

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ПЕНЗЕНСКОЙ
ОБЛАСТИ «ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ,
МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
ПЕНЗЕНСКОЙ ОБЛАСТИ»**

**Потребности современных подростков
и школьное воспитание**

Методические рекомендации для педагогических работников школ

ПЕНЗА, 2024

Педагогические работники школ нередко сталкиваются с нежеланием школьников участвовать в мероприятиях, с их безразличием в отношении предлагаемых форм внеурочной деятельности. Одной из причин такой ситуации может быть несоответствие организуемой воспитательной работы потребностям школьников. Специфике отбора содержания и методов внеурочной деятельности с учетом потребностей подростков посвящена данная разработка.

Методические рекомендации адресованы педагогическим работникам.

Составитель: И.Ф. Смирнова, ст. методист ППМС центра ПО, к.п.н., доцент

В отечественной психологии источником активности личности принято считать ее потребности. Именно потребности побуждают человека действовать определенным образом и в определенном направлении. Потребность – это состояние личности, выражающее зависимость ее от конкретных условий существования.

Активность личности проявляется в процессе удовлетворения потребностей.

Потребности человека формируются в процессе его воспитания. У человека процесс удовлетворения потребностей выступает как активный, целенаправленный процесс овладения формой деятельности, определенной общественным развитием.

Потребности человека имеют общественно-личный характер.

По мере формирования личности, значительные изменения происходят и в мотивационно-потребностной сфере. Эти изменения касаются, как содержания побуждений, входящих в состав мотивационно-потребностной сферы (меняются интересы, стремления, убеждения и т.п.), так и структуры данной сферы.

Конечно, у каждого человека свои потребности. Но, так как основные потребности у подростков обусловлены возрастными особенностями развития, можно выделить типичные для школьников этого возраста потребности. При этом отличия будут в конкретных желаниях. То или иное конкретное желание может остаться неудовлетворенным, но потребности в целом должны быть удовлетворены.

В чем сущность типичных для подростков потребностей и их отличие от потребностей взрослых?

Дейл Карнеги образно и коротко сформулировал ключевое правило взаимопонимания и притяжения людей друг другу: «Я люблю землянику со сливками, но рыба почему-то предпочитает червяков. Вот почему, когда я иду на рыбалку, я думаю не о том, что люблю я, а о том, что любит рыба».

Можно применить это правило к обучению и воспитанию подростков. Нередко взрослые говорят, что современные школьники ничего не хотят, ничего не умеют, ничем не интересуются, кроме гаджетов.

Правило Карнеги применительно к ситуации с подростками работает так: если предлагаемое содержание и методы проведения творческих дел в рамках внеурочной деятельности соответствуют потребностям школьников, то их отношение к этим событиям будет активным и заинтересованным. Если же мнение и интересы подростков не рассматриваются как значимые,

то и желания в чем-либо участвовать не будет. В итоге подростки для одного учителя трудные, а другой с ними легко находит общий язык.

Причина в том, что один учитель полагается исключительно на свой авторитет, строгость, умение держать дисциплину, а другой исходит из потребностей детей, старается представить себя на их месте.

Как можно построить образовательный процесс в школе так, чтобы детям было интересно учиться и хотелось активно участвовать во внеурочных делах, а учителю не приходилось тратить силы на поддержание дисциплины?

Исходя из пирамиды потребностей А. Маслоу, люди имеют много различных потребностей, но их можно разделить на пять основных категорий:

- физиологические: голод, жажда, половое влечение и т.д.;
- потребности в безопасности: комфорт, постоянство условий жизни, чувство уверенности, избавление от страха и неудач;
- социальные: социальные связи, общение, привязанность, забота о другом и внимание к себе, совместная деятельность; познавательные потребности: знать, уметь, исследовать;
- престижные: самоуважение, уважение со стороны других, признание, достижение успеха и высокой оценки, служебный рост;
- духовные: познание себя, своих способностей и предназначения, самоактуализация, самовыражение, самоидентификация.

Каждый новый блок потребностей может быть удовлетворен при условии, если реализованы предыдущие. Взрослые стараются удовлетворять эти потребности в привычной последовательности. Физиологические потребности, потребность в безопасности, общение и т.д.

Взрослый человек ждет и от подростка такой градации потребностей. Поэтому для взрослых так важно, чтобы ребёнок убрал в комнате перед тем, как пойдёт гулять с друзьями, не приходил поздно, высыпался и т.п.

Но подростки воспринимают важность своих потребностей принципиально отлично от взрослых.

Отсюда вопросы взрослых: «Почему у тебя всё не как у людей?». Первостепенные потребности для подростков – это потребности в самореализации и самоутверждении в коллективе ровесников. Взрослые, конечно, это понимают, но чаще всего считают не самым важным. Последнюю ступень иерархии потребностей подростка занимают те, что связаны с физиологией и безопасностью.

Можно предположить причину этого. В родительской семье именно взрослые, а не подростки закрывают вопросы удовлетворения базовых

потребностей. Несовершеннолетние, как правило, с этим еще вплотную не сталкивались. В то же время подростки хотят и умеют самовыражаться. За счет этого они утверждаются в социуме.

Дальше система такая же: каждый новый уровень потребностей удовлетворяется при условии, если удовлетворены предыдущие. Если подростки успешно самовыражаются, они зарабатывают уважение сверстников. Если у них есть своя позиция в окружении, они приобретают друзей и эффективно решают вопросы общения и взаимодействия и так далее.

Они идут от обратной ступени. Для них в последнюю очередь важно, во сколько он лег спать и есть ли охрана в школе. У подростка формируется личность. Это основа его успешной самореализации, как в школьные годы, так и во взрослой жизни.

В силу этого взрослым необходимо исходить не из своих приоритетов, а исходя из актуальных потребностей самих подростков.

Всем, даже взрослым тяжело, если они не чувствуют уважения и признания со стороны окружающих. Так как отношение к себе у подростка ещё не полностью сформировано, он ориентируется во многом на внешнюю оценку, его потребность в уважении и признании по сравнению со взрослыми несколько преувеличена

Для подростков характерны потребности в уважении и признании, в том числе: безоценочном внимании и поддержке, общении и принятии сверстниками, умении уверенно отстаивать своё мнение, в четких (но не тесных) правилах и границах. развитии и обучении через «свой опыт», интересных жизненных событиях и удовольствии. творческом самовыражении и самореализации. постановке жизненных целей.

Чувство взрослости также усиливает потребность в признании и уважении. Если родители или педагоги не уважают подростка, он воспринимает это как отрицание своей взрослости, что вызывает возмущение подростка. Любая оценка ставит оценивающего выше оцениваемого, чем унижает его.

Для того, чтобы удовлетворить потребность подростка в уважении и признании, родителям и педагогам важно придерживаться идеи безоценочного общения с подростком, то есть избегать вербальных и невербальных оценок личности и поведения подростка.

Эта идея нередко встречает сопротивление у родителей. Часто безоценочное общение путают с отсутствием у родителя своей точки зрения на мысли и поведение подростка. Родитель может и должен иметь свой взгляд на слова и действия подростка. Мало того, родителю важно доносить

свою точку зрения до своих детей. И подростковый возраст – не исключение. Важно говорить об этом, пользуясь техникой «Я - высказываний». Безоценочная поддержка подразумевают положительное внимание к чувствам подростка в любой ситуации.

Общение и принятие сверстниками очень важно для подростков. Многими психологами интимно личностное общение со сверстниками признается ведущей деятельностью подросткового возраста. Однако далеко не все взрослые целенаправленно пытаются помочь подростку наладить общение со сверстниками и укрепить его авторитет в группе. Притом, что критика компании подростка – достаточно распространенное явление.

Подросток испытывает потребность в умении уверенно отстаивать свое мнение, в том числе (и в первую очередь), перед родителями. Однако, часто взрослые всячески пытаются подавить это в подростке, "поставить его на место". С учетом того, что родители с самого рождения были для ребенка непререкаемым авторитетом; научившись спокойно и уверенно отстаивать свое мнение перед ними, подросток научится отстаивать свое мнение в любой ситуации. Если же родители не позволят подростку отстаивать своё мнение, либо он (она) не будет уметь отстаивать свое мнение во взрослости (чаще такое наблюдается у девушек); либо он (она) будет крайне агрессивен в отстаивании своего мнения (неуверенность в себе, прикрытая агрессией), что будет делать его неприятным в общении (чаще такое наблюдается у парней); либо родители потеряют отношения с подростком.

Подростковый возраст можно охарактеризовать, как смену социальных связей, и главное место в развитии подростка начинает занимать именно социализация. Общество сверстников начинает преобладать над влиянием семьи. Подростки начинают активно отстаивать свое право на самостоятельность, ассоциируя ее с понятием «взрослость». Жизнь его проходит в совершенно разных областях, довольно сильно разграниченных между собой. Проще говоря, подросток включается в различные сферы социальной практики – такие, как семья, школа и группы сверстников.

В последнее время взрослые часто говорят, что дети ничего не хотят.

На самом деле это не совсем так. Подростки не хотят участвовать в тех мероприятиях, которые не соответствуют их интересам.

Некоторые взрослые считают, что 13-16 лет это «переходный возраст», поэтому его надо просто пережить, и все наладится. Однако, не все так просто, если мы потеряем доверие своих детей именно в этом возрасте, то мы рискуем и в дальнейшем не наладить их. Подростку важно знать, что его дома уважают, поддерживают.

Переход подростка от детства к взрослости составляет основное содержание и специфическое отличие всех сторон его развития в этот период – физического, умственного, нравственного, социального.

В условиях динамично развивающейся жизни серьезных изменений во всех сферах школа и семья должны перестраивать свои отношения с подростком, помогая ему преодолевать естественные трудности роста. А их довольно много. Вчера еще послушный вежливый подросток вдруг начинает проявлять грубость, резкость, упрямство, недисциплинированность. Беспрекословно принимавший ранее указания, требование взрослых, он теперь относится к ним избирательно-критически, считает, что эти требования должны быть достаточно аргументированы и логически обоснованы (с его точки зрения). У него появляется собственное мнение (к удивлению и огорчению учителей и родителей нередко расходящееся с общепринятым) преувеличенное представление о собственном достоинстве, необъяснимая обидчивость. Все это нервирует взрослых, нередко выбивает их из колеи, приводит к конфликту с подростком.

Невозможность удовлетворить значимые для подростков потребности приводит к возникновению ряда проблем, в том числе:

1. Сложности в дружеских отношениях и любви.
2. Отношения с родителями и другими взрослыми («не разрешают, не отпускают, не понимают, не дают, заставляют» и т. п.).
3. Проблемы самооценки и развития характера (недовольство собой, своим внешним видом и поведением).
4. Ощущение перегрузки, усталость (неумение контролировать желания и организовывать свое время, неумение учиться; физические недомогания, связанные с перестройкой организма).
5. Проблемы с учебой (снижение успеваемости, нежелание учиться).
6. Выбор жизненного пути (где продолжать учебу, выбор профессии).
7. Проведение досуга.

Школа выступает как немаловажный компонент социального развития. Основная функция школы состоит в том, чтобы сделать процесс взросления менее болезненным для самого ребенка. Включение его в активную деятельность коллектива формирует необходимые навыки общения, сотрудничества и четкой субординации. Роль педагога в этом случае – роль лидера, который организует и курирует работу всего класса.

Как и за счет чего можно привести в соответствие внеурочную деятельность с потребностями подростков?

1. Безусловное принятие подростка, которое проявляется в понимании и позитивном отношении. Подросток должен быть уверен, что его любят независимо от успехов и неудач, и не сравнивают с другими.

2. Отношения должны быть естественными, чувства неподдельными и реакции на чувства ребенка искренними.

3. Обращаясь к подростку, следует использовать вежливые просьбы, избегая приказов и прямых инструкций.

4. Относиться к подростку нужно как к взрослому, советоваться с ним, прислушиваться к мнению, особенно если речь идет о его потребностях или о его будущем.

5. Если случается неприятность, необходимо разбираться совместно, внимательно выслушав подростка.

Правильно организованная работа всего педагогического состава поможет ребенку самореализоваться посредством какого-либо конструктивного вида деятельности, направить свою энергию в социально полезное русло. Неверно представлять педагогический процесс как противостояние амбиций, где амбиции педагогов сталкиваются с весьма болезненным самолюбием подростка. Подобное отношение может привести к ухудшению поведения и девиантным проявлениям.

Какая последовательность педагогической деятельности на уровне класса необходима для организации воспитания на основе значимых для подростков потребностей?

1. Изучение педагогическими работниками школы значимых потребностей, интересов, мотивов школьников, их отношения к традиционному сложившимся в школе видам внеурочной деятельности.

2. Анализ содержания внеурочной деятельности с точки зрения его соответствия потребностям школьников и степени востребованности предлагаемых подросткам мероприятий.

3. Сбор и анализ предложений подростков об изменении содержания и методов организации внеурочной деятельности.

4. Корректировка содержания воспитательной работы классного руководителя с учетом предложений школьников.

5. Мотивация школьников к организации и включению в классные творческие дела.

6. Организация анализа по итогу проведения творческих дел на уровне подростков.

7. Обсуждение необходимых корректировок в подготовке следующих творческих дел с учетом «уроков» прошедшего.

Для подростка необходима возможность активно проявить себя в ситуациях общения, совместной деятельности. Подростку очень важно быть вместе со сверстниками. Для него значимо не только то, что он делает, но и не менее важно, с кем и как это делает.

Подростки с успехом могут освоить логику групповой работы. Им нравится быть активными. Они радуются, когда получается внести свой вклад в общий результат деятельности группы, нравится, когда его выбирают сверстники для групповой работы.

Поэтому можно и нужно организовывать активное взаимодействие подростков во внеурочной деятельности с использованием дискуссионных форм воспитательной работы. Дебаты, диспуты и дискуссии позволяют развивать умение задавать и отвечать на вопросы, воспитывать терпимость к другим точкам зрения, формируют критическое мышление, помогают подростку преодолеть неуверенность при публичном выступлении, совершенствуют навыки саморегуляции и самоконтроля в процессе проведения дискуссии

Современные подростки имеют широкий кругозор. Им интересно узнавать и исследовать что-то новое. Подросток продолжает познавать мир людей и отношений, мир предметов, мир профессий. Но он в случае необходимости обращается за помощью, как правило, не к взрослым как носителям интересующей информации,

Всё, что ему любопытно, он ищет в Интернете. Школьники ходят не в библиотеку, а на сайты, они читают тексты не столько в книгах, сколько в интернете, они не переписывают информацию, а фотографируют её, они ходят на свидание по скайпу, у них основная игрушка – это компьютер с безграничными социальными сетями, форумами и играми.

Познавательные потребности у подростков дифференцированы и зависят от способностей, от личных интересов, от личности учителя, от профессии родителей, поэтому не может быть одинакового интереса ко всем урокам и мероприятиям, но интерес возникает не только к содержанию предмета, но и к формам и методам работы, используемым учителем. И всегда в приоритете будут те педагоги, которые применяют проблемные методы обучения и информационно-коммуникационные технологии.

Кругозор влияет на множество аспектов взросления личности. Человек с богатым кругозором имеет гораздо больше шансов найти себя в профессии, чем тот, у которого нет стремления узнавать что-то новое. Широкий кругозор помогает смотреть на окружающий мир под разными углами, задавать вопросы, знакомиться с множеством точек зрения, понимать

их и формировать свою точку зрения. Только в процессе познания человек может ответить для себя на главные в жизни вопросы: «Кто я? Чем хочу заниматься, какие у меня ценности?».

Для расширения кругозора можно использовать самые разные формы внеурочной деятельности.

Образовательный челлендж. Образовательный челлендж – это форма работы, ориентированная на создание системы сотрудничества между участниками образовательного процесса через систематическое выполнение определённых заданий в установленные сроки. В переводе с английского данное слово означает «вызов». Это своеобразная игра. Участник выполняет ряд заданий разного уровня сложности. В основе челленджа всегда действие, которое должно быть интересным и эмоциональным с элементами состязательности.

Он позволяет за небольшой срок реализовать даже сложные познавательные задачи, разбив их на части, и сделать это в максимально привлекательной для учащихся форме. В поисках новой информации для формулировки возможных заданий достаточно присмотреться к вещам, которые вас окружают: Знаете ли вы, как придумали зеркало? Зачем задувать свечки на торте в день рождения? Как круглая луна становится месяцем и наоборот?

Интеллектуальная игра – это реальная деятельность, целенаправленно организуемая для отдыха, обучения и развития обучающихся, которая основывается на применении участниками игры своего интеллекта, эрудиции, умение нестандартно мыслить, применять знания, полученные на занятиях и добытые самостоятельно, в необычной для обучающихся ситуации.

Целью интеллектуальных игр является развитие познавательного интереса к различным разделам науки, выявление самых эрудированных обучающихся, поддержание эмоционального настроения и положительной мотивации к обучению. Интеллектуальные игры для обучающихся должны:

- быть интересной, увлекательной, воспитывать у обучающихся дух соперничества, учить не бояться конкуренции;
- соответствовать оптимальной сложности;
- обеспечивать мыслительную, познавательную активность обучающегося;
- включать операции сравнения, сопоставления, обобщения, ведущих к активизации аналитической деятельности обучающихся;
- включать парадоксальные вопросы для стимулирования эмоциональных реакций;

- стать интересным моментом в жизни, а не наказанием.

Законы интеллектуальной игры должны строиться по принципу: минимум зрителей – максимум задействованных.

Для расширения кругозора подростков необходимы следующие условия:

Не ограничивать интересы ребёнка. Нужно показать, что в мире много разных занятий, которые могут быть ему интересны.

Развивать познавательный интерес. Можно вместе с подростком, смотреть лекции, учить искать полезную информацию в интернете.

Развивать умение фокусироваться на одной задаче.

Правильно отдыхать: поездки и путешествия, эмоционально насыщенные дни и, наоборот, дни спокойствия и тишины.

Не оставлять вопросы без ответа. Заниматься творчеством. Курсы по искусству или танцам помогут ребёнку не заикнуться на чём-то одном и развить кругозор.

Использовать комплексный подход. Нужно показывать, что в мире всё взаимосвязано: физика и футбол, литература и математика, кулинария и спорт.

Подростковый возраст можно охарактеризовать, как смену социальных связей, и главное место в развитии подростка начинает занимать именно социализация. Общество сверстников начинает преобладать над влиянием семьи. Подростки начинают активно отстаивать свое право на самостоятельность, ассоциируя ее с понятием «взрослость». Жизнь его проходит в совершенно разных областях, довольно сильно разграниченных между собой. Проще говоря, подросток включается в различные сферы социальной практики – такие, как семья, школа и группы сверстников.

Школа выступает как немаловажный компонент социального развития. Основная функция школы состоит в том, чтобы сделать процесс взросления менее болезненным для самого ребенка. Включение его в активную деятельность коллектива формирует необходимые навыки общения, сотрудничества и четкой субординации. Роль педагога в этом случае – роль лидера, который организует и курирует работу всего класса.

Социальная практика – это такой вид социального проектирования, в ходе которого, во-первых, идёт освоение, отработка социальных умений и навыков подростков посредством социального взаимодействия с различными людьми, специалистами, сверстниками в различных ситуациях и, во-вторых, происходит познание школьниками не внешней,

демонстрируемой, заявляемой стороны социальной действительности, а внутренней, сущностной, часто скрытой, неочевидной и противоречивой.

Цель социальной практики состоит в переосмыслении и даже проблематизации той информации о социальном объекте, которая уже есть у школьника.

Задачи социальной практики:

- вхождение, встраивание школьника в работающую социальную структуру, учреждение, экстренную службу;
- интерактивное знакомство с действующим социальным объектом;
- выполнение практических действий, характерных для содержания деятельности данного объекта, но непременно рядом с взрослым, вместе с ним и под его руководством (характер опеки со стороны взрослого определяется степенью сложности социального объекта и гарантированным уровнем безопасности практиканта «внутри» объекта);
- сбор такой информации о социальном объекте, которая не является очевидной;
- описание работы социального объекта в логике совпадения или несовпадения собственных ожиданий практиканта и того, что оказалось в действительности;
- рефлексия практикантом своей деятельности.

Объектами социальной практики (как и всего социального проектирования) могут быть:

- социальные институты и учреждения (учреждение по оказанию муниципальных услуг, больница, станция скорой медицинской помощи, отделение Пенсионного фонда);
- социальная среда (детская или спортивная площадка, парк, городской ландшафт);
- социальные отношения (отношение к детям-сиротам, к пожилым людям, к потребителям различных услуг);
- социальные явления (сиротство, детская беспризорность, наркомания). Подросток имеет некоторый опыт взаимодействия с этими объектами, подчас – весьма поверхностный. В ходе социальной практики происходит уточнение, конкретизация того, что является содержанием социальной деятельности, объекта, явления. Продуктом социальной практики могут стать те социальные проблемы, противоречия в существовании социальных объектов, которые осознал подросток. Социальная практика для подростков – это вид деятельности, в ходе которой возникают ситуации, способствующие приобретению социального опыта. Такие ситуации могут возникать в результате формального общения и совместной деятельности

подростков с представителями различных профессий, а также самостоятельного поиска в школе или во внешнем мире. Примеры социальной практики для подростков:

- работа в трудовых отрядах по благоустройству дворов, улиц города; озеленение и обустройство парков;
- выполнение реальных заказов в школьных мастерских;
- помощь и забота о тех, кто нуждается в ней (дети – в Детских домах, пожилые люди – в Домах престарелых, малообеспеченные люди, животные и т. д.).

Социальная практика помогает подросткам найти для себя различные способы выстраивания делового общения, изучать современный социум и находить своё место в нём, узнать об интересующей профессии, получить ремесленные навыки и т. д.

Примерные темы для социальных практик:

1. Материал для школьной газеты.
2. Школьная столовая.
3. Школьный медицинский кабинет.
4. Минутка здоровья (физкультурная пауза) в начальных классах.
5. Активная перемена.
6. Новые отношения (установить отношения с «новым» человеком: сверстником, взрослым).
7. Обращение в учреждение (войти в контакт с официальным лицом по социальной проблеме).
8. Новое решение (новый вариант поведения в типичной ситуации общения).
9. Интервью для печати (школьной, районной, городской).

Сейчас в школьной практике широко используется проектная деятельность, и в этом есть рациональное зерно, так как выполнить проект – это не только собрать материал, необходимую информацию по теме, но и применить добытые знания на практике, например: провести экскурсию, оформить стенды, подготовить видео- или фотосъёмку, озвучить видеofilm, привлечь родителей, представителей социума, организовать встречи.

Проектная деятельность – это совместная учебно-познавательная, творческая или игровая деятельность учащихся, имеющая общую цель, согласованные методы и способы деятельности, направленная на достижение общего результата.

Проектная деятельность включает в себя следующие этапы:

Анализ проблемы.

Постановка цели.

Выбор средств для достижения цели.

Поиск и обработка информации, её анализ и синтез.

Оценка полученных результатов и выводов.

Проектная деятельность является одним из методов развивающего обучения. Она направлена на выработку самостоятельных исследовательских умений, развитие творческих способностей и логического мышления, а также на объединение знаний, полученных в ходе учебного процесса.

Результаты проектной деятельности всегда конкретны. Например: WEB сайт, атлас, карта, видеофильм, стенд, выставка, газета, журнал, справочник, игра, коллекция, костюм, модель, музыкальное произведение, оформление кабинета, спектакль, праздник, прогноз, система школьного самоуправления, научно-исследовательская работа, экскурсия и др.

Это лишь примерный перечень возможных форм и методов внеурочной деятельности, соответствующих возрастным особенностям, в том числе потребностям, подростков. Безусловно, в конкретном классе у школьников будут свои интересы и предпочтения, которые имеет смысл максимально учитывать при отборе содержания внеурочной деятельности.

Использованные источники

1. <https://cyberleninka.ru/article/n/obrazovatelnyy-protsess-s-uchyotom-potrebnostey-podrostka>
2. https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2001_n4/pse_2001_n4_Lukjanova.pdf
3. <https://koiro.edu.ru/activities/nauchno-metodicheskaya-deyatelnost/redaktsionno-izdatelskaya-deyatelnost/spisok-literatury-izdannoy-koiro/2019/Vospitanie%20podrostkov.pdf>
4. https://www.b17.ru/article/podrostkiroditeli_potrebности/
5. <https://infourok.ru/vospitanie-na-osnove-potrebnostey-cheloveka-964066.html>
6. <https://mel.fm/blog/alex-palkevich/53294-u-nikh-vsegda-vse-vverkh-dnom-potrebnosti-podrostka>
7. <https://pmu75.ru/images/docs/psy-vospitanie-podrostkov.pdf>

Сообщество ВКонтакте
ППМС центр Пензенской области



Методические рекомендации/комплекты

ППМС центра Пензенской области



Региональные/Федеральные

