Министерство образования и науки Российской Федерации
Департамент образования администрации г. Братска
Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Дворец детского и юношеского творчества»
Муниципального образования г. Братска

РАССМОТРЕНО
Заседание МС
МАУ ДО «ДДЮТ»
Протокол № 1
от 30.08.2017.
Зам. директора по УВР
Суминова А.В.

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 128
от 01.09.2017
Директор
МАУ ДО «ДДЮТ»
Панасенкова Л.П.

Дополнительная общеобразовательная программа (общеразвивающая) «Психология общения »

Возраст детей: 1 год
Срок реализации программы: 15-17 лет

Автор разработки:
Ткаченко Светлана Викторовна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО «ДДЮТ»
первая квалификационная категория;

г. Братск 2017 г.

Пояснительная записка

Новая парадигм образования, реализованная ФГОС – это переход от системы образования информационной к системе деятельностной, формирующей у обучающихся компетенции самостоятельного поиска по основным предметным знаниям при решении конкретных личностно- значимых задач, в том числе в ситуациях неопределенности.

Программа гуманистически ориентированного учебного курса психологии «Психология общения» социально-педагогической направленности. Она разработана в соответствие с требованиями основных нормативных документов: Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ; Постановление Правительства РФ от 15 апреля 2014 г. N 295 «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2013-2020 годы; Конвенция о правах ребёнка; Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ (ред. от 28.12.2016) «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации». По направленности является социально-педагогическая,. По видам деятельности- допрофессиональная подготовка. По образовательным областям: социальная практика

Актуальность

Программа предназначена для знакомства старшеклассников с основными достижениями психологической мысли в области изучения личности и закономерностей человеческих взаимоотношений. Разработка данной программы позволяет обеспечить уровень подготовки обучающихся, достаточный для углубленного изучения предмета. Этот учебный курс вводится в один из критических периодов развития личности – поздний подростковый и ранний юный, когда старшеклассников беспокоит полоса неопределенности, начинающаяся за школьным порогом. Они хотели бы приобрести навыки ориентации в сложных жизненных ситуациях, чтобы находить оптимальный способ поведения. Неумение понять личностные проблемы, отсутствие представлений о способах их разрешения нарушают позитивное отношение школьников к себе И другим, деформируют образ жизни в целом нередко толкая на правонарушения. Подрастающему человеку все время говорят , что надо уметь управлять своим поведением , но не говорят как этому научиться. Интерес к самопознанию превышает их возможности познать себя , так как они не располагают сведениями о психологических особенностях человека. Ребенка можно легко убедит и в его гениальности и в его неполноценности. И то и другое вредно для развития личности.

Новизна Учебный курс «Психология общения» имеет практическую и прикладную направленность: с одной стороны, овладение психологически-

ми знаниями способствует личностному росту, а с другой – достигается конструктивность в решении жизненно важных и реально существующих у растущего человека проблем. Это – личностно-ориентированный курс психологии, в котором общение в учебном процессе происходит не по поводу какого-то постороннего предмета, а по поводу «меня самого».

Если необходимые умения не приобретаются на пороге взрослой жизни, человек оказывается незащищенным перед трудностями, стрессовыми ситуациями, терпит неудачу в неформальных отношениях, оказывается коммуникативно-некомпетентным и личностно зависимым.

Часто это происходит из-за того, что, испытывая затруднения, он боится обратиться к окружающим за помощью, т.к. просто не умеет общаться, а на занятиях по данной программе каждый подросток окруженный вниманием, проявляет искреннюю заинтересованность к людям, помогает им и рассчитывает на их помощь. Он может активно экспериментировать различные стили общения, усваивать и отрабатывать совершенно иные, не свойственные ему ранее коммуникативные умения и навыки, ощущая психологический комфорт и защищенность.

Целесообразность

Изменения, происходящие в нашем обществе, затрагивают жизненно важные интересы каждого человека. Без сомнения, болезненно отражаются они и на молодежи. Несмотря на то, что именно эта категория обладает более высоким уровнем социальной мобильности, отсутствие собственной материальной базы, зависимость от родителей, расхождения между социальными ожиданиями молодых людей и реальностью, уровнем самооценки и возможностями приводят к возникновению стрессовых ситуаций, дискомфорту, становятся ведущими факторами появления девиации, различных межличностных и личностных проблем. Отсюда можно сделать вывод, что в настоящее время возник заказ социума: помочь юношам и девушкам разобраться в себе и окружающем мире, адекватно оценить себя и происходящее. Удовлетворить данный заказ и поставило своей целью создание клуба старшеклассников. Почему именно клуб?

Клуб - является «формой организации самодеятельности людей». Формирование культуры его членов происходит путем их: саморазвития и взаимообогащения, основанного на общении субъектов деятельности в свободное время. Предназначение клуба - создавать условия как для коллективной самодеятельности людей (в клубной общности), так и для индивидуальной. В основе деятельности клуба лежит общественная потребность в обеспечении самостоятельной, свободной, активной и творческой деятельности членов

общества, т.е. в создании условий для их самодеятельности». Для клубной формы дополнительного образования детей характерно движение от реализации индивидуальных потребностей, через включение в социальную деятельность к социально одобряемому стилю жизни.

Клуб – это, прежде всего объединение по ИНТЕРЕСАМ. Следовательно, в него придут юноши и девушки, объединенные общими интересами. Но надо учитывать, что у каждого из них есть и свой личный мотив прихода, и реальные потребности, запросы и конкретные ожидания. Иными словами - свои ЦЕЛИ.

После проведения социологического опроса среди потенциальных членов клуба (старшеклассников школ и учащихся БрГУ и ФИГУ) были выявлены реальные интересы и потребности данной категории. С учетом результатов социологического исследования и была разработана программа деятельности клуба старшеклассников.

Отличительные особенности

Данная программа разработана на основе «Синтон-программы», творческого объединением психологов «Синтон» под руководством Козлова Н.И. и рекомендованная Министерством образования России и Комитетом по делам молодежи России для использования в учебном процессе. «Синтон-программа» нацелена на развитие навыков повседневного общения молодых людей. Кроме этого использованы программы

1.«Психология общения» серия уроков психологии «Я-подросток» автор А. Микляева.

- 1 часть - «Мир эмоций» (темы: 1.Чувства вредные и полезные; 2.Управление чувствами; 3.Способы выражения чувств и т. д.)
- 2 часть «Встречи с самим собой» (темы: 1.Индивидуальность; 2.Ценности; 3.Планы на будущее; 4.Уверенность в себе и т.д.)
- 3 часть «Я среди людей» (темы: 1.Передача информации; 2.Стили общения; 3.Стереотипы и конфликты и т.д.)

2. «Азбука общения» Санкт-Петербургского Российского педагогического университета. «Азбука общения»-содержание этой программы отражено в названии. В ней затронуты общие понятия культуры общения.

3. Использованы материалы курса «Основы конструктивного общения авторов Григорьевой Т., Линской О., Кольцовой Е., «Психология. как учебный предмет в школе» Забродин Ю.М.,Попова М.В, а так же программу И.Вачкова «Приключения во внутреннем мире, или психология для старшеклассников». Перечисленные программы не могут быть использованы полностью, т.к. их содержание не соответствует задачам курса. «Основы кон-

структивного общения» -программа охватывает большое количество тем, важных в деловом общении, но материал занятий очень теоритизирован и рассчитан на другой возраст.

4. Программа клуба старшеклассников «Орда» Л. А. Щербакова, г. Мурманск, также не освещает все темы необходимые для курса.

Цель обучения:

Цель обучения – помочь старшекласснику стать более творческим, более социально адаптированным, более защищенным.и как следствие целенаправленно формировать базу его внутренних ресурсов и стабильности в рамках здоровье сберегающих технологий

Задачи:

Обучающие

1.Обеспечить овладение определенными социально-психологическими знаниями:

- Приемы межличностного взаимодействия
- Знание правил слушания.
- Знание правил аттракции
- Знание языка жестов
- Приемы ведения деловой беседы

Развивающие

1.Развитие способности адекватного познания себя и других людей:

- Восприятие своего «Я» через соотнесение с другими, что дает возможность сопоставить себя с другими
- Восприятие себя через восприятие другими, т.е. используется информация, передаваемая ему окружающими.
- Восприятие себя через результаты собственной деятельности.
- Формированию жизненно важной потребности любить и ценить свое «Я» (повышение самоприятия) и воспитанию уважения к множественным проявлениям других личностей;
- Развивать познавательные и профессиональные интересы,
- Развивать способность строить жизненные планы и вырабатывать нравственные идеалы,
- Формировать рефлексивный тип мышления (умение провести адекватный самоанализ своих умений, качеств, поступков),
- Развивать творческие способности

Воспитательные

1. Формировать положительную мотивацию на культуру жизнедеятельности:

- уважительное отношение к людям,

- общественную активность,
- интерес к культуре и истории России,
- стремление принести пользу обществу,
- осознание личной и общественной значимости образования (знаний),
- умение ставить цели и реализовывать их,
- осознание значимости результата

2. Формированию мотивации к самопознанию, духовно-нравственному совершенствованию, социальному и профессиональному самоопределению.

Принципы

Из всех традиционных принципов обучения для преподавания психологии в подростковой аудитории наибольшее значение имеют два: принцип отражения возрастных особенностей и принцип индивидуального подхода. Первый реализуется на практике таким образом, что в самом содержании учебной программы представлена информация, на которую есть реальный запрос у детей данного возраста в силу определенных психологических потребностей возраста. Так если общая мотивация у старшеклассника смещается на общение, то очевидно, что надо научить его правильно общаться.

Второй принцип мы понимаем как учет потребностей и интересов конкретной аудитории. Так , например если в группе 1 учащиеся абсолютно не умеют слушать, соответственно этой теме в данной группе, будет уделено большее внимание. Учитывая подобные различия надо помочь учащимся построить целостную картину мира и видение себя в этом мире. Кроме этого учтены следующие принципы: мотивационной готовности; целостности материала; соответствия методам познания.

Курс обучения структурирован по принципу соответствия основным методам познания: анализу и синтезу информации.

1) Метод передачи знаний является важным для усвоения системы знаний при изучении психики.
2) Метод проблемного обучения практически пронизывает все учебные занятия, позволяет заложить психологические противоречия прямо в учебный материал.
3) Метод погружения делает обучение более интенсивным.
4) Метод проектов применяется для приобретения навыков исследовательской работы и развития творческих способностей.
5) Метод наблюдения дает возможность целенаправленного восприятия и изучения психических явлений.

6) Методы экспериментальной психологии используются в качестве инструмента самопознания.
7) Метод творческого самовыражения направлен на то, чтобы научить старшеклассников выражать себя творчески, а также постигать уникальность личности вообще через понимание себя и другого человека.
8) Методы психической саморегуляции приводят к возникновению у учащихся более гибкой модели поведения.

В методике преподавания « Психологии общения» учтены идеи русской дореволюционной педагогики о смысле и значении образования. Суть сводится к введению принципа гуманизма в теорию и практику обучения, что означает буквально следующее: учет индивидуальных особенностей, учет возрастных особенностей детей в обучении и тщательная работа педагога над собой (Лесгафт П.Т.,Каптерев П.Ф., Толстой Л.Н.).

Вместе с тем, концепция преподавания данного курса отражает основные тенденции педагогической психологии и образовательной политики развитых стран мира в области развития личности растущего человека (Нейл А., Роджерс К.).Соответственно курс разработан в отличной от традиционной(где главное передача и проверка усвоения знаний),парадигме обучения, известной под названием «Учение через опыт»(Experiental learning).В основу гуманистической парвдигмы обучения положены принципы, сформулированные К.Роджерсом:

- Основываться на личных интересах ученика
- Поощрять учебные успехи ,а не только указывать на недостатки
- Сделать обучение эмоциональным ,а не только умственным
- Помочь в ходе учения открывать себя
- Воспитывать творческую смелость

Основные формы, используемые в педагогическом процессе

- мини-лекции;
- мотивационные, рефлексивные и другие диалоги;
- направленный рассказ, беседа;
- проблемные обсуждения, дискуссии;
- психотехнические игры, упражнения;
- психогимнастика;
- психологические и учебно-игровые тренинги;
- коммуникативные и игровые практикумы;
- творческие мастерские;
- организационно-деятельностные игры;

- деловые, ролевые, творческие игры;
- игры-импровизации, ролевые этюды, любительские инсценировки;
- творческие встречи и т. д.
- диагностические методики.

Форма организации занятий - групповая.

Программа клуба предполагает использование на занятиях системы «малых групп», групповые и дифференцированные способы обучения в сочетании с индивидуальным консультированием.

Сроки реализации программы

Программа предмета рассчитана на 1 год обучения с общим количеством часов 144, 4 часа в неделю. Возраст детей – 15-17 лет. Количественный состав групп определен на основе Образовательной программы ДДЮТ на 1-м г. о. – 15-12 человек.

Ожидаемые результаты

Личностные:

- Улучшение соматического и психологического здоровья детей;
- Повышение уровня социальной защищенности;
- Наличие у молодых людей потребности в активном участии в общественной жизни;
- Присвоение социального опыта и поведения в процессе решения проблемных ситуаций;
- Самостоятельно развивать внимание, память, воображение, творческое мышление.

Метапредметные:

- Эффективная профориентация;
- Приобретение навыков поиска правовой информации.

Предметные:

По окончании курса обучения дети будут знать:

- Базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;
- Виды конфликтов и пути их преодоления
- Эффективные формы работы в команде;
- Методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;

- Взаимодействовать¬ сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;
- Доверять друг другу и регулировать свое¬ поведение, исходя из правил тренинговой работы;
- Применять на практике¬ индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;
- Защищать себя и своё¬ здоровье;
- Высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая¬ мнение и позицию другого человека.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы: коллоквиум, учебно-исследовательские конференции и конкурсы, составлении электронного учебника по теме программы.

Методическая служба учреждения дополнительного образования детей разработала (в соответствии с федеральным законом об образовании № 273 от 29.12.2012) критерии оценок промежуточной, итоговой аттестации и текущего контроля успеваемости.

Мною самостоятельно составлены рекомендации по изготовлению электронного учебника, являющегося контрольной выпускной работой, позволяющей оценить приобретенные знания и умения. Таким образом , промежуточная и итоговая аттестация учащихся проводится в соответствии с локальными актами учреждения

По итогам пройденных тем, а также по итогам полугодий проводятся «зачетные» занятия в форме ролевых, деловых игр, творческих конкурсов, выполнения творческих заданий и упражнений, и т. д., где обучающиеся должны продемонстрировать полученные знания и приобретенные умения.

Структура роста. Предполагаю, что учащиеся, прошедшие данный курс обучения, становятся более подготовленными к встрече со стандартными и нестандартными жизненными ситуациями. Они будут способны искать и находить возможности изменения неудовлетворенных отношений с окружающими в себе, используя свой интеллектуальный и личностный потенциал.

Результатом обучения можно также считать формирование у учащихся некоторых качеств личности в соответствии с Программой ЮНЕСКО " Образование 2000", где декларируется, что выпускник должен уметь:

1. Быть творческим, уметь по-новому смотреть на привычные вещи.
2. Самоопределяться, брать на себя ответственность за свое образование.

3. Решать проблемы, выбирая и используя различные конструктивные способы решения.
4. Быть уверенным в своих возможностях.
5. Быть толерантным (эмоционально устойчивым), эмпатийно относиться к многообразию жизни.

Таким образом, программа, в ее целостности, предоставляет обучающимся *возможность* найти и раскрыть себя, свое «Я», свой «образ», определить конкретные цели и способы их достижения. Более эффективно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми, создавать мир, где каждый человек ценится за уникальный вклад в общее дело, повысить самооценку, развить чувство ответственности, ощутить себя более самостоятельным, уверенным в себе, иметь больший успех в жизни - а это и есть предполагаемый планируемый результат.

Учебно-тематический план

Месяц	Тема	Теория	Практика	Всего
сентябрь	1.Введение в предмет. Знакомство . Аттракция		4	4
	Введение. Введение в практическую психологию. Предложение правил работы группы и самоопределение.	2	4	6
	2.Актуализация собственных проблем учащихся. Разделение понятий бытовой и психологической проблемы.	4	2	6
октябрь	3.«Приключение во внутреннем мире». ▪ Сознание ▪ Воображение ▪ Мотивы ▪ Способности ▪ Память ▪ Эмоции ▪ Понятие - темперамент.	12	6	18
ноябрь	• «Самопознание» • «семья» • «творчество» • «развитие познавательных способностей»	14	4	18
декабрь	4.Технология коммуникации. Искусство нравиться людям. а) комплименты, виды ; б) Имя собеседника, улыбка; в) Установка, польза вред	14	2	15
январь	Слушание. Правила слушания. а) Типы слушателей; б) Рефлексивное слушание. Перефразирование; в) Выяснение. Правила выяснения.	10	4	14
февраль	5.Язык жестов. Причины ограничения контакта. Искажение	10	6	16

	информации, стереотипы, ярлыки, мышечные зажимы. Инициатива в общении. Знакомство и проблемы связанные с ним. Факторы, влияющие на продолжительность контакта. Адекватность и продолжительность контакта в конкретной ситуации.			
март	6. Основные стили общения. Взаимонаправленность и взаимоинформирование. Конвенциальный стиль общения и определение приоритетной зоны его использования. Примитивный стиль общения. Личностная и социальная незрелость как причина выбора данного стиля общения.	12	4	16
апрель	7. Общение в конфликте. Эмоциональные аспекты конфликтных ситуаций. Конструктивные и деструктивные конфликты. Динамика конфликта. Основные стратегии поведения в конфликте. Этапы разрешения конфликта. 8. Выступление на публике. Подготовка к выступлению. Первые минуты. Как удержать внимание. Тезисы к выступлению. Заключительное слово.	12	6	18
май	Школа делового успеха. Искусство предлагать себя. Резюме. Условия успешного прохождения собеседования. Планирование карьеры. Постановка цели. Этапы прохождения карьерного пути. Заповеди молодого карьериста. Искусство говорить «нет».	10	2	12
май	Защита выпускной работы			
Итого:		100	44	144

Описание содержания программы

1. Введение.

Предложение правил группы и самоопределение разделение понятий бытовой и психологической проблемы. Задачи: актуализация знаний в области психологии, исследование уровня осведомленности. Формирование позиции взаимодействия. Путь к успеху через познание себя и познание окружающих людей. Мотивационный и рефлексивный диалоги.

Теория. Происхождение слова «психология» (древнегреческий миф об Эроте и Психее). Что такое психология? Знакомство с понятием. Что изучает психология? Особенности возрастной и социальной психологии. Направленная беседа, мотивационный и рефлексивный диалоги. Психология юношеского возраста.

Основные проблемы юношеского возраста:

• проблема самоопределения и профессиональной ориентации;

• проблема формирования целостной картины мира;

• проблема морального выбора и ценностных ориентаций;

• проблема дружбы и любви.

Практика: умение видеть собственную проблему и разделять бытовую и психологическую проблему. Мотивационный и рефлексивный диалоги. Психолого-педагогическое исследование по выявлению ценностных ориентаций, предпочтений и потребностей данной группы ребят.

2. «Приключение во внутреннем мире» .Личность как предмет психологического познания. понятие о бессознательном и сознательном. Некоторые определения: личность как совокупность свойств, как сумма способов поведения, как хозяин мыслей, чувств, привязанностей и т.д

Теория: Введение в темы: Ощущения, Воображение; Восприятие; Способности; Память; Эмоции; Внимание

Практика:

1.Актуализация знаний об особенностях психического развития. Понятие «психика» в психологии. Закономерности человеческой психики. Где живет наша психика? Формы существования психики. Что такое психические процессы? Общегенетический закон развития. Мотивация и факторы индивидуального развития. О функционировании мозга и центральной нервной системы

2.Способности и их развитие. В чем проявляются способности. С готовыми способностями не рождаются. Способности и задатки. Потенциальные и актуальные способности. Общие и специальные способности. Механизм социального наследования. От чего зависит уровень развития способностей. Факторы, влияющие на развитие способностей. Как развивать свои способности. Способности и уверенность в себе.

3.Особенности познавательных процессов. «Направленность нашей психики» (о внимании). Что такое внимание? Произвольное и непроизвольное внимание. Признаки и свойства внимания: устойчивость, концентрация, колебания, распределение, переключаемость. Показатели внимания: объем. Методы исследования внимания: «Диагностика устойчивости и распределения внимания», «Переключение и устойчивость внимания» и др. Как развить внимание и сделать его лучше (практические советы). Психологические игры и упражнения на развитие внимания: «Кто быстрее?», «Наблюдательность», «Корректура», «Концентрация», «Сверхвнимание» и др.

4.«Мостики познания» (об ощущении). Знакомство с понятием. Как возникают ощущения? Основные поставщики знаний. Как мы познаем окру-

жающий мир и общаемся друг с другом? Пять органов чувств (глаза, уши, нос, кожа, язык). Пять чувств (слух, зрение, обоняние, осязание, вкус). Что означает понятие «шестое чувство»? Закономерности ощущений: порог ощущений, адаптация. Можно ли совершенствовать ощущения? Специальные упражнения для органов чувств: «Самый чувствительный», «Слепой, глухой, немой», «Жмурки» и др.

5.«Создаем картину окружающего мира» (о восприятии). Знакомство с понятием. Связь ощущения и восприятия. Как идет процесс восприятия. Свойства восприятия. Индивидуальные особенности восприятия людей, событий, явлений. Полезные советы: «Как улучшить наблюдательность» и др. Методы исследования восприятия: «Оценка особенностей восприятия пространства».

6.«Как мы храним то, что знаем» (о памяти). Знакомство с понятием. Как идёт воспроизведение; забывание. Два типа памяти: кратковременная и долговременная, их функции. Виды памяти: двигательная, эмоциональная, образная, словесно-логическая. Типы запоминания: произвольное, непроизвольное, ассоциативное. Причины сохранения информации. Узнавание: полное и неполное. Воспроизведение: произвольное и непроизвольное. Процесс забываний информации. Индивидуальные особенности памяти. Методы исследования памяти: «Непроизвольное запоминание», «Опосредованное запоминание» и др. Практические советы: «Как готовить уроки, учить наизусть тексты» и т. д. Психологические игры и упражнения на развитие памяти: «Ассоциация», «Заблудившийся рассказчик», «Калейдоскоп», «Домино».

7.Откуда берутся наши мысли» (о мышлении). Знакомство с понятием. Как идет процесс мышления: соотносит данные ощущений и восприятий, сопоставляет, различает, раскрывает отношения между окружающими явлениями. Результат мышления - мысль. Речь как носитель мысли и одновременно как средство общения, внутренняя речь и внешняя речь. Отличие речи от языка. Уровни мышления: наглядно-действенный, наглядно-образный, словесно-логический. Приемы мыслительной деятельности: анализ, синтез, сравнение, абстрагирование, конкретизация и обобщение. Индивидуальные особенности мышления (быстрота, самостоятельность, критичность, гибкость, широта, глубина). Методы исследования мышления: «Оценка скорости протекания мыслительных процессов», «Оценка логичности мышления», «Оценка умения выявлять общие понятия». Психологические игры, упражнения, диагностические методики и другие приемы развития мыслительной деятельности: «Ключ к неизвестному», «Сходство и различие», «Опечатка», «Поиск аналогов», «Выражение мысли другими словами», «Построение системы причин».

8.«Плохо ли быть фантазером» (о воображении). Знакомство с понятием. Роль воображения в деятельности человека. Основы воображения - образы. Особенности воображения и его возможности. Степени активности воображения: низкая (во сне), мало активная (в грезах), активная (при чтении художественной и исторической литературы, зрительном восприятии схем, чертежей, слушании радиопередач и т. д.), высшая степень активности (в творчестве). Особый вид воображения - мечта (мечта реальная и мечта нереальная (грезы)). Творческое воображение. Приемы творческого воображения (агглютинации, акцентирование, гипербола, литота, схематизация, галлюцинация). Связь воображения с эмоциональной сферой человека. Фантазии реальные и нереальные. Роль фантазии в игровой и творческой деятельности. Вдохновение. Методы исследования воображения: «Оценка уровня творческого воображения». Психологические игры, упражнения и другие приёмы развития воображения: «Не может быть», «Что стало бы, если бы...», «Способы применения предмета», «Волшебный карандаш», «Перевоплощения», «Антивремя».

9.Эмоции. Эмоционально-чувственная сфера личности. Аффект, эмоции, настроение, стресс. Знакомство с понятиями. Три компонента эмоционального процесса: возбуждение» знак эмоции (положительная, отрицательная), степень контроля эмоции. Эмоциональное напряжение. Формы эмоционального процесса и особенности сигнального раздражителя. Источники эмоций: потребности, предвосхищение, характер протекания процессов регуляции и выполнения деятельности. Причины возникновения положительных и отрицательных эмоций. Продолжительность эмоциональных состояний: кратковременные (неустойчивые), продолжительные (устойчивые). Виды эмоций. Их краткая характеристика. Базовые интересы: интерес - волнение, удивление, радость, горе - страдание, гнев, отвращение, презрение, страх, стыд. Способы проявления и выражения эмоций. Основные эмоциональные черты человека: тревожность, депрессия, любовь, враждебность. Потребность в эмоциональном насыщении. Эмоции и мотивы. Влияние эмоций на познавательные процессы. Эмоции за других. Отличие эмоций от чувств. Счастье, самоуважение, любовь, юмор, чувство комического, ирония, насмешка, чриувство трагического, смятение, раскаяние, стыд, страх, обида. Понятие воли и безволия. Сущность воли (потребность в преодолении препятствий). Воля как источник положительных и отрицательных эмоций. Воля и внушаемость. Привычки и воля. Структура волевого акта: побуждение - стремление - целенаправленное желание - размышление - борьба мотивов - действие. Волевые процессы. Способность человека сознательно регулировать, и активизировать свое поведение. Как воспитывать волю - (советы специалистов). О

самоконтроле и саморегуляции. Трудные состояния: стресс, фрустрация, тревога, страх, одиночество, вина, стыд. Способы выхода из трудных состояний. Понятие об аутотренинге.

3. Тема: Самопознание

Теория: Как работает наше сознание. Как «Я» познаю самого себя. Как устроено наше самосознание. Компоненты самосознания. «Я - концепция»: образ «Я», самооценка, потенциальная поведенческая реакция. Формирование образа «Я»: сфера осознания («Я» физическое, «Я» социальное, «Я» духовное), временная сфера («Я» в прошлом, «Я» в настоящем, «Я» в будущем), качественная сфера («Я» реальное, «Я» идеальное).

Практика: Самовоспитание как расширение сознания. Социальные компоненты личности. Самооценка личности (адекватная, неадекватная). Модель развития самооценки. Советы специалистов: «Как любить и уважать свое «Я»», «Как определять и ценить свои достижения», «Как ставить реальные цели и планировать шаги их достижения», «Секреты успеха и счастья», «Как извлечь опыт из разных жизненных ситуаций», «Чувство собственного достоинства или как повысить уверенность в себе». Искусство самонаблюдения. Фиксирование мыслей, настроения, поведения. Проблема адекватного восприятия самого себя и окружающих людей. Как люди воспринимают друг друга (три типа модальности).

Мини-лекция, направленная беседа, мотивационный и рефлексивный диалоги. Приемы, направленные на повышение самооценки: психологическая игра «Угадай, какой «Я»», графический тест «Самооценка», «Я» в своих глазах и в глазах других людей (методика независимых характеристик), психологические игры и упражнения: «Рисуя свой образ», «Оцени себя сам», «Я люблю себя даже когда...», «Я и мои страхи», «Если бы Я был...», «Уникальный дар», «Позаботься о себе». Искусство самонаблюдения: психологические упражнения, задания, игры: «Я - ты, ты -я», «Мой автопортрет», «Портрет моего друге», «Я вчера, сегодня, завтра», «Фиксирование мыслей и настроения». Приемы самоанализа: «Хвалить или ругать», «Критика и самокритика». Как повысить уверенность в себе». «Умей сказать нет», «Просьба: способы высказывания и способы отказа», «Мой портрет в лучах солнца», «Игра в радость», «Оборотная сторона медали». Психологическая учебная игровая программа «Три института самопознания»:

1. «Такой, каким я себя представляю - я и есть»,
2. 2. «Я боюсь сам за себя»,
3. 3. «Кто я есть на самом деле». Психологическое упражнение «Золотой фонд моей жизни».

4. Технология коммуникации.

Теория: Искусство нравиться людям: аттракция, имя, улыбка, установка. Правила слушания. Типы слушателей. Язык жестов. Инициатива в общении. Трудности общения в семье. Курс молодого бойца. Темперамент.
Задачи: создание в группе атмосферы открытости и доверия. Развитие внимания к партнеру. Способствовать осмыслению своих состояний. Осознание важности пространства в общении.

Практика: Развивать умение видеть партнера, а не созданный образ. Навыки рефлексии. Умение применять знания факторов , влияющих на продолжение контакта. Умение применять знания правил слушания, перефразирования. Нервная система, темперамент, характер. Четыре типа темперамента: сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик. Эмоции и темперамент. Доминирующий темперамент. Воспитание личности через «воспитание» темперамента. Что такое черта характера? Наименования черт. Наиболее важные свойства характера. Формирование характера.

Мини-лекция, диагностическое тестирование. Психологические задачи и упражнения по теме: «Мой темперамент», «Я и мой характер», «Базовые характеристики личности» Моделирование и проигрывание жизненных ситуаций по теме.

Развитие эмпатии и психологической интуиции. Тренинг на развитие способности адекватно понимать партнера по общению, умению сопереживать и правильно строить свое поведение в условиях диалога (общения). Психологические упражнения и игры: «Эмпатическое слушание», «Зеркало», «Дипломатический прием», «Искусство говорить комплименты», «Поступай с другими так...», «Я тебя понимаю».

5. Язык жестов

Теория: Причины ограничения контакта. Искажение информации, стереотипы, ярлыки, мышечные зажимы. Инициатива в общении. Знакомство и проблемы связанные с ним. Факторы, влияющие на продолжительность контакта. Адекватность и продолжительность контакта в конкретной ситуации.

Практикум по развитию навыков публичного выступления (репетиция выступающего перед зеркалом, видеозапись выступления, просмотр, обсуждение). Критерии оценки публичного выступления. Правила и этика обсуждения публичного выступления. Памятка выступающему (полезные советы). Как знаменитые ораторы готовились к выступлению (примеры из истории).

6. Основные стили общения.

Теория: Взаимонаправленность и взаимоинформирование. Конвенциальный стиль. Приоритетная зона его использования. Примитивный стиль. Личностная и социальная незрелость как причина выбора данного стиля общения.

Задачи: дать знания об основных стилях общения, о слабых и сильных сторонах разных стилей.

Практика: умение задавать вопросы. Умение использовать разные стили, учитывая ситуацию. Осознание своих индивидуальных способов ухода от искреннего, открытого общения. Умение использовать знания защиты от манипуляционного стиля.

Общение как социально-психологическое понятие. Роль общения в жизни человека. Виды потребностей в общении (в престиже, в доминировании, в подчинении другому, аффилиации, безопасности, быть индивидуальностью, в покровительстве, помощи, в познании, в красоте). Условия, необходимые для общения. Структура и функции общения. Пути получения и способы передачи информации. Обмен информацией, проблема сохранения информации. Вербальные и невербальные средства общения. Стили общения. Барьеры общения. Проблема умения слушать и слышать собеседника. Метод активного слушания. Почему и как рождаются слухи. Техника эффективного общения.

Взаимодействие людей в общении. Взаимоотношения: общественные (деловые), межличностные, интимно-личностные. Психологическая совместимость людей. Лидеры и авторитеты. Группировки. Влияние коллектива на личность. Внушаемость, соглашательство, коллективизм. Мини-лекция, направленная беседа, мотивационный и рефлексивный диалоги. Ролевые этюды и упражнения по технике эффективного общения: «Искушение», «Запретные друзья», «Работать, а не развлекаться», «Правильный выбор». Социально-психологический тренинг «Поиск общего решения». Ролевая игра «Кораблекрушение» (поиск лидера). Организационно-деятельностная игра «Необитаемый остров». Упражнения: «Защитим наш город» (анализ поведения людей в критической ситуации), «Что значит "договориться?"».

7. Общение в конфликте.

Теория: Эмоциональные аспекты конфликтных ситуаций. Конструктивные и деструктивные конфликты. Динамика конфликта

Задачи: показать различие рабочего и бытового понимания конфликта. Учить понимать характер собственных эмоциональных проблем в конфликте. Навыки: умение различать виды поведения в конфликте. Знать свой стиль поведения в конфликте.и определить свою стратегию поведения в конфликте. Умение использовать знания об этапах разрешения конфликта.

Психология конфликта. Понятия: «конфликтная ситуация», «конфликт», «инцидент». Классификация конфликтов. Конфликты межличностные и внутриличностные. Межличностные: конструктивные, деструктивные. Внутриличностные (конфликт власти и безволия, конфликт-фантом, эмоциональ-

ный конфликт). Основные формы поведения в конфликтной ситуации: компромисс, избегание, сотрудничество, соперничество, приспособление. Мотивационный конфликт. Типы поведения в конфликтной ситуации: мягкий, жёсткий, принципиальный. Работа по урегулированию конфликта. Анализ конфликта. Модели разрешения конфликта: модель арбитража, модель посредника. Методика «Я - заявление». Процесс разрешения конфликта. Как не допустить перерастания конфликтной ситуации в конфликт (советы специалистов). Составление схемы разрешения конфликтов. Мини-лекция, направленная беседа, мотивационный и рефлексивный диалоги. Тест «Конфликтный ли Вы человек?». Тест К.Н. Томаса на поведение в конфликтной ситуации. Ролевая игра «Я и мой обидчик». Тренинг бесконфликтного общения. Тренинг по саморегуляции поведения. Моделирование и проигрывание жизненных ситуаций по теме. Ролевые этюды.

8. ***Школа делового успеха.***

Теория: Искусство предлагать себя. Условия успешного прохождения собеседования. Планирование карьеры. Деловая переписка. Заповеди молодого карьериста. Личные права.

Задачи: дать знания об искусстве самопрезентации.

Практика: умение составлять резюме. Умение планировать карьеру и ставить цель. Умение использовать знания о деловой переписке и деловом костюме. Умение отстаивать свои права.

Мои личные права и права других людей. Мотивационный и рефлексивный диалоги. Список прав К. Д. Заслоффа. Знакомство, обсуждение. Ролевая игра «Декларация прав членов клуба». Декларация прав ребенка. Конвенция о правах ребенка. Права и защита чести и достоинства детей, подростков, молодежи (законы и другие документы). Молодежные неформальные объединения.

9. ***Итоговое занятие.*** Задачи: определение уровня знаний. Навыки: самопрезентации. Умение справляться с волнением в ситуациях повышенной эмоциональной напряженности.

Условия реализации программы

Со стороны педагога работа должна быть направлена на поддержку учащихся, их развитие или на коррекцию тех или иных качеств личности. Роль педагога в общении с ребятами состоит в политике уважения и доверия, честности и открытости, которая позволяет ребятам исследовать, открывать, ставить перед собой цели и брать обязательства с теми этапами, которые они для себя наметили.

- Чтобы ребята ответственно относились к занятиям в клубе, педагог должен показывать пример
- отвечать, а не реагировать;
- принимать, а не осуждать;
- находить решения, а не обвинять, концентрироваться на цели, а не на занятой позиции;
- давать возможность действовать, а не контролировать;
- обеспечить всем без исключения ощущение безопасности и надежности;
- демонстрировать необходимые модели поведения, в том числе модели преодоления трудностей;
- учиться вместе с ребятами;
- быть активным в других сферах жизни

Со стороны учащихся – добросовестное посещение занятий, выполнение упражнений на занятиях и домашних заданий.

Материально – техническое обеспечение: просторный, светлый кабинет, наличие необходимой литературы, наличие изо материалов, телевизор, маркерная доска.

Методическое обеспечение – наличие раздаточного материала, заданий по разным темам. Кейсы. Видеоматериалы.

Механизмы оценки реализации программы

1. Сохранность контингента.
2. Наличие методик отслеживающих промежуточные и конечные результаты.
3. Стабильность динамики роста умений.

В процессе обучения осуществляется КОНТРОЛЬ за уровнем усвоения программы.

Воспитательная работа

1.Научить воспринимать и понимать себя.

2. Формировать активную социальную позицию учащихся.

3. Развивать способности производить значимые изменения в своей жизни и жизни окружающих людей.

4. Активизировать интерес к самовоспитанию культурных и профессиональных качеств.

Массовая работа

1. Принимать участие в конкурсных программах/

2. "Клуб делового общения"
3. "Взгляд в будущее", профориентационная игра
4. Конкурсы, фестивали, проходящие в ДДЮТ

Литература для педагога:

1. Козлов Н. И. , Устинов Д.Ю. Практическая психология на каждый день. Москва, 1998 г.
2. Козлов Н.И. , Прутченков А. С. Школа делового успеха. Москва, 2001 г.
3. Свергун О. Психология успеха или как стать хозяином своей жизни. Москва, 2000 г.
4. Вагин И. О. Психология зла. Санкт-Петербург, 2001 г.
5. Григорьева Т.Г., Линская О., Кольцева Е., Основы конструктивного общения. Новосибирск, 1998 г.
6. Дерябо С., Ясвин В. Гроссмейстер общения М.; Смысл 1996 г.
7. Забродин Ю.М., Попова М.В., Психология в школе. Экспериментальный курс для подростков. М.; ВНПУ 1994 г.
8. Мелибруда Е.Я. «Ты – мы» Психологические возможности улучшения общения. М.; Прогресс 1986 г.
9. Мастеров Б.М. Психология саморазвития психотехника риска и правила безопасности. М.,Интерпакс 1994 г.
10. Роберт М., Тильман Ф. Психология индивида и группы. М., Прогресс 1988 г.
11. Рудестам Кьялл. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы. М.;Стрингер 1992 г.
12. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома. Психотехнические упражнения и коррекционные программы. М.; Новая школа 1993 г.
13. Корнелиус Х., Фейр Ш. Выиграть может каждый. М.; Стрингер 1992 г.
14. Сатир В. Как строить себя и свою семью. Перевод с англ. М.; Педагогика-пресс 1992 г.
15. Возможности практической психологии в образовании. Под редакцией Бурлаковой Н.С. М.;ИЦ Перспектива. 1998 г.
16. А.Микляева «Я подросток» М.Смысл ,2004г.
17. Синтон-программа»,разработанная Творческим объединением психологов «Синтон» под руководством Козлова Н.И. М.2000
18. «Азбука общения» Санкт-Петербургского Российского педагогического университета.
19. «Основы конструктивного общения» Григорьева Т., Линская О., Кольцова Е., Новосибирск 1999

20. «Психология. как учебный предмет в школе» Забродин Ю.М.,Попова М.В, М 2001
21. И.Вачков «Приключения во внутреннем мире, или психология для старшеклассников». М. 2005.
22. Программа клуба старшеклассников «Орда» Л. А. Щербакова, г.Мурманск
23. История клубов. Куприянов Б.В. – заведующий кафедрой теории и истории педагогики, профессор Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова

Литература для обучающихся и родителей:

1. «Курс практической психологии, или как добиваться успеха» Р.Р. Кашапов ,Ижевск, «АСТ- пресс», 2000г., 443с.
2. «Тренинг общения для подростков» А.Г. Грецов, СПб, «Питер», 2005г., 160 с.
3. «Тренинг уверенного поведения для старшеклассников и студентов», А.Г. Грецов, СПб, «Питер», 2008г. , 193с.
4. «Психология развития конкурентоспособной личности», Митина Л.М., М. Издательство Московского психолого-социалного института, 2003г., 400с.
5. «Я и моя профессия», Г.В. Резапкина, рабочая тетрадь, М., Генезис, 2000г.128с.
6. «Психология успеха» Е.К. Климова, О.А. Помазина, О.Н. Бакурова, рабочая тетрадь, СПб, Речь, 2013г. 128с.

Перечень видео, аудио пособий.

1) Психологические тесты от Пси – Корпуса
2) «Он и Она, психологические тесты. Изд. Дом «Равновесие
3) «Актуальные инструменты профориентации»
4) Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» изд. дом «Первое сентября»