

Муниципальное учреждение дополнительного образования
Центр детского творчества

Приложение
к дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе Учреждения

«Утверждено»
Решение методического совета
протокол №1 от «04» сентября 2017 года
Председатель совета _____
Ф.И.О.

«Принято»
Решение педагогического совета
протокол №1 от «04» сентября 2017 года
Председатель педсовета _____
Ф.И.О.



Рабочая программа
«Психология общения»

Срок реализации программы: 1 год
Возраст обучающихся: 10-18 лет

Разработчик программы:
Черезова Анна Вячеславовна
педагог дополнительного образования
муниципального учреждения дополнительного
образования Центр детского творчества

Аксарка, 2017

Пояснительная записка

Программа «Психология общения» разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Концепцию развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р),

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008,

Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»,

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 г. N 41 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей".

Направленность: *Социально – педагогическая*

Дополнительная образовательная программа «Психология общения» является отдельным самостоятельным предметом программы Центра военно-патриотического воспитания ЛИСА (далее ЦВПВ ЛИСА). Рассчитана на предподростковый, младший подростковый и средний подростковый возраст обучающихся ЦВПВ ЛИСА.

Программа структурирована по принципу соответствия основным методам познания: анализу и синтезу информации с учётом групповой динамики и построена на самопознании, самосознании, саморазвитии личности. Программа рассчитана на предподростковый, младший подростковый и средний подростковый возраст обучающихся ЦВПВ ЛИСА.

Главной особенностью подросткового периода - являются резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития. У разных подростков эти изменения происходят в разное время: некоторые подростки развиваются быстрее, некоторые в чем-то отстают от остальных, а в чем-то опережают их.

Традиционно подростковый возраст рассматривается как период отчуждения от взрослых. Ярко выражены не только стремления противопоставить себя взрослым, отстаивать свою независимость и права, но и ожидание от взрослых помощи, защиты и поддержки, доверие к ним, ожидание их одобрения и оценок.

Важный фактор психического развития в подростковом возрасте – **общение со сверстниками**, которые выделяют в качестве ведущей деятельности в этот период. Стремление подростка занять удовлетворяющее его положение среди сверстников сопровождается повышенной комфортностью к ценностям и нормам группы сверстников.

В поисках средств гуманизации образования педагогика ориентируется на самоценность человеческой личности, ее внутренние ресурсы и саморазвитие.

Большое значение для развития личности имеет психическое здоровье, т.е. состояние полного душевного, физического и социального благополучия.

Актуальность: психологические знания необходимы в самый критический момент подростковой жизни, развития и становления личности, для преодоления ограниченности жизненного опыта, приобретения навыков ориентации в сложных жизненных ситуациях и межличностных взаимоотношениях.

Цель: развитие коммуникативных способностей обучающихся

Основные задачи:

- формировать спектр способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формировать интерес к другому человеку как к личности;
- развивать интерес к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках, формировать первичные навыки самоанализа;
- развивать и укреплять чувства взрослости, формировать адекватные формы утверждения самостоятельности, личностной автономии;
- развивать чувство собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развивать формы и навыки личностного общения в группе сверстников, способы взаимопонимания;
- развивать моральные качества, формы сочувствия и сопереживания другим людям;
- формировать представления о происходящих изменениях, связанных с ростом и половым созреванием.
- научить эффективным приемам общения, позволяющим достигать поставленных целей;
- научить использовать технологию эффективного воздействия.

В результате освоения курса обучающийся будет владеть :

- основными базовыми понятиями курса;
- средствами коммуникации;
- технологиями эффективного воздействия, педагогического общения в оптимальном функциональном режиме;
- знаниями о психологических характеристиках личности;
- эффективными приемами общения, позволяющими достигать поставленных целей;
- способностью анализа своей деятельности и выявление новых средств эффективной коммуникации.

Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной образовательной программы – от 10 до 18 лет. Обучающиеся по данной программе все являются воспитанниками ЦВПВ ЛИСА – второго и последующих лет обучения.

Формы и режимы занятий

Основные формы: теоретические и практические занятия. Одно занятие в неделю по 1 часу на группу (2 группы).

Итоговая аттестация в форме комплексный экзамен

Форма экзамена:

- практическое задание (проведение тренинга на выбор)
- теоретическое задание (устные ответы на билеты по «психологии общения»).

Срок реализации программы

Программа рассчитана на 1 год обучения, общее количество 36 часов в год.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название разделов и тема	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Формирование позиции взаимодействия на занятиях	1	-
2	Межличностное взаимодействие	1	3
3	Рефлексия	1	1
4	Пространство и его организация в межличностном общении	1	-
5	Эмоции и чувства	1	2
6	Самопомощь в ситуациях эмоционального дискомфорта	-	2
7	Слушание	1	1
8	Искусство полемики	-	2
9	Этапы коммуникативного процесса	1	1
10	Личное обаяние и общение	1	1
11	Помехи в общении	1	-
12	Конфликт и его диагностика	1	1
13	Стратегии сотрудничества в конфликте	0,5	0,5
14	Посредничество в конфликте	0,5	0,5
15	Общение в семье	1	1
16	Стили общения. Конвенциональный. Примитивный. Манипулятивный. Актуализированный. Духовный.	2	2
17	Духовное общение	1	1
18	Итоговое занятие	1	1
	Итого: 36 часов	16	20

Содержание программы

Тема 1. Формирование позиции взаимодействия на занятиях 1 час

Смена позиции обучаемого на позицию участника процесса познания и научения. Актуализация собственных проблем обучающихся. Разделение понятий бытовой и психологической проблемы. Понятие психологических защитных механизмов. Сложность структуры личности человека. Выделение сферы сознания и подсознания. Влияние бессознательного на общение. Мифы и реальность психологической практики. Описание области коллективной работы группы. Предложение правил работы группы и самоопределения. Выбор модели работы группы в режиме постановки задач, исследования реального общения (Хрестоматия, стр. 3-6, 35-41)

Тема 2. Межличностное взаимодействие 4 часа

Значение индивидуального восприятия. Безоценочность в общении. Выявление закономерностей, помогающих общению в группе. Формулирование правил работы. Заключение психологического контракта. Тренинг сензитивности. Развитие чувствительности. Тренировка восприятия партнёра в общении. (Хрестоматия, стр. 12-14)

Тема 3. Рефлексия 2 часа

Введение в тему. Развитие внимание к окружающим в совместной деятельности. Осознавание своих чувств и действие психологических защитных механизмов. Разделение субъективного образа партнёра и реального. Помехи и затруднения в общении и роль рефлексии. Ограничения в осознании своих чувств. Возможность и необходимость и необходимость самопознания. Методы рефлексии. Самонаблюдение и самоанализ. (Хрестоматия, стр. 42-43)

Тема 4. Пространство и его организация в межличностном общении 1 час

Влияние организации пространства в межличностном общении. Взаимозависимость дистанции субъективно осознаваемой безопасности и характера коммуникации. Личностные особенности человека и выбор оптимальной дистанции. Позиции партнеров в общении. (Хрестоматия, стр. 25-28)

Тема 5. Эмоции и чувства 3 часа

Особенности восприятия и выражения эмоций. Проявления проблемы «суженного» опыта восприятия и трансляции чувств. Невербальные способы эмоционального самовыражения. Осознавание и вербализация чувств. Деструктивное воздействие подавления эмоций на личность и здоровье человека. (Хрестоматия, стр. 8-11, 21-25)

Тема 6. Самопомощь в ситуациях эмоционального дискомфорта 2 часа

Противоречивые, сложные чувства как выражение внутриличностного конфликта, их драматизация как средство самопомощи. Специфика проявлений чувств в экстремальной ситуации. Способы «выхода» из деструктивных состояний. Специфика ситуаций расставаний и потерь. Специфика ситуаций повышенной значимости (угрозы базовым ценностям. Смена образа жизни и эмоциональное переживание перемен. Актуализация внутренних ресурсов личности. (Хрестоматия, стр. 118-123, 136-139)

Тема 7. Слушание 2 часа

Закономерности восприятия вербальной информации. Правила «хорошего слушания». Конструктивные и деструктивные формы влияния на собеседника. Цели собеседников и результативность общения. Темп речи в общении. Расширение слушание. (Хрестоматия, стр.18-21)

Тема 8. Искусство полемики 2 часа

Постановка вопроса в общении. Виды вопросов. Открытые и закрытые вопросы. Простые и сложные вопросы. Формы ответов. Стилль поведения в дискуссии. Активность в постановке вопросов.

Тема 9. Этапы коммуникативного процесса 2 часа

Доминантность – недоминантность в общении. Инициатива в общении. Экстраверсия – интроверсия. Начало в общении. Знакомство и проблемы, связанные с ним. Факторы, влияющие на продолжительность контакта. Адекватность продолжительности контакта конкретной ситуации. Выход из общения. (Хрестоматия, стр. 16-17, 28-35)

Тема 10. Личное обаяние и общение 2 часа

Роль доверия в общении. Влияние личного обаяния. Обаятельность и ее составляющие. Выявление наиболее эффективной манеры поведения в общении.

Тема 11. Помехи в общении 1 час

Ориентация в типах контакта. Причины ограничения контакта. Безличное общение и его влияние на структуру личности. Искажение информации, стереотипы, ярлыки, мышечные зажимы. Личностные особенности и врождённые факторы, осложняющие общение. (Хрестоматия, стр.62-65)

Тема 12. Конфликт и его диагностика 2 часа

Определение конфликта. Эмоциональные аспекты конфликтных ситуаций. Диагностика конфликта. Конструктивные и деструктивные конфликты. Информационные, структурные, ценностные и поведенческие конфликты. Динамика конфликта. Основные стратегии поведения в конфликте. Выбор стратегии в конкретной ситуации. (Хрестоматия, стр.87-88, 92-95)

Тема 13. Стратегии сотрудничества в конфликте 1 час

Стратегия сотрудничества как основа конструктивного общения в конфликте. Различие интересов и предложений. Этапы разрешения конфликта (удовлетворение по существу, психологическое удовлетворение, процедурное удовлетворение). Искаженное понимание интересов другой стороны в конфликте. Я-высказывание как метод социально приемлемого способа выражения чувств в конфликте. (Хрестоматия, стр.91-92)

Тема 14. Посредничество в конфликте 1 час

Роль и функции посредника. Особенности общения посредника в конфликте. Правила построения коммуникации посредником. Организация процедуры разрешения конфликта через посредника. Ограничения в деятельности посредника. (Хрестоматия, стр. 94-96)

Тема 15. Общение в семье 2 часа

Особенности проявления манипулятивных систем в семейном общении. Роль самооценки во взаимоотношениях взрослых и детей. Эмоциональные аспекты общения в семье. Ролевая принадлежность и стереотипы поведения. Мифы и реальность семьи. Сексуальность и ее проявление в общении. Открытые и закрытые системы. Система взаимосвязей в семье. (Хрестоматия, стр.53-62, 79-86)

Тема 16. Стили общения. Конвенциональный. Примитивный. Манипулятивный. Актуализированный. Духовный. 4 часа

Основные стили общения и их определение. Характеристика фаз контакта партнёров в коммуникации. Взаимонаправленность и взаимоинформирование. Актуальная роль собеседника и ее определение. Конвенциональный стиль общения и приоритетной зоны его использования. Конвенциональные взаимоотношения в деловом общении. Примитивный стиль общения. Личностная и социальная незрелость как причина выбора данного стиля общения. «Противопримитивная защита». Общие характеристика манипулятивного стиля общения. Особенности личностной структуры человека-манипулятора. Виды манипуляций. Характеристики манипулятивных систем. Разрушение личности человека-манипулятора. «Противоманипулятивная защита». (Хрестоматия, стр.66-79, 129-138)
Актуализированное общение как фактор, определяющий здоровье личности и конструктивность межличностных взаимоотношений. Основные характеристики здоровой творческой личности. (Хрестоматия, стр.138-144).

Тема 17. Духовное общение. 2 часа

Духовный стиль. Эмпатия как средство общения. Возможности ее развития. Самопознание и необходимость развития рефлексии для понимания мыслей и чувств собеседника. Любовь и духовность в общении. Общечеловеческие ценности, свобода и ответственность в общении. (Хрестоматия, стр. 46-51, 175-178)

Тема 18. Итоговое занятие по курсу 2 часа

Самооценка ориентировки в процессе общения, способности к его анализу. Постановка задач для самостоятельной работы.

Список используемой литературы

- Анн Л.Ф.* Психологический тренинг с подростками СПб.,2003
- Баева И.А.* Тренинг психологической безопасности в школе. СПб.,2002
- Бурнард Ф.* Тренинг межличностного взаимодействия. СПб.,2001
- Вачков И.В.* Групповые методы в работе школьного психолога: Учебно-методическое пособие.М.,2002
- Гамезо М.В., Домашенко И.А.* Атлас по психологии: Информ. метод. пособие к курсу «Психология человека». М.,1999
- Гиппиус С.В.* Тренинг развития креативности. Гимнастика чувств. СПб., 2001
- Грецов А.Г.* Тренинг общения для подростков. Учебное пособие. СПб., 2006
- Дерманова И.Б., Сидоренко Е.В.* Психологический практикум. Межличностные отношения: Методические рекомендации. СПб., 2001
- Емельянов С.М.* Практикум по конфликтологии. СПб.,2000
- Жуков Ю.М.* и др. Методы практической социальной психологии: Диагностика. Консультирование. Тренинг. М.,2004
- Зайцева Т.В.* Теория психологического тренинга. Психологический тренинг как инструментальное действие СПб.,2002
- Козлов Н.И.* Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург,1998
- Кипнис М.* Тренинг креативности М.,2006
- Кипнис М.* Тренинг коммуникации М.,2006
- Ли Д.* Практика группового тренинга. СПб., 2001
- Леви В.А.* Искусство быть собой. М., 1991
- Микляева А.В.* Я - подросток. Я среди других людей: программа уроков психологии (9 класс). СПб., 2003
- Морева Н.А.* Тренинг педагогического общения.М.,2003
- Регуш Л.А.* Практикум по наблюдению и наблюдательности. СПб., 2001
- Фопель К.* Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. М., 1998
- Фопель К.* Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: практическое пособие. М., 2001