

## 1. ДНЕВНИК

В общей переписке чата вы обнаруживаете следующее сообщение:

Т.: Приветик!!! у меня так.. Кое что... Я завела личный дневник 3 года назад... Но мама его нашла и прочитала за последние 5 месяцев ... А там такое было... 😞 Мама не чего не говорила, но я заметила, что дневник кто-то читал ... 😞 Я заведу завтра новый дневник... 🙄🙄. И сегодня заведу подставной дневник 🙄😞 там буду писать все положительно даже то что мне не нравится... А в реальном все будет по реале!!! 😞😞 как бы мама не нашла мой реальный дневник!!!! 😞😞 И что же мне делать????!!!!!!

### Задание:

1. Обсудите в группе содержание сообщения. Прокомментируйте приведенное сообщение в 5-6 предложениях.
2. Покажите сообщение Т. своим родителям. Поинтересуйтесь, что они думают по этому поводу. Сравните позицию вашей группы и позицию родителей, укажите, чем они схожи и чем отличаются.
3. Предположите, что, скорее всего, беспокоит девочку на самом деле. Как бы вы ответили Т. в чате? Объем ответа не должен превышать 7-8 предложений.

## 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АЗБУКА

Вашей команде предстоит принять участие в издательском проекте, цель которого – выпустить психологическую азбуку для взрослых в стихах и картинках. Психологическая азбука для взрослых должна содержать самые важные психологические понятия, касающиеся взаимоотношений с подростками.



Ни одно из психологических понятий в азбуке не должно быть сформулировано буквально – смысл его должен передаваться иносказанием.

### Задание:

1. Выберите в ходе обсуждения в группе пять важнейших, на ваш взгляд, психологических понятий, знания которых (владения которыми) взрослым остро не хватает.
2. Выберите из списка три понятия, которые начинаются на разные буквы.
3. Придумайте стихотворный фрагмент (2- 4 строки), ярко иллюстрирующий каждое понятие. Фрагмент должен хорошо запоминаться. Изобразите подходящий рисунок.

### 3. ПРОИГРАТЬ И ПОБЕДИТЬ

Хирург накануне сложной операции прокручивает в уме свои действия, а летчик представляет шаги летного задания. В подготовке боксеров есть такое упражнение, как «бой с тенью», когда ты сражаешься не с настоящим, а с воображаемым противником.



Проверьте гипотезу о том, что мысленное проигрывание того, что ты собираешься сделать, улучшает выполнение этого действия.

#### Задание:

1. Выберите несколько сложных действий, выполнение которых дается членам вашей группы с трудом.
2. Распределите эти действия между собой для проверки гипотезы. Каждый может выбрать действие, в котором он хотел бы усовершенствоваться. Оцените успешность выполнения действия перед началом эксперимента.
3. Прodelайте опыт по мысленному проигрыванию действия, которое вы выбрали. Оцените успешность выполнения действия после мысленной репетиции.
4. Поделитесь с членами группы своими наблюдениями, опишите свои ощущения в ходе проведенного вами опыта. Действительно ли мысленное проигрывание улучшило выполнение действия и насколько?
5. На 1-2 слайдах кратко опишите проведенную вами работу, укажите, кто какие действия выполнял, каковы результаты эксперимента. Объясните полученные вами результаты.
6. Для каких действий мысленное проигрывание эффективно, для каких – нет?