

Управление образования администрации
Собинского муниципального округа Владимирской области
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Собинского муниципального округа
Центр дополнительного образования

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Владимирской области «Муромцевский лесотехнический техникум»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ ВО
«Муромцевский
лесотехнический техникум»
_____ В.Г.Соболев

Приказ № _____
«__» _____ 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБУ ДО ЦДО
_____ И.А. Михайлова
Приказ от 02 сентября 2025г. № 157/1
от «02» сентября 2025 г.

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 4 от «02» сентября 2025г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Апекс»

Направленность: естественно-научная

Возраст обучающихся: 16-17 лет

Срок реализации: 1 год

Уровень программы: продвинутый

Авторы:

Копцева Алла Юрьевна, педагог
дополнительного образования МБУ ДО ЦДО,
Стратонова Анастасия Михайловна,
заместитель директора по воспитательной
работе ГБПОУ ВО МЛТ

Собинка, Муромцево 2025

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель и задачи программы.....	5
1.3. Содержание программы.....	6
1.4. Планируемые результаты.....	8

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график.....	9
2.2. Условия реализации программы	9
2.3. Формы аттестации	10
2.4. Оценочные материалы	10
2.5. Методические материалы.....	10
2.6. Список использованной литературы.....	11
Приложения.....	16

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Апекс», далее – программа, является нормативным документом, содержащим максимально полную информацию о предлагаемом детям дополнительном образовании естественно-научного направления, имеющим конкретные образовательные цели и диагностируемые образовательные результаты.

Собственная концепция в построении материала позволяет отнести ее к авторским.

Нормативно-правовое обеспечение программы

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 2. Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
 3. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г №678-р "Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года"
 4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно- эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
 5. Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые)»;
- Распоряжение Администрации Владимирской области от 02 августа 2022 года № 735-р «Об утверждении Плана работы и целевых показателей Концепции развития дополнительного образования детей во Владимирской области до 2030 года»
6. Положением о реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в сетевой форме МБУ ДО ЦДО от 22.06.2022 г. № 81.

Направленность: социально-гуманитарная.

Актуальность программы. Данная программа призвана помочь одаренной старшекласснице сделать обдуманый профессиональный выбор с учетом кадровых возможностей своего региона.

Новизна программы состоит в том, что она рассчитана на профессиональную ориентацию ребенка, реализуется в форме сетевого взаимодействия двух

образовательных организаций – МБУ ДО Собинского м.о. Центр дополнительного образования и ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум».

Обучающаяся по программе осваивает теоретический материал программы на базе МБУ ДО ЦДО, в качестве практического компонента организуются выезды в ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум», в ходе которого предоставляется возможность принять участие в профессиональных пробах по 2-м профессиям лесного профиля, познакомиться с ведущим учреждением профессионального образования в своем направлении во Владимирской области.

Педагогическая целесообразность программы.

Программа решает профориентационные задачи, помогает сделать обоснованный и грамотный выбор своего жизненного и профессионального пути, опираясь на выявленную профессиональную предрасположенность с учетом имеющегося кадрового дефицита региона.

Отличительной особенностью программы является модульное структурирование содержания программы.

Каждый модуль является структурной единицей образовательной программы, и имеет определенную логическую завершенность по отношению к результатам обучения. В программу входят 2 модуля. На базе МБУ ДО ЦДО изучаются блоки: «Введение в курс «Мир профессий естественно-научного профиля», «Погружение в профессию» как составляющие МОДУЛЯ №1. Содержание этого модуля направлено на формирование представлений у обучающихся о способах и приемах профессиональной ориентации и личной идентификации себя как будущего специалиста с учетом личностных особенностей и профессиональной предрасположенности.

На базе ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум»: «Муромцевский лесотехнический техникум – территория возможностей», «Профессиональные пробы по специальностям: «Лесное и лесопарковое хозяйство» и «Оператор БПЛА», как составляющие МОДУЛЯ №2. Его содержание поможет ребенку попробовать себя в конкретной обстановке, «примерить на себя» возможность получения профессии в лесной отрасли.

Адресат: одаренный ребенок – Большакова Виктория, 16 лет. Обучающаяся занимается в объединениях МБУ ДО ЦДО 2-й год. В 2024-25 учебном году, занимаясь по программе «ЭкоСтарт» продемонстрировала хорошие способности, дисциплинированность, трудолюбие. Принимала участие в областном и Всероссийском этапах конкурса юных исследователей окружающей среды. Стала победителем областного этапа и участником Всероссийского. В областном юниорском лесном конкурсе «Подрост» стала призером 2 степени. На областном конкурсе «Вектор познания» заняла 1 место. Принимала участие в областном слете юных лесоводов.

Объем и срок освоения программы. Программа рассчитана на 108 часов. Периодичность занятий – сентябрь 2025 г. – май 2026 г.

Формы и методы обучения. Формы организации образовательного процесса: индивидуальная, очная.

Главные виды практической деятельности - экскурсии на предприятия и в учебные заведения, мастер-классы, профессиональные пробы, встречи с представителями разных профессий, тренировки.

Формы организации теоретических учебных занятий: беседы, дискуссии, консультации, презентации.

Методы обучения: проблемный, проектный и др.

Методы воспитания: стимулирование, мотивация.

Педагогические технологии: личностно-ориентированное обучение и воспитание.

Условия реализации программы. Программа предусматривает взаимодействие в образовательном процессе специалистов следующих сетевых партнеров: МБУ ДО Собинского района ЦДО и ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум».

Реализация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Апекс» осуществляется на основании договора о сетевой форме реализации программ между МБУ ДО ЦДО и ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум».

Режим занятий:

1 раз в неделю по 3 часа, недельная нагрузка 3 ч.

Количество обучающихся: 1 человек.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: формирование у одаренного ребенка компонентов готовности к профессиональному самоопределению в естественно-научном направлении.

Задачи:

1. Образовательные задачи:

- Систематизировать знания о классических (химик, физик, геолог, биолог, астроном) и междисциплинарных (биофизик, биохимик, геохимик, экотехнолог) естественно-научных специальностях.
- Раскрыть сущность и содержание прикладных направлений работы в промышленности, медицине, ветеринарии, экологии, сельском хозяйстве, IT, кинологии, ландшафтном дизайне и флористике.
- Сформировать представление о типовом карьерном пути в естественно-научной сфере (от лаборанта к технологу и ученому) и возможностях трудоустройства, в том числе в высших учебных заведениях.
- Изучить требования к абитуриентам образовательных учреждений естественно-научного направления (перечень вступительных экзаменов).

2. Практико-ориентированные задачи:

- Познакомить со специальностями лесного профиля, которые можно получить в МЛТ.
- Обеспечить получение первичного профессионального опыта через профессиональные пробы по специальностям «Инженерия лесопользования и лесовосстановления», «Оператор БПЛА» и профессии «Лаборант».

- Организовать экскурсии на предприятия естественно-научного профиля (ветклиника, больница, фермерское хозяйство) для знакомства с реальными условиями труда.

3. Воспитательные и развивающие задачи:

- Стимулировать участие в конкурсных и чемпионатных мероприятиях (слет лесоводов, конкурсы «ЮИОС», «Подрост», «Профессионалы»).
- Воспитывать ответственное отношение к природным ресурсам и интерес к научно-исследовательской деятельности.
- Развивать soft skills (критическое мышление, работа в команде, проектное мышление) через подготовку и участие в мероприятиях модуля.

1.3. Содержание программы

Учебный план

№ п/п	Тема, часы	Общее кол-во часов	В том числе		
	Тема занятий		Теория	Практика	Форма аттестации
1.	Вводное занятие				
	Введение в программу. Инструктаж по т/б в условиях кабинета и в лесу.	2	2	-	Беседа
МОДУЛЬ №1					
2.	Мир профессий естественно-научного профиля				12
2.1	Классические естественно-научные специальности. Химик. Физик. Геолог. Биолог. Астроном. Междисциплинарные направления естественно-научных специальностей. Биофизик, биохимик, геохимик, экотехнолог	3	3	-	Тестирование, опрос
2.2	Прикладные направления работы. Промышленность. Медицина. Ветеринария. Экология. Почвовед. Агроном. Образование. IT-сектор. Кинолог. Ландшафтный дизайнер. Флорист.	3	3	-	
2.3	Карьерный путь в	3	3	-	

	специальностях естественно-научного направления (лаборант, технолог, ученый) Возможности трудоустройства во ВО				
2.4	Образовательные учреждения естественно-научного направления. Требования к абитуриентам. Экзамены	3	3	-	
МОДУЛЬ №2					
3	МЛТ – территория возможностей				18
3.1	Профессии лесного профиля. Специальности, которые можно получить в МЛТ.	6	-	6	Педнаблюдение
3.2	Профессиональная проба по специальности «Инженерия лесопользования и лесовосстановления»	6	-	6	
3.3	Профессиональная проба по специальности «Оператор беспилотных летательных аппаратов»	6	-	6	
4	Погружение в профессию через экскурсии и пробы				16
4.1	Экскурсия в ветеринарную клинику	4	-	4	Педнаблюдение
4.2	Экскурсия в районную больницу	4	-	4	
4.3	Экскурсия на фермерское хозяйство	4	-	4	
4.4	Профессиональная проба по профессии «Лаборант» на базе ВНИИКР	4	-	4	
5	Конкурсная и чемпионатная деятельность				60
5.1	Подготовка на базе ГКУ «Собинское лесничество»	12	-	12	Сдача нормативов
5.2	Участие в областном слете лесоводов	16	-	16	Результативность
5.3	Участие в областном конкурсе ЮИОС	4	-	4	Результативность
5.4	Участие в областном конкурсе «Подрост»	4	-	4	Результативность

5.5	Участие в Регионального этапа Чемпионата по профессиональному мастерству «Профессионалы»	24	-	24	Результативность
ИТОГО:		108	14	94	

Содержание учебного плана

Вводное занятие (2 ч.)

Введение в курс. Инструктаж по технике безопасности при занятиях в природных условиях и в учебном кабинете. Входное тестирование по определению личных ожиданий в профессиональной деятельности (первая версия). Собственный ранжированный список предпочитаемых профессий.

ТЕМА 1: Мир профессий естественно-научного профиля

Лекционно-семинарский блок

- 1.1. Классические («чистые») науки:
 - Химик: Изучение веществ, их свойств и превращений. Направления: аналитическая, органическая, неорганическая химия. Работа в НИИ, контролирующих органах (Роспотребнадзор, Росстандарт).
 - Физик: Исследование фундаментальных законов Вселенной. Направления: ядерная физика, квантовая механика, оптика, физика твердого тела. Работа в научных центрах (например, РАН), в высокотехнологичных компаниях.
 - Геолог: Изучение строения Земли, поиск и разведка месторождений полезных ископаемых. Работа в полевых и камеральных условиях.
 - Биолог: Исследование живой природы. Направления: зоология, ботаника, генетика, микробиология. Работа в НИИ, заповедниках, фармацевтических компаниях.
 - Астроном: Изучение космических объектов и явлений. Работа в обсерваториях, научных институтах.
- 1.2. Междисциплинарные направления (на стыке наук):
 - Биофизик: Изучение физических и физико-химических процессов в живых организмах.
 - Биохимик: Исследование химического состава и процессов, лежащих в основе жизнедеятельности.
 - Геохимик: Изучение химического состава Земли, миграции химических элементов в недрах.
 - Экотехнолог: Разработка и внедрение технологий для защиты окружающей среды, очистки стоков, утилизации отходов.

- 1.3. Прикладные направления:
 - Промышленность: Химик-технолог, инженер-физик, специалист по контролю качества.
 - Медицина/Ветеринария: Врач-лаборант, биофизик (медицинская физика), фармацевт, ветеринарный врач.
 - Экология/Сельское хозяйство: Эколог, почвовед, агроном, лаборант химико-бактериологического анализа.
 - Другие сферы:
 - IT-сектор: Биоинформатик, химик-программист (моделирование молекул), геоинформатик.
 - Кинолог: Специалист по служебному собаководству, использует знания зоологии и генетики.
 - Ландшафтный дизайнер / Флорист: Использует глубокие знания ботаники, почвоведения и экологии.
- 1.4. Карьерный путь и образование:
 - Карьерная лестница: Лаборант → Технолог / Инженер → Ведущий специалист / Руководитель проекта → Ученый (кандидат/доктор наук).
 - Трудоустройство в ВО: Возможность работы лаборантом, инженером, аспирантом, научным сотрудником, преподавателем в вузе.
 - Образовательные учреждения: Вузы (университеты, академии), колледжи (в т.ч. МЛТ).
 - Требования к абитуриентам: Ключевые экзамены ЕГЭ – Математика (профиль), Русский язык, Физика / Химия / Биология / Информатика (в зависимости от специальности).

ТЕМА 2: МЛТ – территория возможностей

Знакомство с колледжем и его специальностями

- 2.1. Профессии лесного профиля в МЛТ:
 - Презентация специальностей колледжа: «Лесное и лесопарковое хозяйство», «Садово-парковое и ландшафтное строительство», «Инженерия лесопользования и лесовосстановления» и др.
 - Встречи с преподавателями и студентами.
- 2.2. Профессиональные пробы (практикумы):
 - «Инженерия лесопользования и лесовосстановления»: Практическое занятие. Знакомство с таксацией леса (измерение деревьев, определение запаса древесины), основами лесовосстановления (посадка семян).
 - «Оператор беспилотных летательных аппаратов (БПЛА)»: Мастер-класс. Изучение основ пилотирования дронов, их применения в

лесном хозяйстве для мониторинга пожаров, лесовосстановления и охраны территорий.

ТЕМА 3: Погружение в профессию через экскурсии и пробы

Выездные практические мероприятия

- 3.1. Экскурсии на предприятия:
 - Ветеринарная клиника: Знакомство с работой ветеринарного врача, лаборанта, хирурга. Наблюдение за процессами диагностики и лечения животных.
 - Районная больница: Посещение клинично-диагностической лаборатории. Беседа с врачом-лаборантом о роли анализов в постановке диагноза.
 - Фермерское хозяйство: Знакомство с работой агронома, зоотехника, ветеринара. Изучение современных технологий в сельском хозяйстве.
- 3.2. Углубленная профессиональная проба:
 - «Лаборант» на базе ВНИИКР (Всероссийский научно-исследовательский институт карантина растений): Практическое занятие в реальной лаборатории. Учащиеся под руководством специалистов проводят простейшие анализы (например, микроскопирование образцов растений для выявления вредителей).

ТЕМА 4: Конкурсная и чемпионатная деятельность

Демонстрация навыков и профессиональный рост

- 4.1. Подготовительный этап:
 - Подготовка на базе ГКУ «Собинское лесничество»: Теоретическая и практическая подготовка к конкурсам лесного профиля: изучение видов деревьев и кустарников, основ лесоводства, правил тушения лесных пожаров.
- 4.2. Участие в мероприятиях:
 - Областной слет лесоводов: Командные соревнования по лесным дисциплинам (определение растений, вредителей, соревнования по лесной эстафете).
 - Областной конкурс ЮИОС (Юные исследователи окружающей среды): Защита индивидуальных исследовательских проектов по экологии, биологии, химии.
 - Областной конкурс «Подрост» («За сохранение природы и бережное отношение к лесным богатствам»): Презентация проектов и исследовательских работ в области лесоведения и лесоводства.

- Региональный этап Чемпионата «Профессионалы»: Участие в соревнованиях по стандартам WorldSkills по компетенциям, связанным с естественными науками (например, «Агрономия», «Лабораторный химический анализ»).

1.4. Планируемые результаты

По завершению Модуля №1 обучающийся будет знать:

- Классификацию профессий естественно-научного цикла (классические, междисциплинарные, прикладные).
- Основные обязанности и сферы деятельности специалистов: химика, геолога, биолога, экотехнолога, лаборанта, агронома, ветеринара, инженера лесного хозяйства, оператора БПЛА.
- Возможные ступени карьерного роста в научной и прикладной сферах.
- Перечень вступительных испытаний (ЕГЭ) для поступления на естественно-научные специальности.
- Конкретные специальности лесного профиля, предлагаемые МЛТ.

По завершению модуля обучающийся будет уметь:

- Анализировать и сравнивать различные профессии естественно-научного направления, выделяя их специфику.
- Ориентироваться в образовательных учреждениях и их требованиях к абитуриентам.
- Выполнять простейшие профессиональные действия в рамках проб (например, основы таксации леса, управление БПЛА в учебных целях, проведение лабораторного анализа по инструкции).
- Составлять индивидуальную образовательную и карьерную траекторию на основе полученных знаний.

По завершению Модуля №2 обучающийся приобретет опыт (будет применять на практике):

- Участия в профессиональных пробах и экскурсиях с последующей рефлексией.
- Работы с профессиональным оборудованием (лабораторное оборудование ВНИИКР, БПЛА).
- Подготовки и презентации своих достижений на конкурсах и чемпионатах.
- Взаимодействия с профессионалами-практиками (специалисты лесничества, врачи, ветеринары, технологи).

Личностные результаты:

- Повышение уровня осознанности в выборе будущей профессии.
- Формирование мотивации к углубленному изучению естественно-научных дисциплин.
- Развитие профессиональной идентичности и понимания своего потенциала в рамках естественно-научной сферы.
- Ответственное отношение к выполнению практических заданий и проектов.

Условия реализации модуля №1:

Содержание модуля реализуется педагогическим работником МБУ ДО Собинского района ЦДО.

Результатом освоения образовательного модуля «Профессиональное самоопределение» является формирование четкое понимание обучающимся необходимости соотнесения собственных ожиданий, психолого-физиологических возможностей и ресурсами региона проживания и работы.

Условия реализации модуля №2:

Содержание модуля реализуется педагогическим работником ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум».

Результатом освоения образовательного модуля «МЛТ – территория возможностей» является сформированность у обучающихся представлений о предоставляемых техникумом образовательных возможностях, понимание возможности «найти себя» в лесохозяйственной сфере, приобретение специфических для лесного дела компетенций.

Раздел 2. Комплекс организационно – педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных дней	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2025	31.05.2026	36	36	108	1 раз в неделю 3 часа

2.2. Условия реализации программы

Материально-технические условия:

В МБУ ДО ЦДО Собинского м.о.: учебный кабинет, компьютер, подключенный к сети интернет.

ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум»:

учебный кабинет, тренажеры-симуляторы по управлению лесохозяйственной техникой, беспилотный летательный аппарат.

Информационное обеспечение:

Официальный сайт ГБПОУ ВО «Муромцевский лесотехнический техникум»,

МБУ ДО ЦДО Собинского м.о.

<https://careertest.ru/tests>

Кадровое обеспечение:

Педагог с высшей квалификационной категорией, прошедший КПК по направлению программы, а также педагогический коллектив лесотехнического техникума.

2.3. Формы аттестации

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: результаты тестирования, собеседования, педагогическое наблюдение, результативность на конкурсах.

2.4. Оценочные материалы

Отслеживание результатов реализации программы проводится посредством мониторинга достижений обучающихся в течение месяца – июня 2024 г. Так как программа построена по модульному принципу развитие предметных компетенций обучающихся анализируются по каждому модулю отдельно.

Порядок и периодичность аттестации учащегося:

№	Вид аттестации	Сроки проведения	Средства контроля
	МОДУЛЬ №1		
1.	Начальная диагностика	сентябрь	Входное тестирование, педагогическое наблюдение.
	МОДУЛЬ №2		
2.	Тематический контроль	январь	Опрос, педагогическое наблюдение
3.	Итоговая аттестация	май	Итоговое тестирование.

Начальная диагностика. Опрос на Яндекс-форме

Тестирование по профориентации он-лайн: <https://careertest.ru/tests>

Итоговое тестирование по программе (Приложение 2)

2.5. Методические материалы

На занятиях используются дидактические материалы:

Алгоритм учебного занятия.

1 этап - организационный.

Организация начала занятия, создание психологического настроения на учебную деятельность и активизация внимания.

2 этап - подготовительный (подготовка к восприятию нового содержания).

Сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (пример, познавательная задача, проблемное задание детям).

3 этап - основной.

1. Изучение нового материала.
2. Обобщение и систематизация знаний.

4 этап – контрольный.

Используются тестовые задания, виды устного и письменного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

5 этап – подведение итогов занятия, рефлексия.

2.6. Список использованной литературы

1. Бедарева Т., Грецов А. 100 популярных профессий. Психология успешной карьеры для старшеклассников и студентов. - СПб, 2018.
2. Безус Ж.Н., Жукова Ю.П., Кузнецова И.В., Радченко В.В., Совина К.В., Холодилова Ю.К. Путь к профессии: основы активной позиции на рынке труда: Учебное пособие для учащихся старших классов школ. - Ярославль: Центр «Ресурс», 2023. 152 с.
3. Володина Ю.А. Дорога в жизнь или путешествие в будущее...Тренинговая программа профессионального и жизненного самоопределения для воспитанников детских домов и школ-интернатов. - М.: Генезис, 2012.
4. Грецов А. Выбираем профессию. Советы практического психолога. - СПб, 2016.
5. Гурова Е. В. Профориентационная работа в школе: методическое пособие. - Москва: Просвещение, 2017. – 95 с.
6. Зеер Э.Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности. - МПСИ, 2018.
7. Козловский О.В. Как правильно выбрать профессию: методики, тесты, рекомендации. – Донецк.- 2016. – 800 с.
8. Пряжников Н.С. Методы активизации личного и профессионального самоопределения. - МПСИ, 2022.
9. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники (8-11 классы). - М.: ВАКО, 2025. - 288 с. - (Педагогика. Психология. Управление).
10. Пряжников Н. С. Профессиональное самоопределение. - М., 2018.
11. Пряжников Н.С. Активизирующая профконсультация: теория, методы, программы. - Академия, 2024.
12. Резапкина Г.В. Я и моя профессия: Программа профессионального самоопределения для подростков: Учебно-методическое пособие для школьных психологов и педагогов. - М.: Генезис, 2017. - 128 с.
13. Степанский В. И. Психологические факторы выбора профессии: теория, эксперимент: учебно-методическое пособие. - Москва: Московский психолого-социальный ин-т, 2016. - 108 с.
14. Чернявская А.П. Психологическое консультирование по профессиональной ориентации. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2021. - 96 с. - (Психология для всех).