МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Архангельской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа «город Архангельск»
«Средняя школа № 93 имени 77-й гвардейской
Московско-Черниговской стрелковой дивизии»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**
**учебного курса**
**«Основы конструктивного общения»**
**для 11 класса среднего общего образования**
**базовый уровень**
**2023-2024 учебный год**

Учитель: Савелова Елена Павловна

город Архангельск

**Введение**

Программа школьного компонента «Психология общения» разработана на основе программы Т.Г. Григорьевой, Л.В. Линской, Т.П. Усольцевой «Основы конструктивного общения» под редакцией Ю.М. Забродина, М.В. Поповой и программы Н. Е. Водопьяновой, Н. В. Лик, Г. В. Андреевой "Самопознание школьников».

**Цель курса:** сформировать знания учащихся о сущности общения, рассмотреть все его стороны, особенности, проблемы , и его значение в жизни человека.

**Задачи:**

- Помочь ребятам взглянуть на окружающий мир и на себя со стороны;
- Научить осознавать и анализировать свои поступки в общении с окружающими;
- Раскрыть психологические закономерности общения;

1. Помочь ребятам выявить свои коммуникативные способности, преодолеть трудности в общении, развить свой коммуникативный потенциал;
2. Научить составлять свой личностный портрет, чтобы выявить свои определенные качественные характеристики;
3. Доказать, что искусство общения помогает человеку в его профессиональной деятельности карьерном росте, в успехе собственного бизнеса.

Актуальность изучения программы курса внеурочной деятельности «Психология общения» возрастает в связи со смещением акцента в обучении с передачи знаний на создание психолого-педагогических условий для развития каждого ребенка.

В настоящее время к числу наиболее актуальных вопросов образования относятся ориентация образовательного процесса на самоценность и творческий потенциал личности ученика, его индивидуальные возможности, способности, интересы.

В связи с этим большое значение приобрела проблема развития внутренних ресурсов к самообразованию и саморазвитию каждого ребенка.

Психологическая культура, толерантность, позитивное отношение к себе и другим, способность к рефлексии и саморазвитию, умение строить свои отношения с людьми, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом - все это относится к необходимым компонентам личности гражданина демократического общества.

Необходимость введения программы курса внеурочной деятельности «Психология общения» связана с реализацией новых требований, предъявляемых сегодня федеральными образовательными стандартами к личности ученика.

Программа курса «Психология общения» ориентирована на обучающихся 11 класса.

Занятия проводятся 1 раз в неделю (34 часов в учебный год).

**Планируемые результаты реализации программы.**

Приобретение школьниками знаний о своих психологических особенностях и особенностях других людей, основах конструктивного общения.

Обучающиеся научатся:

Способам самопознания и саморазвития, рефлексии, построения ситуации межличностного взаимодействия.

Получение обучающимися опыта переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного отношения к социальной реальности.

Обучающиеся получат возможность научиться в соответствии с ситуацией проявлять уважение, сочувствие, эмпатию по отношению к другим людям независимо от возраста, особенностей, статуса.

Получение обучающимися опыта самостоятельного общественного действия.

Обучающиеся должны приобрести опыт межличностного взаимодействия (различные способы информирования, ведение переговоров, выявление потребностей нуждающихся в помощи) на основе нравственных норм.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Курс внеурочной деятельности «Психология общения» ориентирован на достижение личностных, предметных и метапредметных результатов основного общего образования. Повышение уровня коммуникативных способностей и социально-психологической компетентности обучающихся в основах конструктивного общения – основная цель программы курса «Психология общения» - достижение поставленной цели связывается с решением следующих задач, указанных выше.

Личностные результаты освоения программы отражают:

- развитие самосознания учащихся;

- формирование у них положительного самовосприятия и чувства своей изначальной ценности как индивидуальности, ценности своей жизни и других людей;

- развитие свойств и качеств личности, необходимых для полноценного межличностного взаимодействия;

- формирование уверенности в себе и коммуникативной культуры, навыков разрешения межличностных конфликтов;

- укрепление адаптивности и стрессоустойчивости, оптимизма в отношении к реальности.

Предметные результаты включают коммуникативные показатели:

- обеспечение успешного усвоения знаний, умений и навыков и формирования психологической компетентности;

- формирование представлений подростков о значении и законах конструктивного общения в школе, семье и будущей профессиональной деятельности;

- формирование навыков равноправного общения, культуры эмоциональной экспрессии, предотвращения и разрешения межличностных конфликтов, самовоспитания и саморазвития,

- формирование активной позиции школьника при решении задач в области социальных и межличностных отношений;

- формирование способности обучающихся к осознанному выбору конструктивных способов реагирования в конфликтных ситуациях;

Метапредметные результаты освоения программы включают:

- обеспечение возможностей ученика самостоятельно осуществлять такое действие как учение, ставить перед собой учебные цели, искать и использовать необходимые средства и способы их достижения, контролировать и оценивать процесс и результаты деятельности;

- осознанно выбирать наиболее эффективные способы в межличностном взаимодействии, в решении учебно-познавательных и жизненно-важных задач;

- приобретение практического опыта работы в группе, сотрудничества со сверстниками, позитивных моделей поведения в обществе.

Оценка достижений учащихся происходит: во-первых, по итогам групповой рефлексии, во-вторых, по результатам психологического тестирования, в-третьих, по анализу образовательного продукта: творческие проекты по самопознанию и самовоспитанию.

**Содержание курса школьного компонента**

1. **Самопознание и саморазвитие.** Что такое самопознание? Способы самопознания. Личность. Качества, важные для межличностного общения. Механизмы общения: эмпатия, рефлексия, идентификация. Вербальные и невербальные средства общения.

2. **Открытое общение.** Правила эффективного общения. Практическое занятие: ролевая игра «Давайте познакомимся». Барьеры общения. Обратная связь. Практические занятия: ролевые игра с элементами выполнения упражнений «Испорченный телефон», «Разговоры». Упражнение «Мысль одна, а слов много».

Особенности вербальной коммуникации. Практическое занятие: игры: «Зеркало», «Пантомима», «Испорченный видеомагнитофон».

3. **Этические формы общения.** Правила искусства убеждения. Схема убеждения. Практическое занятие: упражнения «Убеждение»; игры «Комплимент», «Прокуроры и адвокаты», «Поединок ораторов». Как стать специалистом в деловых переговорах. Умение вести конструктивный диалог. Практические занятия: составить текст объявления типа «ищу работу», «приём на работу». Игра «Брачный контракт», « Экстренные звонки». Упражнение: «Отправь SMS другу». Закрепление материала. Притча: «Как важно правильно слушать». Упражнение «Самопохвала».

4. **Конфликты и способы их разрешения.** Приветствие. Упражнение «Вежливые слова». Теория (конфликтные типы личности). Формула конфликта. Управление конфликтом. Правила бесконфликтного общения. Проявление агрессивности, эгоизма. Стресс. Практическое занятие: ролевая коммуникативная игра «Как разрешить конфликт». Рефлексия, упражнение «Живая анкета». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации. Практическое занятие: проигрывание «выхода из неудобных ситуаций, не теряя чувства собственного достоинства».

5. **Общение в группе.** Что такое малая и большая группы. Группа и коллектив. Положение человека в группе и коллектив, психологический климат в группе и коллективе. Формальные и неформальные молодежные группы и объединения. Радиослушатели и телезрители как большие социальные группы. Реклама как способ воздействия на людей. Пользователи Интернета как большая группа.

Групповая коммуникативная игра на сплочение «Ниточка и иголочка»,«Принятие решений»

Каждое занятие имеет следующую структуру:

1. Информационная часть
2. Практическая часть
3. Рефлексия.

Формы и методы работы:

Проведение занятий по темам программы «Психология общения» предполагает использование разнообразных методов и форм работы:

Занятия содержат интерактивные методы:

- творческие задания; игровые элементы; мозговой штурм; интерактивные лекции (использование видеоматериала);

- Информационно-практические: уроки-лекции, уроки-беседы, дискуссии.

- Практические и тренинговые занятия, ролевые игры.
- Обучение через опыт и сотрудничество.
- Психодиагностические: тестирования и опросы с целью самопознания.
- Проигрывание и анализ жизненных ситуаций, моделирование ситуаций.
- Анализ статей научно-популярной литературы.
- Систематическое повторение ранее изученного материала.
- Проверка и самопроверка знаний.

В процессе обучения используются различные дидактические материалы: презентации по темам курса, видеоматериалы, схемы и т.п.

При оценке результатов обучения целесообразно использовать опросный метод. По окончании курса предлагается выполнить творческую работу (эссе, рефлексивное сочинение, творческое исследование по одной из тем) по выбору учащихся.

**Тематическое планирование курса.**

| № | Тема | Кол-во часов |
|---|---|---|
| 1 | Самопознание и саморазвитие | 6 |
| 2 | Открытое общение | 8 |
| 3 | Этические формы общения | 7 |
| 4 | Конфликты и способы их разрешения | 6 |
| 5 | Общение в группе | 7 |
| | Итого: | 34 |

**Календарно-тематическое планирование.**

| № п\п | Тема занятия | Форма организации | Вид деятельности | Количество часов |
|---|---|---|---|---|
| **1** | Что такое самопознание? | беседа | Зачем нужно знать себя. Причины самопознания. | **1** |
| **2** | Способы самопознания | беседа | Кто я? Какой я? Я глазами других людей. Многообразие личностных качеств. | **1** |
| **3** | Личность. | беседа | Структура личности. Методы изучения личности. Самонаблюдение и самоанализ. Психологический портрет личности. | **1** |
| **4** | Качества, важные для межличностного общения. | дискуссия | Многообразие личностных особенностей. Секреты уверенности в себе. Коммуникативные знания и умения. | **1** |
| **5** | Механизмы общения: эмпатия, рефлексия, идентификация. | беседа | Рассказать о способах, посредством которых люди интерпретируют, понимают и оценивают другого человека. | **1** |
| **6** | Вербальные и невербальные средства общения. | мини-лекция | | **1** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **8** | Правила эффективного общения. | дискуссия | Дискуссионное занятие по поводу того как нужно привлечь собеседника. | **1** |
| **9** | Практическое занятие. | игра | Словесная игра «Давайте познакомимся» | **1** |
| **11** | Барьеры общения. | беседа | Что может препятствовать нашему общению друг с другом | **1** |
| **11** | Обратная связь. | беседа | Сведения о включенности в данную ситуацию (комфортность, спокойствие, интерес) или стремлении выйти из нее (нервозность, нетерпение и т. д.). | **1** |
| **12** | Практическое занятие | ролевые игры | ролевые игры с элементами выполнения упражнений «Испорченный телефон», «Разговоры». Упражнение «Мысль одна, а слов много» | **1** |
| **13** | Особенности вербальной коммуникации. | беседа | Способы общения в обществе. | **1** |
| **14** | Практическое занятие | словесная игра | Игры: «Зеркало», «Пантомима», «Испорченный видеомагнитофон». | **1** |
| **15** | Правила искусства убеждения. | Мини-лекция | Что такое конфликт? Когда возникают конфликты? | **1** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **16** | Схема убеждения. | Беседа | Беседа (как себя вести, если возникла конфликтная ситуация?). | **1** |
| **17** | Практическое занятие | Сюжетная игра | Упражнения «Убеждение»; игры «Комплимент», «Прокуроры и адвокаты», «Поединок ораторов». | **1** |
| **18** | Как стать специалистом в деловых переговорах. | беседа | Причины, последствия конфликтов | **1** |
| **19** | Умение вести конструктивный диалог | беседа | Как научиться правильно общаться с людьми. | **1** |
| **20-22** | Практические занятия | Практические упражнения в тетрадях, игры, работа с текстом | Составить текст объявления типа «ищу работу», «приём на работу». Игра «Брачный контракт», « Экстренные звонки». Упражнение: «Отправь SMS другу». Закрепление материала. Притча: «Как важно правильно слушать». Упражнение «Самопохвала». | **3** |
| **23** | Приветствие. Упражнение «Вежливые слова». Теория (конфликтные типы личности). Формула конфликта. | мини-лекция. | Что такое конфликт? Когда возникают конфликты? | **1** |
| **24** | Управление конфликтом. | беседа | как себя вести, если возникла конфликтная ситуация? | **1** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| **25** | Правила бесконфликтного общения. | дискуссия | Выработать правила бесконфликтного общения в обществе. | **1** |
| **26** | Проявление агрессивности, эгоизма. Стресс. | беседа | Причины, последствия конфликтов. Как с ними справится и что делать в конкретной ситуации. | **1** |
| **27** | Практическое занятие. | ролевая коммуникативная игра | Ролевая коммуникативная игра «Как разрешить конфликт». Рефлексия, упражнение «Живая анкета». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации. | **1** |
| **28** | Практическое занятие. | тренинг | Проигрывание «выхода из неудобных ситуаций, не теряя чувства собственного достоинства». | **1** |
| **29** | Что такое малая и большая группы. Группа и коллектив. | беседа | Основные понятия, термины | **1** |
| **30** | Положение человека в группе и коллективе, психологический климат в группе и коллективе. | диагностика | Проективные методики «Социометрия», «Психологический климат в группе» | **1** |
| **31** | Формальные и неформальные | беседа | Структура, характеристика | **1** |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | молодежные группы и объединения | | молодежных объединений и групп | |
| **32** | Радиослушатели и телезрители как большие социальные группы. | Работа с информационными ресурсами. | | **1** |
| **33** | Реклама как способ воздействия на людей. | Работа с информационными ресурсами. | | **1** |
| **34** | Пользователи Интернета как большая группа. | Работа с информационными ресурсами | | **1** |
| **Итого:** | | | | **34** |