

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ТЫВА
МУ Управление образования Каа-Хемского района
МБОУ СОШ с.Дерзиг-Аксы

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР
МБОУ СОШ с.Дерзиг-Аксы

Донгак Донгак Ю.Ю.
« 31 » 08 2023г.



Салчак А.А.
2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Психология общения»»
наименование предмета (курса)
для 10-11 классов
на 2023/2024 учебный год

Дерзиг-Аксы
2023г

Пояснительная записка

В настоящее время перед образованием поставлены новые цели и задачи – формирование личности гражданина демократического общества. Исследования показывают, что гражданская позиция, активность, толерантность, способность к личностному и профессиональному самоопределению связана с функционированием определенных психологических механизмов личности как субъекта собственной жизнедеятельности и общественной жизни.

Прививая подрастающему поколению современные демократические ценности, новое понимание гражданственности, мы развиваем в школьниках определенные качества, которые можно объединить в понятие социальная компетентность.

Под социальной компетентностью мы понимаем:

- Умение принимать решение и делать выбор;
- Готовность брать на себя ответственность за свой выбор и свои поступки;
- Способность конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими;
- Умение анализировать ситуацию, мотивы, интересы, чувства, поступки других;
- Веру в себя, свои способности и собственную возможность быть эффективным в избранных сферах деятельности;
- Умение быть независимым, отстаивать свою позицию конструктивными способами;
- Способность ставить перед собой близкие и дальние цели, вырабатывать методы их достижения;
- Осознание возможности и необходимости быть субъектом общественной жизни и деятельности.

Все эти качества свойственны людям, имеющим позитивное самоотношение (Я-концепцию), чувство собственного достоинства.

Настоящий курс направлен прежде всего на формирование и развитие психосоциальной компетентности старшеклассников, так необходимой для успешного функционирования в обществе.

Можно выделить ряд общекультурных навыков, составляющих психосоциальную компетентность человека:

1. **Навыки позитивного и конструктивного отношения к собственной личности** – способность познавать свой характер, свои достоинства, недостатки и желания. Эти навыки дают возможность адекватно оценивать себя, свои способности и возможности. Они также являются основой для формирования чувства собственного достоинства.
2. **Навыки позитивного общения** – способность взаимодействовать с окружающими. Эти навыки помогают устанавливать и поддерживать дружеские взаимоотношения.
3. **Навыки самооценки и понимания других** – способность адекватно оценивать себя и воспринимать других, осознанная возможность принять людей такими, какими они есть. Эти навыки позволяют правильно вести себя в ситуациях общения и взаимодействия с различными людьми.
4. **Навыки управления и самоуправления собственными эмоциями и эмоциональными состояниями** – способность адекватно реагировать на собственные эмоции и эмоции других людей.
5. **Навык самостоятельного принятия решения** – способность принимать конструктивные, взвешенные решения.
6. **Навык решения проблемных ситуаций** – помогает справиться с проблемами.
7. **Навыки работы с информацией** – способность объективно анализировать, систематизировать и умело использовать информацию любого вида. Эти навыки позволяют человеку легко и свободно ориентироваться в постоянно меняющейся жизненной ситуации.

8. **Навыки творчества** – способность нестандартно, творчески решать различные задачи в любом виде деятельности, опираясь на свой собственный опыт и знания, а также на информацию об опыте, знаниях и достижениях других людей.

Цель данного курса: Формирование гуманистического мировоззрения и психологической культуры учащихся, развитие навыков социальной компетентности учащихся.

Задачи:

- развить навыки рефлексии и самоанализа своих чувств, желаний, поступков;
- развить способность понимания чувств и мотивов поведения других людей;
- обучить приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- обучить приемам творческого преодоления конфликтов.

Программнообеспечение

Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. – М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2006. – Ч.2. Психология общения 11 класс.

Структура программы:

Программа состоит из курса «Психология общения» для 11 класса

Программа рассчитана на преподавание в классе обычной наполняемости – один урок в неделю.

Методология программы:

Методической особенностью данной программы является проблемно-диалогический подход в обучении. Особую роль в творческом освоении знаний старшеклассников имеют проблемные вопросы. Их постановка позволяет включить учащихся в обсуждение, побудить высказать свою точку зрения, задуматься о неожиданных аспектах привычных событий или отношений. Выслушивая разные мнения, преподаватель должен поощрять активность учащихся, удерживаться от критических замечаний и категоричных оценок.

Диалогический характер обучения призван способствовать самостоятельному «открытию» школьниками различных аспектов психологических явлений и фактов; осознанию необходимости учета позиций, мнений, интересов и потребностей других людей в процессе межличностного взаимодействия, преимуществ конструктивных взаимоотношений с людьми для достижения собственных жизненных целей.

Основным принципом осуществления данной программы является создание атмосферы доверия и раскрепощенности, обстановки творческого поиска, в которой учащиеся смогут свободно высказывать свое мнение, разыгрывать ситуации, ролевые игры. Выполнять упражнения, что требует от преподавателя владения активными методами обучения, умения вести дискуссии, обсуждения, организовывать работу в малых группах, применять элементы психологического тренинга.

При проведении уроков преподаватель чаще выступает как фасилитатор, организующий конструктивное общение участников, что предполагает применение навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода.

Особенности содержания курса «Психология общения» Содержание в большей степени отводится на использование активных форм работы, в связи с тем, что одной из главных задач курса является формирование устойчивых навыков конструктивного общения, развитие социальной компетентности.

При освоении технологий эффективной коммуникации большое внимание уделяется анализу конфликтных ситуаций, отработке навыков конструктивного общения в деловом, личностном и семейном общении.

При изучении темы «Семейные отношения» рассматриваются негармоничные стили воспитания, анализируются их причины, вместе с учащимися делается вывод о

значительном влиянии на личность ребенка стиля детско-родительских отношений и отношений в супружеской паре.

Структура урока:

Каждая тема содержит материал, который может излагаться в течение одного урока. В структуре урока традиционно выделяются следующие этапы хода урока: объявление целей и задач урока, повторение пройденного, изучение нового материала, практическая работа и закрепление новой темы, рефлексия и подведение итогов.

Формы и методы, используемые на уроках:

- обсуждение проблемных вопросов;
- дискуссии;
- анализ ситуаций;
- имитационные и ролевые игры;
- элементы социально-психологического тренинга;
- психогимнастика;
- рисуночные методы;
- техники и приемы саморегуляции;
- метод направленного воображения и др
- проведение и анализ результатов психологического тестирования.

Тематическое планирование внеурочной деятельности «Психология общения»

Классы 10-11

Педагог-психолог: Кара-Сал Чодураа Сарыг-ооловна

Количество часов по учебному плану:

Всего 34 часа; в неделю 1 час.

Планирование составлено на основе Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников : пособие для педагога: В 2ч.- М.: Гкманит.изд. Центр ВЛАДОС, 2006.- ч.2. Психология Общения 9-11 класс

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			по программе	фактически
1	Знакомство. Введение в курс. Цели, задачи, ожидания	1		
2	Общение. Структура и средства общения.	1		
Невербальные средства общения				
3	Невербальные средства общения.	1		
4	Речевые средства общения.	1		
5	Позиции в общении	1		
6	Стили общения.	1		
7	Манипулирование.	1		
8	Умение сказать «Нет».	1		
9	Механизмы межличностного восприятия.	1		
10	Каналы восприятия мира человеком.	1		
11	Психологические защиты.	1		
12	Барьеры в общении.	1		
13	Эмоции и чувства человека.	1		
14	Конструктивное общение. Контроль эмоций.	1		
15	Активное и пассивное слушание.	1		
16	Самопрезентация. Приемы расположения к себе.	1		
17	Навыки уверенного поведения.	1		
18	Конфликт. Стили разрешения конфликтов.	1		
19	Управление конфликтом. Сотрудничество.	1		
20	Управление конфликтом. Сотрудничество.	1		
21	Коллектив и личность.	1		
22	Лидерство.	1		
Особенности взаимодействия людей в группе.				
23	Формирование навыков работы в команде.	1		
24	Психологические аспекты семейных отношений.	1		
25	Стили семейного воспитания.	1		
26	Влияние родителей на самооценку человека.	1		
27	Психологическая игра «Необитаемый остров».	1		
28	Психологическая игра «Путешествие».	1		
29	Психологическая игра «Мой выбор»	1		
30	Психологическая игра « Мир профессий»	1		

31	Профессиональное самоопределение	1		
32	Проектирование жизненного пути.	1		
33- 34	Заключительные занятия. Рефлексия.	1		
	Всего:		34 часа	

Литература

1. Вачков И.В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники. – М.: Ось – 89, 2000.
2. Дьяченко М.И., Кандыбович Л.А. Психологический словарь-справочник. – Мн.: Харвест, М.: АСТ, 2001.
3. Методы эффективной психокоррекции: Хрестоматия /Сост. К.В. Сельченков. – Мн.: Харвест, 1999.
4. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Основы психологии для старшеклассников: Пособие для педагога: В 2 ч. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2001.
5. Рогов Е.И. Эмоции и воля. – М.: ВЛАДОС, 1999.
6. Рогов Е.И. Психология познания. – М.: ВЛАДОС, 2001.
7. Смиг Р. Групповая работа с детьми и подростками. – М.: Генезис, 2000.
8. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего. – М.: Генезис, 2000.
9. Фопель К. Энергия паузы: Психологические игры и упражнения. – М.: Генезис, 2001.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать?: В 4-х т. – М.: Генезис, 1998-1999.