятий, получение обратной связи. Диагностическая методика «Красивый рисунок». Прощание с группой «Чемодан в дорогу».	2	Психогимнастика, арт-терапевтическая техника «Подарки по кругу». Прекрасная методика «Красивый рисунок». Рефлексия.
ИТОГО:		72ч	

Методическое оснащение:

- кабинет с достаточным местом для групповых занятий и подвижных игр;
- ковровое покрытие, либо коврики индивидуально для каждого ребёнка;
- аудио- и видеотехника;
- различные изобразительные средства (акварельные краски, гуашь, восковые мелки, цветные и простые карандаши, фломастеры, кисти, ватные палочки, губки, бумажные салфетки, стаканчики для воды);
- бумага для создания творческих работ (различных форматов, текстур);
- цветная бумага, цветной картон;
- пластилин, доски для лепки;
- материал для создания коллажей;
- бланки диагностических процедур, шаблоны рисунков;
- влажные салфетки для индивидуальной гигиены.

Литература.

1. Алексеева М.Ю. Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя. - М., 2003
2. Валанова Н.М. «Гармонизация личности младшего школьника творческим самовыражением с элементами арт-терапии. Профилактическая психолого-педагогическая программа». Журнал для работников образования «Метод-сборник», 2009.
3. Голубева М.В. Азбука цвета. Развитие творческих способностей у детей. - СПб, 2014.
4. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб, 2005.
5. Иванова О.Л., Васильева И.И. Как понять детский рисунок и развить творческие способности ребёнка. – СПб, 2011.
6. Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб, 2006.
7. Копытин А.И. Основы арт-терапии. – СПб, – 1999.
8. Копытин А.И. Диагностика в арт-терапии. Метод “Мандала”. М., 2009.
9. Копытин И.А., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. –М., 2007.
10. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб, 2003.
11. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция.- СПб, 2006
12. Новейшие технологии нейтрализации стрессов и оздоровления школьника. Автор – составитель В.В. Онишина . – М., 2008.
13. Осипук Э. Диагностические мандалы, используемые в консультативной практике (индивидуальный и групповой варианты). Газета Школьный психолог. №4, 2007
14. Психогимнастика в тренинге./Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб., 1999.

15. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие занятия. Автор-составитель Е.Д. Шваб.- Волгоград, 2011.
16. Самоукиа Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения, коррекционные программы. – Ярославль, 2002.
17. Сиротюк А.Л. Нейропсихологическое и психофизиологическое сопровождение обучения.- М., 2003.
18. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. – Ростов-на-Дону, 2005.
19. Собчик Л.Н. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера. – СПб, 2001.
20. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М., 1990.
21. Фопель К. Чтобы дети были счастливы. Психологические игры и упражнения. – М., 2005.
22. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения. – М., 2005.
23. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе. – М., 2006.
24. Шевченко М.А. Психологические цветные и рисуночные тесты для взрослых и детей. – М., 2016.

Электронные ресурсы:

1. Библиотека учебной и научной литературы Русского гуманитарного интернет – университета, режим доступа: <http://www.i-u.ru/biblio/default.aspx>
2. Виртуальная библиотека по психологии, режим доступа: <http://scitylibrary.h11.ru/Library.htm>
3. «Каталог психологической литературы», режим доступа: <http://www.psycatalog.ru>
4. PSYLIB: Психологическая библиотека «Самопознание и саморазвитие», режим доступа: <http://psylib.kiev.ua>
5. «Флогистон: Психология из первых рук», режим доступа: <http://flogiston.ru/library>
6. ПроШколу.ру - бесплатный школьный портал, режим доступа: <http://www.proshkolu.ru>
7. Журнал «Школьный психолог» выпускаемый издательским домом "Первое сентября", режим доступа: <http://psy.1september.ru/>