

УДК 159.922.7  
ББК 88.8  
Ф789

**Фопель, Клаус.**

**Ф789** На пороге взрослой жизни. Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Личность. Способность и сильные стороны. Отношение к телу [Электронный ресурс] / К. Фопель ; пер. с нем. И. О. Хаита, А. А. Новицкой. — 2-е изд. (эл.). — Электрон. текстовые дан. (1 файл pdf : 215 с.). — М. : Генезис, 2018. — Систем. требования: Adobe Reader XI либо Adobe Digital Editions 4.5 ; экран 10".

ISBN 978-5-98563-541-6

Это — вторая из четырех книг, объединенных общим названием «На пороге взрослой жизни». В книгах представлены игры и упражнения, предназначенные для работы с основными проблемами подросткового и юношеского возрастов.

Основные темы этой книги — личность, способности и сильные стороны, отношение к телу.

Книга адресована психологам и педагогам. Она также может представлять ценность для родителей, которым важно понимать своих детей.

УДК 159.922.7  
ББК 88.8

**Деривативное электронное издание на основе печатного издания:** На пороге взрослой жизни. Психологическая работа с подростковыми и юношескими проблемами. Личность. Способность и сильные стороны. Отношение к телу / К. Фопель ; пер. с нем. И. О. Хаита, А. А. Новицкой. — М. : Генезис, 2008. — 216 с. — ISBN 978-5-98563-126-5.

В соответствии со ст. 1299 и 1301 ГК РФ при устранении ограничений, установленных техническими средствами защиты авторских прав, правообладатель вправе требовать от нарушителя возмещения убытков или выплаты компенсации.

ISBN 978-5-98563-541-6

© Фопель К., 2003

© Издательство «Генезис», 2008

# Оглавление

Введение .....	5
----------------	---

## Глава I ЛИЧНОСТЬ

1. Если бы я был цветком .....	14
2. Агент 006 .....	18
3. Кто я? .....	20
4. Я сам .....	24
5. Либо... либо... .....	27
6. Два портрета .....	29
7. Автопортрет .....	32
8. Вот это я! .....	35
9. Дерево .....	37
10. Волшебное зеркало .....	40
11. Секретная автобиография .....	44
12. Что меня сформировало .....	46
13. Дар мудреца .....	49
14. Я — то, что я имею .....	53
15. Любимая вещь .....	55
16. Четыре монеты .....	57
17. Сходство .....	60
18. Меня зовут... .....	62
19. Мое имя .....	67
20. Живое имя .....	69
21. Мое имя в мире .....	72
22. Внутреннее многоголосье .....	75
23. Многообразие внешних ролей .....	83
24. Общение со взрослыми .....	87
25. Коэффициент счастья .....	89
26. Мотоцикл .....	92
27. Моя темная сторона .....	95
28. Эврика! .....	98

## Глава II

### Способности и сильные стороны

29. Я горд .....	100
30. Голова, Сердце, Рука .....	104
31. Я горжусь тем, что... ..	107
32. Глаза в глаза .....	111
33. Признание .....	114
34. Больше признаний .....	117
35. Мои кандидаты .....	120
36. Позитивная пирамида .....	123
37. Силуэт моих сильных сторон .....	126
38. Дерево моих успехов .....	128
39. Письмо моего друга .....	131
40. Мои сильные стороны .....	133
41. Аукцион .....	137
42. Двадцать качеств .....	142
43. Полярности .....	147
44. Гений и идиот .....	150
45. Моя обучаемость .....	153
46. Компетентность и вознаграждение .....	158

## Глава III

### ОТНОШЕНИЕ К ТЕЛУ

47. Чувственное восприятие .....	164
48. Осознание тела .....	170
49. С любовью... ..	176
50. Дыхание .....	179
51. Целительное дыхание .....	182
52. Что мы едим? .....	184
53. Чувства и пища .....	188
54. Банкет .....	191
55. Опасные наркотики .....	193
56. Разговор с наркотиком .....	196
57. Курение .....	199
58. Политика тела .....	202
59. Отношение к своему телу .....	205
60. Привлекательность .....	209