


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №16»

УТВЕРЖДАЮ Директор МБОУ «СОШ №16»  О.А.Бархатова Приказ № 522 «21» августа 2023 г.	ПРИНЯТО ПС «23» мая 2023 г. Протокол № <u>5</u>
--	---

**Рабочая программа
Внеурочной деятельности
«Психология общения»**

направление: социальное
основное общее образование
класс 8
2023 – 2024 учебный год
количество часов по учебному плану 34

Составитель:

Комович Ульяна Владимировна

Усолье-Сибирское

2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая программа по элективному курсу «Психология общения» для VIII класса создана на основе авторских программ, разработанных педагогами – психологами для 8 – х классов.

Рабочая программа по элективному курсу «Психология общения» представляет собой целостный документ, включающий следующие разделы:

- пояснительную записку;
- содержание тем учебного курса;
- календарно – тематическое планирование;
- перечень методического обеспечения

Общая характеристика элективного курса:

Общение – важнейший фактор психического и социального развития личности. Навыки общения необходимы каждому человеку для полного и качественного взаимодействия с другими людьми, для адаптации в социуме. Минимальные навыки общения у нас у всех имеются, но как показывает жизнь – их часто бывает недостаточно для решения разного рода проблем и задач, с которыми нам приходится сталкиваться в повседневной жизни. Следовательно, эти навыки необходимо развивать и совершенствовать.

Психология общения – это наука, которая изучает и решает проблемы общения и взаимоотношений между людьми.

В образовательных стандартах нового поколения в качестве одной из приоритетных областей развития личности школьника обозначены коммуникативные способности. Эти способности обеспечивают полноценное развитие личности, ее самореализацию и социализацию: на первый план выдвигается способность личности самостоятельно находить решения социально и профессионально значимых проблем, вступать в коммуникации познавательного, нравственного, профессионального характера.

В современном мире обществу требуются социально-адаптированные, высокообразованные, инициативные, предприимчивые, творческие люди.

Возраст 13-14 лет это период, который характеризуется "взрывом" изменений самых различных физиологических систем, что объясняется, главным образом, их половым развитием, проявляющемся в определении полового поведения.

Этот период необходимости социального признания, приводит к более активным, чем когда-либо поискам путей и средств самоутверждения. Самоутверждение личности идет за счет признания интеллектуальных способностей, физических данных или активной

общественной работы. В ходе выполнения различных видов деятельности подростки стремятся подражать "образцам поведения", но не всегда получают желаемый результат, что может приводить к острым переживаниям неудач.

В ходе взросления меняется отношение к семье. Созревание когнитивных и эмоциональных функций может вести к тому, что подростки используют все свои новые способности в форме критики, сомнений, противодействий, что ведет к конфликтам в семье.

Общение подростков в референтных группах становится основным способом самоутверждения: в них происходит сравнение качеств друг друга, результатов деятельности, выражаются притязания на место и роль среди сверстников. В общении проходит процесс удовлетворения своих духовных, физических потребностей за счет обмена информацией и эмоциями, процесс построения межличностных отношений подростков. Чувство одиночества и неприкаянности, связанное с возрастными трудностями становления личности, порождает у подростков неутолимую жажду общения и группирования со сверстниками, в обществе которых они находят (или надеются найти): эмоциональное тепло, признание собственной значимости.

Таким образом, в восьмом классе под влиянием биологических и социальных факторов в образе "Я" подростка приоритетное развитие получает потребность в признании своего "Я", признании своего имени, своей психологической сущности и внешних физических данных, утверждение своего "Я" в социальном пространстве личности в общении с окружающими людьми, потребность в признании сущности как представителя пола. Психология общения в подростковом возрасте строится на основе противоречивого переплетения двух потребностей: обособления и аффилиации, т.е. потребности в принадлежности, включенности в какую-то группу или общность.

Ведущей деятельностью в этот период становится общение, оно формирует подростка как личность. Интенсивность общения, разнообразие его содержания, целей, средств, являются важными факторами, определяющими личностное развитие.

Цель курса «Психология общения» - развитие коммуникативных навыков учащихся, повышение уровня их психологической компетентности в коммуникативной сфере, обеспечение личностного развития подростков.

Задачи курса:

- повысить психологическую культуру подростка;
- сформировать базовые понятия из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии;
- развить навыки конструктивного общения;

- развить умения адекватно выразить свои чувства и понимать выражение чувств других людей;

- развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;

- повысить уровень рефлексивности;

- создать мотивацию для дальнейшего саморазвития учащихся.

Учебно–методический комплект, способствующий достижению поставленных целей и задач, включает в себя различные учебные пособия и монографии, на основании которых были написаны конспекты элективных занятий, а также сборники развивающих психологических игр и тренингов, фильмы и видеоролики, в которых освещаются предусмотренные темы.

При реализации программы используются практически все методы организации учебно-познавательной деятельности, классифицирующиеся по характеру познавательной деятельности школьников (объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, метод проблемного изложения, частично-поисковый); по источникам знаний (словесные, наглядные, практические); по логике раскрытия учебного материала (индуктивные и дедуктивные) и по степени самостоятельности учащихся; обобщающая беседа по пройденному материалу, практические работы, работа с ментальными картами, тестирование, фронтальный опрос, индивидуальная работа (карточки, устный опрос), дискуссии, проектная работа, составление презентаций, публикаций.

По окончании курса учащиеся должны:

Знать:

- иметь общие представления о внутреннем мире человека, самопознании и саморазвитии,
- понимать значение терминов, используемых при изучении каждой темы,
- способы саморегуляции, доступные возрасту.

Уметь:

- определять эмоциональное состояние человека по внешним проявлениям,
- свободно выражать свои чувства и переживания,
- сотрудничать со сверстниками и взрослыми,
- владеть навыками саморегуляции и самопознания, соответствующие возрасту,
- владеть навыками конструктивного общения.

Длительность программы: данная программа состоит из 34 занятий (по 1 ч. 1 раз в неделю).

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ

содержание	КОЛ-ВО часов
Введение в практическую психологию общения	2
Уверенность в себе	5
Виды общения	7
Технологии коммуникации	8
Конфликт. Способы разрешения конфликтов	5
Критика. Реагирование на нее.	2
Типы и механизмы психологического воздействия.	2
Саморегуляция. Средства и методы саморегуляции.	1
Социальное взаимодействие.	1
Заключительное занятие.	1
ИТОГО	34 часа

КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

34 ЧАСА – 1 ЧАС В НЕДЕЛЮ

В связи с праздничными днями, количество уроков уменьшилось до 31 часа. По темам: «Конфликт. Способы разрешения конфликтов» уменьшено на 2 часа и «Типы и механизмы психологического воздействия» на 1 час. Программа будет выполнена за счет уплотнения учебного материала.

№ п/п	№ урока в теме	наименование разделов и тем	дата проведения		
			по плану	по факту	приме чания
		Введение в практическую психологию общения (2 часа)			
1	1	Тренинговое занятие «Знакомство».			
2	2	Роль общения в жизни и развитии человека.			
		Уверенность в себе (5 часов)			
3	1	Речь. Речь как средство коммуникации. Особенности речевого общения.			
4	2	Коммуникативная игра «Пойми меня»			
5	3	Уверенность в себе. Умение оценивать свои достоинства и недостатки.			
6	4	Чувства и эмоции. Их общая характеристика.			
7	5	Выражение чувств и эмоций в межличностном взаимодействии (практикум)			
		Виды общения (7 часов)			
8	1	Формальное и неформальное общение.			
9	2	Вербальное общение. Фазы речевого общения.			
10	3	Невербальное общение. Выражение своего эмоционального состояния невербальными средствами (практикум)			
11	4	Язык жестов. Умение понимать язык жестов (практикум)			
12	5	Три стороны общения. Модель коммуникативного процесса. Функции общения.			
13	6	Зона психологического комфорта. Исследование личностных границ (практикум)			

14	7	Стратегии общения.			
		Технологии коммуникации (8 часов)			
15	1	Социальные роли человека.			
16	2	Психологические установки в общении.			
17	3	Психологические позиции в общении.			
18	4	Барьеры общения. Личные особенности и врожденные факторы, осложняющие общение.			
19	5				
20	6	Темперамент (практикум)			
21	7	Эмпатия. Развитие эмпатии (практикум)			
22	8	Активное слушание (практикум)			
		Коммуникативная игра «Пойми меня»			
		Конфликт. Общение в конфликте (3 часа)			
23	1	Причины конфликтов. Типы конфликтогенов.			
24	2	Стратегии поведения в конфликтных ситуациях.			
25	3	Практическое занятие по стратегиям поведения в конфликтных ситуациях.			
		Критика (2 часа)			
26	1	Понятие «критика». Тест «Как я реагирую на критику»			
27	2	Умение реагировать на критику (практикум)			
		Типы и механизмы психологического воздействия (1 час)			
28	1	Манипулирование. Заражение. Внушение. Убеждение.			
		Саморегуляция (1 час)			
29	1	Понятия: самообладание, самоирония. Аффект.			
		Социальное взаимодействие (1 час)			
30	1	Деловое общение. Его характеристика.			
		Заключительное занятие (1 час)			
31	1	Коммуникативная игра «Душевный разговор»			
		итого 34 час			

Список литературы

1. Андреева, Г. М. Психология социального познания М., 2004
2. Атватер, И. Я Вас слушаю. - «Экономика», 1988. – 111 с.
3. Вердербер, Р., Вердербер К. Психология общения. – Спб. 2003
4. Доценко, Е.Л. Психология манипуляции: феномены, механизмы и защита.— М.:, Издательство МГУ, 1997. — 344 с.
5. Ильин, Е.П. Психология общения – Спб. 2009.
6. Крижанская, Ю. С. Третьеков, В. П. Грамматика общения 1990
7. Поварнин, С.И. Искусство спора. О теории и практике спора. М.:ТЕРРА, 2009. - 192 с.
8. Пиз, А. Язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам - Нижний Новгород: Ай Кью, 1992. 265 с.
9. Рудякова, О.Н. Развитие культуры общения в подростковой среде: программа, разработки занятий, рекомендации. – Волгоград: Учитель, 2011. – 151 с.
10. Семечкин, Н.И. Психология малых групп: учеб. пособие / Н. И. Семечкин. - Владивосток: изд-во Дальневосточного государственного университета, 2005. – 117 с.
11. Семечкин, Н.И. Социальная психология на рубеже веков: история, теория, исследование: учеб. Пособие – Владивосток: изд. Дальневосточного университета, 2001. – 149с.
12. Сидоренко, Е.В. Тренинг влияния и противостояния влиянию. — СПб: Речь, 2002. — 256 с.
13. Столяренко, Л.Д. Социальная психология – Ростов н/Д, 2009.
14. Трунов, Д.Г. Механизмы манипуляции и типы манипуляторов // Коммуникация в современной парадигме социального и гуманитарного знания: Материалы 4-й международной конференции РКА «Коммуникация-2008». М., 2008. С. 474-476.
15. Чалдини, Р. Психология влияния. 5-е изд. – Спб.: Питер, 2013. – 304 с.
16. Шепелева, Л.Н. Программы социально-психологических тренингов. – СПб: Питер, 2011. – 160 с.