

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Лиховская средняя общеобразовательная школа

Согласована  
директора

Заместителем директора по ВР  
МБОУ Лиховской СОШ *Обух*

Принята педагогическим советом

МБОУ Лиховской СОШ  
Протокол № 1 от 30.08 2022

Утверждена приказом *Ма*

№ 144  
МБОУ Лиховской СОШ  
от 30.08 2022 г



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
гуманитарной направленности  
«Психология общения»

Для обучающихся 5-11 классов  
Срок реализации программы -1 год

Составитель: руководитель кружка,  
учитель английского языка  
Сыч Ирины Александровна.

## Пояснительная записка

Рабочая программа курса по дополнительному образованию «Психология общения» для обучающихся старших классов составлена в полном соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Приоритетным направлением образования в условиях модернизации является развитие личности, готовой к продуктивному взаимодействию с окружающим миром, к самообразованию и саморазвитию, а также готовой нести личную ответственность за принятое решение. Кроме того, стремительно развивающаяся информационная среда с каждым днем усиливает влияние на содержание образовательных программ и сам процесс обучения. В этих условиях остро встают вопросы повышения эффективности усвоения обучающимися большого потока знаний, адаптации организма к повышающимся стрессовым нагрузкам. В целом, возрастает значимость сохранения здоровья обучающихся, в том числе и психологического, как необходимого условия активной жизнедеятельности.

Старший школьный возраст (9-11 классы) – это тот уникальный сензитивный период, в котором наиболее эффективно происходит обучение основным поведенческим стратегиям, приводящим впоследствии к успешной самореализации, наиболее полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала личности.

Курс по выбору «Психология общения» направлен на повышение психологической информированности, ориентирование учащихся в психологической науке, а также на развитие у старшеклассников навыков эффективного общения, приобретение умений адекватного и равноправного взаимодействия, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов.

Теоретические знания и практические умения в области психологии позволят старшеклассникам выбрать правильную тактику взаимодействия со сверстниками, родителями, педагогами, а также помогут в реализации своего личностного потенциала склонностей и способностей.

В программе курса «Психология общения» особое внимание уделяется активным формам работы. Психотехнические игры, элементы психологического тренинга, разыгрывание ситуаций и ролевые игры позволят обучающимся получить «обратную связь», сформировать навыки анализа интересов, чувств, мотивов партнера по общению и самоанализа, конструктивного ведения диалога.

**Цель курса:** повышение уровня психологической компетентности старшеклассников в коммуникативной сфере, обеспечение их личностного развития.

**Задачи курса:**

1. Формировать у учащихся практические навыки общения, самопознания, саморазвития.
2. Формировать устойчивый навык конструктивного общения.
3. Развивать социальную компетентность.
4. Познакомить с условиями и приемами эффективного ведения деловой беседы.
5. Формировать ценностное отношение к собственному психологическому здоровью и толерантное отношение к окружающим.

Количество часов в неделю - 1 час.

Курс рассчитан на 1 года - 31 час.

## Формы и методы обучения.

Методы ведения **занятий** выбирались исходя из их выраженной практической направленности. На протяжении занятий психолог занимает позицию активного участника. В зависимости от вида задания он выступает то, как информатор, то, как эксперт, то, как равноправный участник или наблюдатель.

В преподавании данного курса применяются известные в мировой педагогической и психологической практике **методы обучения**: словесные, методы проблемного обучения, метод погружения, метод проектов, метод наблюдения, метод экспериментальной психологии, анализ продуктов деятельности, анкетирование и др. А также методы, адаптированные к условиям школьного обучения. К ним относятся: игровые методы (дидактические и творческие игры), метод творческого самовыражения (литературное, художественное и др. виды творчества), методы психической саморегуляции и тренировки психических функций (аутогенная тренировка, психофизическая гимнастика, приемы эмоциональной разгрузки).

- групповая работа;
- информирование;
- диагностика;
- элементы индивидуальной работы;
- групповая дискуссия (повышает мотивацию и вовлеченность участников в решение обсуждаемой проблемы);
- психогимнастика;
- наблюдение за коммуникативным поведением других (эффективный способ повышения собственной компетентности)
- ролевые игры;
- элементы индивидуальной и групповой релаксации;
- подвижные игры.

Данные формы и методы работы позволяют решать широкий круг вопросов в области общения, основная цель которых - развитие личностных ресурсов старших подростков в области коммуникативных умений и навыков. На занятиях обучающиеся отрабатывают навыки инициативности в общении, умение "пристроиться" к партнеру. Школьники могут "примерить" на себя различные модели поведения в конфликтных ситуациях, выбранных из личного жизненного опыта. С помощью проигрывания ситуаций обучающиеся научатся как "правильно" общаться, налаживать контакт, как эффективнее строить и поддерживать беседу.

С помощью игр развивается более глубокое понимание себя, гибкость в общении, открытость, оптимизм.

## **1. Результаты освоения курса дополнительного образования**

Учащиеся будут уметь распознавать невербальные сигналы в общении, использовать различные речевые средства (интонацию, темп, громкость речи), знать основные виды психологических защит, анализировать особенности их проявления в поведении человека, уметь управлять своими эмоциями, знать виды конфликтов, стили разрешения конфликтных ситуаций, уметь конструктивно разрешать конфликт, уметь отстаивать свою позицию в коллективе, противостоять давлению сверстников, уметь уверенно сказать «нет», правильно строить деловой разговор.

### **В результате изучения курса учащиеся приобретут умения:**

- выделять и объяснять существенные признаки коммуникации, конфликта;
- находить в разных источниках и анализировать информацию, необходимую для сравнения различных понятий по степени их значимости и по тематике;
- приводить примеры: различных вариантов коммуникаций, конструктивного общения;
- выявлять коммуникативные проблемы в сложных ситуациях, прогнозировать то или иное решение для улучшения качества общения;
- применять практические методики для определения качественных характеристик личности. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
  - наблюдения и оценки складывающейся ситуации общения; определения комфортных и дискомфортных условий коммуникации;
  - выражения своих потребностей и принятия потребности окружающих;
  - решения практических задач по выработке совместного решения;
- использовать приемы самосовершенствования в учебной и трудовой деятельности;
- аргументировать свою точку зрения во время дискуссии в группе независимо от высказываемой точки зрения.

## **2.Содержание курса с указанием формы организации и видов деятельности**

### **Раздел 1. Основы психологии общения. (11 часов)**

Сущность общения. Виды, функции и структура общения. Средства коммуникации. Структура речевого акта. Понятие о вербальном и невербальном общении. Искажение и потеря информации при общении: причины и пути преодоления. Коммуникативные барьеры в общении. Барьер темперамента. Барьер характера. Барьер манеры общения. Барьер отрицательных эмоций. Барьер речи. Преодоление коммуникативных барьеров.

Невербальные средства общения. Мимические выражения эмоциональных состояний. Мимика и голос как экспрессивные составляющие общения. Экспрессия взгляда. Организация пространства и времени общения. Территории и зоны в общении. Язык жестов и поз в коммуникации. Виды жестов, используемых в повседневной жизни. Важность анализа совокупности жестов. Место взаимодействия в структуре общения. Формы взаимодействия в процессе общения. Формирование навыков социального взаимодействия. Сущность процесса восприятия одним человеком другого. Эффекты восприятия и оценки партнеров по общению (эффект ореола, эффект новизны, эффект первичности, стереотипизация). Этнические стереотипы и их роль в процессе межличностного общения.

**Форма организации:** тренинги, ролевые игры, клуб «Язык жестов», мастерская «Я – это ты, ты – это я»

**Вид деятельности:** познавательная, проблемно-ценностное общение.

### **Раздел 2. Психические техники общения. (11 часов)**

Качества личности, необходимые для успешного общения. Правила подачи обратной связи. Правила принятия обратной связи. Техника активного слушания. Техника «Я-высказывание». Психотехника овладения инициативой в общении: прямое включение, экспрессия, юмор, неожиданность, прогнозирование реакции, активизация сопереживания, сокращение коммуникативной дистанции, вовлечение в действие. Психотехника «Создаем себе настроение». Психологическая техника убеждающего воздействия: психотехнические приемы убеждающего воздействия, тактические и риторические методы аргументации.

Психологическая техника формирования аттракции (симпатии) в общении: Психологический прием «Имя собственное»; психологический прием воздействия улыбкой; психологический прием «Золотые слова»; психологический прием «Терпеливый слушатель». Трансактный анализ общения. Техники трансактного анализа общения.

**Форма организации:** тренинги, ролевые игры, глухой телефон

**Вид деятельности:** познавательная, проблемно-ценностное общение.

### **Раздел 3. Психология делового общения. (7 часов)**

Сущность делового общения и его специфические черты. Виды и формы делового общения. Речевой этикет в деловом общении. Нормы делового общения. Личный тайм-менеджмент. Правила распределения времени между различными видами деятельности. Понятие об имидже. Составляющие имиджа. Коммуникативные функции имиджа. Создание имиджа – элемент психотехники оказания влияния на окружающих. Психологические особенности публичного выступления. Секреты успешного публичного выступления. Собеседование при приеме на работу. Составление резюме.

**Форма организации:** тренинг, дискуссия, ролевые игры, в гостях у имиджмейкера, клуб знатоков

**Вид деятельности:** проблемно-ценностное общение, познавательная.

### 3. Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов
1	Основы психологии общения	13
2	Психологические техники общения	11
3	Психология делового общения	7
	Итого	31

### Календарно-тематическое планирование

№ урока	Дата	Тема	Форма организации	Корректировка
<b>Раздел 1. Основы психологии общения (13 час)</b>				
1	03.09	Сущность общения.	Тренинг Упражнения	
2	10.09	Виды, функции и структура общения.	Лекция	
3	17.09	Тренинг общения как способ повышения коммуникативной компетентности	Тренинг	
4	24.09	Средства коммуникации.	Ролевая игра	
5	01.10	Понятие о вербальном и невербальном общении.	Семинар-практикум	
6	08.10	Коммуникативные барьеры в общении.	Дискуссия	
7	15.10	Невербальные средства общения.	Семинар-практикум	
8	22.10	Язык жестов и поз в коммуникации.	Семинар-практикум	
9	12.11	Общение как взаимодействие. Формы взаимодействия в процессе общения.	Лекция	
10	19.11	Формирование навыков социального взаимодействия	Ролевая игра	
11	26.11	Этнические стереотипы и их роль в процессе межличностного общения.	Круглый стол	
12	03.12	Сущность процесса восприятия одним человеком другого.	Беседа с элементами тренинга	
13	10.12	Эффекты восприятия и оценки партнеров по общению.	Дискуссия	
<b>Раздел 2. Психологические техники общения (11 часов)</b>				
14	17.12	Качества личности, необходимые для успешного общения	Круглый стол	
15	24.12	Правила подачи обратной связи.	Беседа	
16	14.01	Правила принятия обратной связи.	Беседа	
17	21.01	Техника активного слушания.	Тренинг	
18	28.01	Техника «Я-высказывание».	Тренинг	
19	04.02	Психотехника овладения инициативой в общении.	Беседа с элементами тренинга	
20	11.02	Психологическая техника убеждающего воздействия.	Беседа с элементами тренинга	
21	18.02	Психологическая техника формирования	Беседа с элементами	

		аттракции (симпатии) в общении.	тренинга	
22	04.03	Психологические приёмы в общении.	Семинар-практикум	
23	11.03	Трансактный анализ общения.	Лекция	
24	01.04	Техники трансактного анализа общения.	Лекция	
<b>Раздел 3. Психология делового общения (10 часов)</b>				
25	08.04	Сущность делового общения и его специфические черты. Виды и формы делового общения.	Беседа с элементами тренинга	
26	15.04	Речевой этикет в деловом общении.	Беседа	
27	22.04	Нормы делового общения.	Беседа	
28	29.04	Личный тайм-менеджмент.	Круглый стол	
29	05.05	Правила распределения времени между различными видами деятельности.	Деловая игра	
30	13.05	Понятие об имидже.	Лекция	
31	20.05	Составляющие имиджа. Коммуникативные функции имиджа.	В гостях у имиджмейкера	
		Собеседование при приеме на работу. Составление резюме.	Семинар-практикум	