

Второй год  
обучения

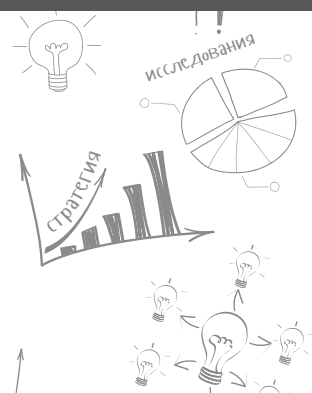


ТРЕНИНГОВЫЙ КУРС

# ПОДГОТОВКА К УСПЕХУ

Расширяя круги влияния:  
**ОТ ПОНИМАНИЯ  
– К ДЕЙСТВИЮ**

**МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС**  
по развитию целостного  
характера у учащихся  
9-12 классов



**ТРЕНИНГОВЫЙ КУРС**  
**«ПОДГОТОВКА К УСПЕХУ 2»**  
**РАСШИРЯЯ КРУГИ ВЛИЯНИЯ: ОТ ПОНИМАНИЯ – К ДЕЙСТВИЮ**  
**Второй год обучения**  
**Методический комплекс по развитию целостного характера**  
**у учащихся 9–12 классов**

Настоящий методический комплекс разработан и опубликован в рамках проекта «Противостояние торговле людьми и манипуляции», реализованного Общественной Ассоциацией «Начало жизни», при финансовой поддержке Swedish Mission Council (SMC) и Swedish International Development Cooperation Agency (Sida).

SMC/Sida не обязательно разделяют взгляды и мнения, представленные в пособии. Ответственность за содержание лежит исключительно на авторах материала.

**Редактор-составитель: В. Сазонов**  
**Автор: В. Сазонов**

Литературный редактор и корректор: Н.М. Теплицкая  
Дизайн, верстка: О. Тамчук  
Иллюстрации: Я. Прока  
Клип-арт на обложке: [shutterstock.com/Sergey Nivens](https://www.shutterstock.com/Sergey+Nivens)

Все права защищены. Отдельные материалы этой публикации могут бесплатно копироваться и воспроизводиться без предварительного согласия авторов только для учебных, научных и др. целей, не преследующих извлечение прибыли, при условии, что будут указаны имена авторов и источник информации.



**ОА «НАЧАЛО ЖИЗНИ»**

За дополнительной информацией,  
связанной с настоящим учебником, обращайтесь по адресу:

ОА «Начало жизни» ул. Пан Халиппа, 1. г. Кишинэу, МД-2009, Молдова

Тел.: (+373 22) 008332

Факс: (+373 22) 923151

e-mail: [office@bol.md](mailto:office@bol.md)

# СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие .....	1
Введение в курс «Подготовка к успеху». Расширяя круги влияния: от понимания – к действию .....	3

## ПЛАН ПОЛУГОДИЯ.....9

### РАЗДЕЛ 1. Развитие социальных навыков и выход из зоны комфорта..... 11

<b>Урок 1.</b>	Формирование установки на взаимодействие с другими	
	Тема: <i>Человек – человеку</i> .....	13
<b>Урок 2.</b>	Семья	
	Тема: <i>Как не превратить отношения с родными в ад?</i> .....	21
	Приложение №1 .....	31
<b>Урок 3.</b>	Друзья	
	Тема: <i>Как стать настоящим другом?</i> .....	33
<b>Урок 4.</b>	Романтические отношения	
	Тема: <i>Любовь или влюбленность, не все ли равно?</i> .....	41
<b>Урок 5.</b>	Знакомые и «чужие»	
	Тема: <i>Как выжить в социальных джунглях?</i> .....	55
<b>Урок 6.</b>	Общественный круг взаимодействия	
	Тема: <i>А мне не все равно!</i> .....	67

### РАЗДЕЛ 2. Понимание социальной проблемы..... 79

Введение в методологию раздела .....		81
<b>Урок 7.</b>	Развитие наблюдательности	
	Тема: <i>Это не мелочи</i> .....	83
<b>Урок 8.</b>	Развитие навыка эмпатии	
	Тема: <i>Умей сострадать</i> .....	91
	Приложение №2.....	99
<b>Урок 9.</b>	Развитие навыка анализа проблем	
	Тема: <i>Смотри в корень</i> .....	101
<b>Урок 10.</b>	Развитие навыка выявления и привлечения ресурсов	
	Тема: <i>Знай, где искать помощь</i> .....	109

### РАЗДЕЛ 3. Планирование решения социальной проблемы.....119

<b>Урок 11.</b>	Навык генерирования идей и решений	
	Тема: <i>Выходи из коробки</i> .....	121
<b>Урок 12.</b>	Выбор стратегии социальной интервенции (благотворительность или социальное предпринимательство)	
	Тема: <i>Помогай правильно!</i> .....	131

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Урок 13.</b>	Выбор стратегии социальной интервенции (активизм или образование) Тема: <i>Помогай правильно! (продолжение)</i> .....	141
<b>Урок 14.</b>	Составление плана социального проекта Тема: <i>Планируй и действуй!</i> .....	151

## **РАЗДЕЛ 4. Реализация и оценка проекта**.....161

<b>Урок 15.</b>	Развитие навыка командной работы Тема: <i>Вместе мы сила!</i> .....	163
<b>Урок 16.</b>	Оценка эффективности проекта Тема: <i>Под микроскопом</i> .....	173
<b>Урок 17.</b>	Создание устойчивости проекта Тема: <i>Жить будет!</i> .....	183
	Приложение №3 .....	193
<b>Урок 18.</b>	Практическое задание Тема: <i>Время действовать!</i> .....	197
	Приложение №4 .....	203

# ТРЕНИНГОВЫЙ КУРС ПОДГОТОВКА К УСПЕХУ

Расширяя круги влияния:  
ОТ ПОНИМАНИЯ  
– К ДЕЙСТВИЮ



## ПРЕДИСЛОВИЕ

**Н**ачиная с 2000 года, Общественная Ассоциация «Начало жизни» занимается активной профилактической работой в образовательных учреждениях страны. За годы работы был накоплен колоссальный опыт педагогической деятельности, были опробованы уникальные подходы, созданы успешные образовательные программы и напечатаны некоторые методические пособия. На сегодняшний день курс «Подготовка к успеху» является флагманским образовательным проектом организации, который вообрал в себя лучшие разработки и самый ценный педагогический опыт сотрудников ассоциации.

Первоначально, когда зарождалась идея подобной образовательной программы, она задумывалась как профилактика нелегальной миграции и торговли людьми. Разработчикам виделось

необходимым не только проинформировать молодых людей об опасностях, которые подстерегают их за границей, но и помочь им научиться планировать свое будущее в родной стране. Так, в 2012 году был запущен пилотный проект – тренинговый курс «Подготовка к успеху». В курсе освещались такие темы, как целеполагание, профорientация, управление временем, финансами и информацией, а также развивались навыки критического мышления, которое позволит отражать манипулятивные предложения со стороны злоумышленников. Его продолжительность составляла всего 6 месяцев. Курс получил очень положительные отзывы как со стороны учащихся, так и со стороны представителей учебных заведений Кишинева. Более того, выпускники первого года обучения (а их было более 95) изъявили желание

продолжить обучение. Тогда пришло понимание необходимости более комплексного подхода, который бы уделял внимание целостному развитию личности, готовил новое поколение лидеров, которые умели бы управлять не только своим собственным будущим, но были бы готовы взять на себя ответственность и за свою страну. Так программа стала двухгодичной и получила то лицо, которое она имеет сегодня.

В основе программы лежит идея, что для подлинного лидерства недостаточно получить лишь набор навыков, которые можно использовать для самых разных целей. Настоящее лидерство возможно при условии понимания себя, способности управлять собой, способности понимать других, и только после этого можно говорить о способности вести других или руководить ими. Таким образом, в «Подготовке к успеху» мы первым делом строим мировоззренческую и нравственную базу, развиваем целостный характер и только после этого говорим о лидерстве и социальной трансформации. В первый год обучения молодые люди учатся понимать себя и управлять собой. Они узнают свой тип личности, свои сильные и слабые стороны, а также учатся управлять своими эмоциями, своим внутренним миром, определяют себя своим призванием в жизни и готовятся к началу самостоятельной жизни. Во второй год они учатся понимать общество, узнают о понятии «социальная трансформация», изучают методы и средства, которыми можно ее достичь, и развивают в себе активную гражданскую позицию.

У вас в руках учебник второго года обучения, который рассчитан на формирование активной гражданской позиции у подростков и молодежи.

Он будет полезен всем, кто работает с данной категорией людей, а также заинтересован в комплексной помощи подрастающему поколению. Особое внимание следует на него обратить социальным педагогам и тренерам, учителям гражданского воспитания, классным руководителям, социальным работникам.

Хочется особо отметить, что ради достижения желаемого результата необходимо следовать всем представленным в учебнике урокам. Все темы взаимосвязаны друг с другом, и хаотичное или выборочное их преподавание не приведет к развитию навыков, которые они предполагают.

Данный учебник, безусловно, является результатом труда всего педагогического коллектива «Начало жизни». Хочется выразить благодарность всем тренерам, которые использовали представленные им наработки, а затем давали ценные рекомендации относительно того, что может быть улучшено или исправлено. Отдельную благодарность хочется выразить Владимиру Убейволку, который является автором стратегии, которую использует программа «Подготовка к успеху», а также предложил методологический подход, который лег в основу всего курса. На протяжении всей работы он давал ценные советы и всячески содействовал появлению в свет данного учебника.

Также хочется поблагодарить наших шведских партнеров Swedish Mission Council (SMC) и Swedish International Development Cooperation Agency (Sida), которые любезно согласились опубликовать данный учебник. Надеемся, что он послужит большим подспорьем всем тем, кто верит в молодое поколение и формирует новых лидеров.