6. ЭЛЕКТРОННАЯ БИБЛИОТЕКА (УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ)

- 4.1. Виды используемых электронных информационных ресурсов (электронно-библиотечные ресурсы и системы; информационно-справочные системы)
 - 1. Национальная электронная библиотека (НЭБ) https://rusneb.ru/
- **4.2.** Учебно-методические материалы в формате ворд / PDF (есть возможность скачать в разделе «Электронная библиотека» образовательной Программы на платформе ГетКурс https://mark-barton.ru/teach/control/stream/view/id/851911626 (последовательность может разниться):

Раздел 2. ВВЕДЕНИЕ

• Рабочая тетрадь программы Я - Женщина.pdf

Раздел 3. САМОЦЕННОСТЬ

- Памятка. Эго-состояния
- Памятка. Эго-состояния. Внутренняя коммуникация.pdf
- Памятка. Эго-состояния. Внешняя коммуникация.pdf
- Памятка. Внутренняя опора.pdf
- Методический материал к Разделу 3. Самоценность.pdf

Раздел 4. БЕЗОПАСНОСТЬ

- Памятка. Треугольник Карпмана.pdf
- Памятка. Выход из треугольника Карпмана.pdf
- Памятка. Личные границы.pdf
- Памятка. Защита личных границ.pdf
- Методический материал к Разделу 4. Безопасность.pdf

Раздел 5. ЭМОЦИИ И ТЕЛО

- Памятка. Базовые эмоции и чувства.pdf
- Памятка. Связь эмоций и тела.pdf
- Памятка. Телесные блоки.pdf
- Методический материал к Разделу 5. Эмоции и тело.pdf

Раздел 6. ОТНОШЕНИЯ

- Памятка. Детско-родительские отношения.pdf
- Памятка. Сепарация от родителей.pdf
- Памятка. Созависимость и контрзависимость в отношениях.pdf
- Памятка. Секрет счастливых отношений.pdf
- Памятка. Часы Бартона запуск нового цикла.pdf
- Методический материал к Разделу 6. Отношения.pdf
- Чек-лист и календарь планирования практик.pdf
- 1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- 2. Основная литература (учебники):
- 1. «Искусство маленьких шагов», Майкл Вонг
- 2. «Депрессия и тело», Александр Лоуэн
- 3. «Новые рубежи человеческой природы», А. Маслоу
- 4. «Психология тела», А. Лоуэн
- 5. «Дочки-матери. Третий лишний?», К.Эльячефф и Н.Эйниш
- 6. «Отец», Луиджи Зойя
- 7. «Эмоциональная женская травма», Линда Леонард
- 8. «Любовная зависимость: как выйти из нездоровых отношений», А. Носов

- 9. «Грезы об Эдеме», Д. Холлис
- 10. «Счастье, которое остается», Б. Хеллингер
- 11. «Путь счастливой женщины Счастливый год», Лэйси Блайт
- 12. «Фактор матери», Генри Клауд и Джон Таунсенд
- 13. «Взрослые дети эмоционально незрелых родителей: как научиться ценить себя и наладить отношения с родителями», Линдси Гибсон
- 14. «Барьеры», Генри Клауд и Джон Таунсенд
- 15. «Дети, границы, границы», Генри Клауд и Джон Таунсенд
- 16. «Психологическое айкидо», Михаил Литвак
- 17. «Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка» Людмила Петрановская

4.3. Учебно-методические материалы, которые будут полезны для дополнительного нахождения и изучения по усмотрению ученика курса:

- 1. «Развитие эмоционального интеллекта» Джилл Хэссон
- 2. «Эмоциональный интеллект», Сергей Шабанов
- 3. «Эмоциональный интеллект ребенка» Джон Готтман
- 4. «Как хочет женщина«, Эмилия Нагоски
- 5. «Семь навыков высокоэффективных людей. Мощные инструменты развития личности», Стивен Кови
- 6. «Общаться с ребенком. Как?«, Юлия Гиппенрейтер,
- 7. «Путы материнской любви» Анатолий Александрович Некрасов
- 8. «Беды развода и пути их преодоления» Гельмут Фигаро