



# **Занимательная Независимость**

**Некоммерческий Фонд по профилактике социально значимых заболеваний и пропаганде здорового образа жизни «Здоровая Страна»**

# «Занимательная Независимость»



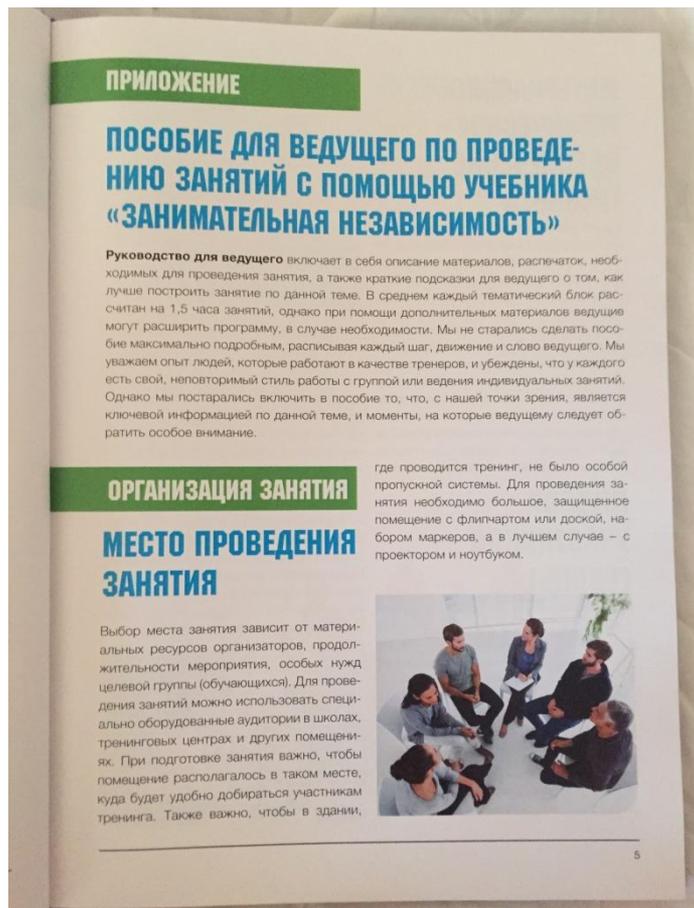
некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА

ОГЛАВЛЕНИЕ	
ЭПИГРАФ	03
ОБРАЩЕНИЕ К УЧИТЕЛЯМ И ВЕДУЩИМ ПРОФИЛАКТИЧЕСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ	04
ПОСОБИЕ ДЛЯ ВЕДУЩЕГО, ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЙ С ПОМОЩЬЮ «ЗАНИМАТЕЛЬНОЙ НЕЗАВИСИМОСТИ»	05
ВВЕДЕНИЕ. О КНИГЕ. ИСТОРИЯ ОБУЧЕНИЯ ПОДРОСТКОВ И НОВЫЕ ОПАСНОСТИ	16
ЧТО ЗНАЧИТ БЫТЬ ЧЕЛОВЕКОМ?	36
ТЕОРИЯ СИСТЕМ. ЧЕЛОВЕК КАК СИСТЕМА	48
ПОТРЕБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА. ИХ ВЗАИМОСВЯЗЬ С СОСТОЯНИЕМ И ПОВЕДЕНИЕМ	56

Идея книги  
«Занимательная  
Независимость», в том,  
что бы рассказать  
подростку:

- Какими способами  
можно справляться с  
переживаниями и  
жизнью, не прибегая к  
алкоголю и наркотикам.

# «Занимательная Независимость»



Книга «Занимательная  
Независимость», имеет  
четкую  
последовательность и  
структуру

В книге есть глава:  
Методическое пособие для  
ведущих, с кратким  
описанием, как можно  
проводить занятие, или

# «Занимательная Независимость»



некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА

ЧУВСТВА ЧЕЛОВЕКА	66
ВЫРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ	80
КОММУНИКАЦИИ МЕЖДУ ЛЮДЬМИ	96
ГРАНИЦЫ ЛИЧНОСТИ	120
МЫСЛИ, ЧУВСТВА, ДЕЙСТВИЯ. НАВЫКИ САМОАНАЛИЗА	138
ЕСТЬ ЛИ У ВАС ВЫБОР? УПОТРЕБЛЯТЬ, ИЛИ НЕТ?	162
ВМЕСТО ПОСЛЕСЛОВИЯ	182
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	185

- Книга рассказывает об этом простым и доступным языком
- В книге много исторических справок и терминов, адаптированных для понимания подростка
- Прозаический текст снабжен поэтическими вставками
- Книга рассчитана на широкий круг читателей: подростков и

# «Занимательная Независимость»



некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА



Только после этого, дана информация о бессмысленности употребления и негативных последствиях их использования

Мы убеждены - невозможно запугать подростка, что бы он не употреблял химические вещества

Можно развивать его, как личность. Помочь адаптироваться к среде,ности и

# Для какой целевой аудитории



некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА



**Целевая аудитория от 10 + лет и выше**

**Этот материал, можно изучать одному, просто читая, как книгу**

**Можно проводить с учениками тематические занятия в вузах.**

**Можно изучать в кругу семьи**

# Почему именно в такой форме ?



**Такая форма выбрана, в целях повышения доступности материала.**

**Что бы было интересно, и могло заинтересовать подростков и старшеклассников. А, так же взрослых.**



# «Занимательная Независимость»



Как это будет происходить на практике ?

1. Этап. На практике, мы выбираем один из районов ВМО
2. От каждого учебного заведения, нам необходимо обучить по два (2) тренера
3. Мы проводим ТОТ (Тренинг Обучения Тренеров).

# «Занимательная Независимость»

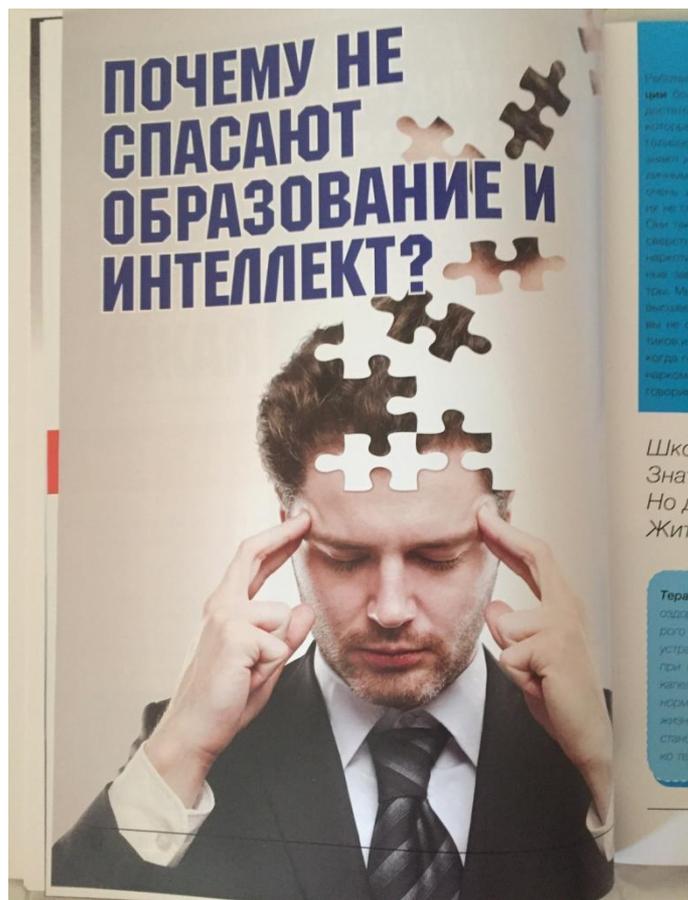


некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА



3. Печатаем книгу и методическое пособие по проведению мероприятий, по книге, с использованием книги «Занимательная Независимость».
4. Преподаватели, в течении 3 – 4 месяцев, проводят мероприятия.
5. Мы собираем их на итоговую встречу, для корректировки и анализа обучающих мероприятий.

# «Занимательная Независимость»



**В чем нам нужна помощь?**

**Административная и  
финансовая поддержка проекта**

# «Занимательная Независимость»



некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА



Повышая способность у подростков и взрослых, к адаптации естественными и здоровыми способами, мы занимаемся профилактикой зависимых форм поведения

Помогаем сформироваться здоровой, зрелой, целостной личности, не нуждающейся в суррогатах и псевдозаменителях «счастья»

# Свидетельство об авторском праве



некоммерческий фонд  
ЗДОРОВАЯ СТРАНА

Нами получены позитивные отзывы от:

**Кулакова С. А. - Клиника Бехтерева г. Санкт Петербург, д. м. н., профессор, супервизор Российской психотерапевтической ассоциации, профессор кафедры клинической психологии Российского государственного педагогического университета имени А.И. Герцена**

**Доронкин В. К. - руководитель Координационного центра по утверждению трезвости и противодействию алкоголизму Отдела по церковной благотворительности и социальному служению**



# НФ «Здоровая страна»

119019, г. Москва, ул. Новый Арбат,  
д.21, офис 2244

Тел: +7 (495) 928-50-03,

[www.fundzs.ru](http://www.fundzs.ru)

***Благодарим за внимание!***



***www.fundzs.ru***