

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодёжной политики

Краснодарского края

Управление образования администрации муниципального образования город

Армавир

МБОУ гимназия № 1

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по ВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Пелипенко И.А.

Гуреева В.В.

«31» августа 2023 г.

Приказ № 01-3/273
от «31» августа 2023 г.

Рабочая программа
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

по курсу _____

Мир вашего Я

(указать предмет, курс)

Ступень обучения (класс)

_____ среднее общее образование, 10-11 класс

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с
указанием классов)

Количество часов 68

Учитель Сумская И.В.

Программа разработана в соответствии и на основе:

учебного курса «Основы психологии для старшеклассников» (авторы Л.П. Пономаренко, Р.В. Белоусова, 2001 год); нового учебно-методического комплекта «Психология» под редакцией И.В.Дубровиной. В соответствии с приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования" (с дополнениями и изменениями)

1. Пояснительная записка

Данная программа внеурочной деятельности составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования на основе программы Пономаренко Л.П., Белоусовой Р.В. «Основы психологии для старшеклассников», нового учебно-методического комплекта «Психология» под редакцией И.В.Дубровиной.

Предлагаемая разработка курса внеурочной деятельности «Мир вашего Я» направлена на развитие социальной компетентности обучающихся, воспитание гармонично развитой личности, способной к саморазвитию и самосовершенствованию, эффективному функционированию в обществе, направлена на развитие умения понимать свой внутренний мир, эмоциональный фон. Также направлена на развитие коммуникативных навыков и умение понимать собеседника, учиться выстраивать благоприятные взаимоотношения с окружающими.

Актуальность данной программы обуславливается тем, что социальная психология личности охватывает проблематику, которая обусловлена общественной природой личности, её включенностью в различные группы и общество в целом. Это, например, вопросы социализации личности, адаптации, её социально-психологических качеств, мотивации поведения личности, влияния социальных норм на это поведение, влияние группы на формирование личности. Социальная психология общения и межличностного взаимодействия рассматривает различные виды и средства коммуникаций между людьми, механизмы этих коммуникаций, типы взаимодействия людей — от объединения до конфликта. Тесно связаны с данной проблематикой и вопросы социального познания. Такие вопросы, как восприятие, понимание и оценка людьми друг друга очень важны в процессе социального формирования личности.

Целью программы внеурочной деятельности является знакомство обучающихся с социально-психологической проблематикой, с основными этапами становления и развития социальной психологии, методологическими основами социальной психологии, основными теоретическими концепциями,

психологическими закономерностями функционирования малых групп, управления групповыми процессами, закономерностями общения и межличностного взаимодействия, социально-психологическими факторами развития и формирования личности. Формирование психологической культуры личности, чувства собственного достоинства, способности к рефлексии и самосовершенствованию, пониманию интересов, мотивов, чувств и потребностей окружающих людей, умение строить свои отношения с окружающими, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом — все это относится к необходимым компонентам личности.

Задачи программы внеурочной деятельности:

- показать необходимость комплексного подхода к изучению личности и важность рассмотрения его социально-психологических особенностей;
- ознакомить с категориальным аппаратом социальной психологии, с основными проблемами и вопросами, открытиями и современными тенденциями теоретической, экспериментальной и прикладной социальной психологии;
- представить различные направления, разделы и теории в социальной психологии;
- показать возможность применения приобретённых знаний в практике работы психолога;
- мотивировать на дальнейшее социально-психологическое обучение и практическое использование полученных знаний;
- способствовать развитию и формированию навыков самопознания, умения работать с методами социально-психологической диагностики.

2. Ожидаемые, планируемые результаты

Личностные результаты

1. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

2. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, готовности и способности вести

диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания и положительного результата.

3. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая детские и взрослые коллективы.

4. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

5. Принятие гуманистических ценностей, осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению.

6. Формирование способности к сопереживанию и формирование позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ОВЗ; бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью других людей, умение оказывать первую помощь.

Метапредметные результаты.

1. Регулятивные универсальные учебные действия.

Обучающийся научится:

– самостоятельно определять цели и задачи, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута и реализованы задачи;

– оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

– ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

– оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

– выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

– организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

–сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия.

Обучающийся научится:

–подбирать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые учебные и познавательные задачи;

–критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

–использовать различные средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

–находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого и его действий; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития и применять в своём жизненном опыте;

–выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

–выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

–менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия.

Обучающийся научится:

–осуществлять деловую коммуникацию, как со сверстниками, так и с взрослыми, как внутри образовательной организации, так и за ее пределами, подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий и предпочтений;

–при осуществлении групповой работы быть как лидером, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

– координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

– развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (вербальных и невербальных) языковых средств;

– определять конфликтные ситуации и предотвращать вовремя конфликты, формировать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных и оценочных суждений.

Предметные результаты.

1. Знание теоретико-методологических основ социальной психологии и психологии личности.

2. Знание социальной психологии общения и конфликтологии.

3. Знание особенностей природы и основных правил эффективного общения.

4. Понимание психологических механизмов развития коммуникативных способностей.

5. Понимание социально-психологической культуры личности.

6. Понимание психологии больших социальных групп и психологии масс.

7. Понимание психологических причин возникновения проблем во время общения, условия и меры по их предупреждению.

8. Формирование представления социальной психологии конфликта, социальной психологии взаимодействия.

9. Формирование представления о социально - психологическом портрете личности.

10. Формирование социальных установок, норм и регуляция поведения личности.

11. Выявление причин социальных конфликтов, моделировать ситуации разрешения конфликтов.

12. Осуществление комплексного поиска, систематизации социальной информации по основным проблемам социальной сферы, сравнение, анализ, рациональное решение познавательных и проблемных ситуаций и задач.

Общая характеристика курса программы внеурочной деятельности

Содержание образования по социальной психологии в данном курсе позволяет удовлетворить потребности обучающихся в самопознании, самовоспитании, помогает в самоопределении повседневных впечатлений, психологических знаний и представлений, служит психологическому самообразованию, повышению уровня общей и психологической культуры, формированию коммуникативных навыков, развитию навыков бесконфликтного поведения.

Сроки реализации:

Программа курса внеурочной деятельности для 10-11 классов, рассчитана на 68 часов. (1 час в неделю).

Описание условий для реализации программы.

Работа на занятиях организуется за партами в кабинете, но при изучении отдельных тем программы, где требуется работа в режиме тренинга, занятие проводится в круге, сидя на стульях, обучающиеся на каждом занятии ведут записи в тетрадях, конспектируют материал. Для видеуроков и презентаций используется компьютер и при необходимости проектор. Дидактические материалы: пакет диагностических методик, набор упражнений, соответствующий структуре занятий: система игр и упражнений для разминки, для основной части занятия.

Данный курс программы внеурочной деятельности направлен на решение задач, обеспечивающих:

- формирование общих представлений о социальной психологии как науке;
- формирование и пробуждение интереса к окружающим и самому себе;
- выстраивание взаимоотношений в группе, коллективе;
- развитие коммуникативных навыков;
- формирование навыка выходить из конфликта и применять основные способы и стратегии для разрешения конфликтной ситуации;
- выражение своих потребностей и принятие потребностей окружающих;
- решения практических задач по выработке совместного решения.

Структура занятия:

Каждая тема содержит материал, который может излагаться в течение одного

занятия. В структуре занятия традиционно выделяются следующие этапы хода занятия: объявление целей и задач, повторение пройденного материала, изучение новой темы занятия, практическая работа и закрепление новой информации, рефлексия и подведение итогов совместной деятельности с обучающимися.

Основными формами организации занятий по программе курса внеурочной деятельности «Мир вашего Я» и методами работы являются:

- игровые процедуры, которые моделируют определенные ситуации, ролевые игры, разыгрывание различных ситуаций;

- дискуссии, тематические беседы, мини-лекции, обсуждение вопросов, связанных с основной темой занятий;

- диагностические методики (тесты, анкеты и опросники, проективные методы);

- тренинговые упражнения;

- моделирование образцов поведения с помощью различных методов и ситуаций;

- метафорические истории и притчи. Использование интерактивных методических средств позволяет наиболее эффективно решать поставленные задачи курса.

Методы внеурочной деятельности:

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция, диспут и т.д.);

- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, работа по образцу и т.д.);

- практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам, стимульным материалам и др.).

В процессе освоения курса программы внеурочной деятельности применяются следующие **формы организации работы с обучающимися**: индивидуальная, парная, групповая.

В результате освоения курса программы внеурочной деятельности обучающийся должен уметь:

- пользоваться простейшими приемами саморегуляции поведения в процессе межличностного общения и взаимодействия с окружающими;
- анализировать социально психологические явления на разных уровнях;
- владеть культурой общения, применять техники убеждающего воздействия на собеседника;
- управлять малой группой и обеспечивать эффективность её деятельности;
- видеть перспективу своего личностного и социального развития, уметь формировать свой жизненный план, владеть целеполаганием;
- владеть приемами самовоспитания, самокритики и самоанализа личности;
- выбирать оптимальную стратегию поведения в конфликтной ситуации, применять их на деле.

В результате освоения курса внеурочной деятельности обучающийся должен знать:

- объект, предмет, теоретические и прикладные задачи социальной психологии;
- основные понятия и методы социальной психологии, этапы развития и становления науки;
- социально-психологическую закономерность общения и взаимодействия людей в процессе общения, совместной деятельности;
- приемы и техники убеждающего воздействия на собеседника в процессе общения;
- психологические основы деловой беседы и деловых переговоров;
- социально-психологические феномены группы и общества;
- психологические характеристики малой группы и положения индивида в группе;
- динамические процессы в малой социальной группе и способы управления ими;
- социальную психологию личности;
- основные стадии, механизмы и институты социализации;
- стратегии поведения в конфликтной ситуации, формы и виды конфликтов.

3.Содержание программы курса внеурочной деятельности

Содержание программы Мир вашего «Я» 10 класс (34 часа, 1 час в неделю).

Раздел I.

Социальная психология в контексте науки и культуры (4 часа)

Тема 1. Предмет, задачи и методы социальной психологии (4 часа)

1. Социальная психология как наука. Предмет социальной психологии. Система феноменов, которые изучаются в социальной психологии.
2. Задачи и методы социальной психологии, ее практическое значение. Становление социальной психологии.
3. Принципы и методы психологического исследования. Этические принципы проведения исследования на человеке.
4. Методы социально-психологических исследований: а) методы исследования и диагностики; б) методы обработки и интерпретации; в) методы терапии и коррекции практической психологии или психотерапевтической практики; г) мотивации и управления; д) обучения и развития.

Раздел II.

Социальная психология личности (15 часов)

Тема 1. Личность. Развитие личностного потенциала (4 часа)

1. Понимание личности в социальной психологии. Личность как социально-психологический феномен. Личность, индивид, индивидуальность в социальной психологии. Активность личности.
2. Понятие о потребностях. Их свойства. Иерархия потребностей. Социальные установки, ценностные ориентации, убеждения. Социальная принадлежность и социальная позиция. Психология потребностей человека. Понятие мотива, мотивации. Направленность личности как система мотивов.
3. Адекватная самооценка личности и ее мотивирующая роль. Самоуважение, чувство собственного достоинства. Самосознание как составляющая психического облика личности. Теории личности. Макро- и микросреда личности.
4. Изучение и коррекция самооценки личности. Исследование самооценки личности по методике С.А. Будасси.

Тема 2. Социализация и развитие личности (4 часа)

1. Психологическая защита. Интересы. Склонности. Способности и профессиональное самоопределение. Эмоциональный мир личности. Процесс социального развития личности. Этапы социального развития личности.

2. Социальное развитие в детском и подростковом возрасте. Понятие социально-психологической адаптации. Хорошо и плохо приспособленные индивиды.

3. Стресс и фрустрация. Влияние стресса на организм и психику человека. Агрессия. Самообладание. Человек в критической ситуации. Понятие о саморегуляции. Знакомство с методами саморегуляции эмоциональных состояний.

4. Личность в сфере общественных и межличностных отношений. Эмоциональная основа межличностных отношений. Межличностные отношения в группах. Манипулирование.

Тема 3. Социально-психологические параметры анализа личности (4 часа)

1. Роль набор личности. Ролевое поведение. Социальная адекватность личности. Социальное воображение, социальный интеллект и социально-перцептивные способности как высокоадаптивные характеристики личности. Моральность и нравственность личности. Субъектность (локус контроля) личности.

2. Понятие о воле, волевом действии. Формирование воли. Природа и структура волевого действия. Знакомство с понятиями: эмоциональная сфера личности, чувства, эмоции, аффекты. Понятие о любви. Понятие о дружбе. Навыки конструктивного поведения в дружеских отношениях. Диагностика эмоционально-волевой сферы личности.

3. Темперамент и характер. Особенности социализации личности с различными типами акцентуации характера. Черты характера и их определение. Свойства и проявления характера. Формирование характера. Диагностика темперамента и характера. Определение типа темперамента по методике Г. Айзенка.

4. Определение типа акцентуации характера личности по методике К. Леонгарда (в интерпретации А.Е. Личко).

Тема 4. Особенности социализации личности в раннем юношеском возрасте. Личностное развитие старших школьников (3 часа)

1. Психологическая характеристика раннего юношеского возраста. Основные условия и закономерности психического развития в раннем юношеском возрасте. Факторы развития психики в возрасте ранней юности. Развитие личности раннего юношеского возраста. Ведущая деятельность в раннем юношеском возрасте: учебно-профессиональная деятельность.

2. Особенности личности и межличностных отношений юношей и девушек. Основные психические новообразования раннего юношеского возраста: мировоззрение, личностное и профессиональное самоопределение, первая любовь.

3. Профессиональное самоопределение в старшем школьном возрасте. Психологическая подготовка к профессиональному обучению. Изучение профессиональных намерений старших школьников (по методикам ДДО Е.А. Климова, ОПГ, по опроснику «Ваша будущая профессия»).

Раздел III.

Социально-психологическая характеристика общения (15 часов)

Тема 1. Понятие об общении, его функциях и видах. Средства общения (4 часа)

1. Потребность людей в общении и способы ее удовлетворения. Общение, его функции: а) общение как форма существования и проявления человеческой сущности; б) общение как коммуникативно-связующий фактор в коллективной деятельности; в) общение как важнейшая жизненная потребность, как условие благополучного индивидуального существования; г) общение как психотерапия и подтверждение «Я» человека.

2. Общение как взаимодействие. Позиции в общении. Виды общения: межличностное и ролевое; ритуальное (объект-объектное), монологическое (субъект-объектное): императивное, манипулятивное, диалогическое (субъект-субъектное). Принципы гуманистического общения.

3. Основные средства общения: вербальные, невербальные, язык самооценности личности. Слушание и говорение. Традиционные и новые формы

общения.

4. Развитие коммуникативных навыков средствами психологического тренинга (СПТ).

Тема 2. Структура общения: коммуникация, интеракция, социальная перцепция (4 часа)

1. Общение, его компоненты. Общение как обмен информацией (коммуникация). Общение как взаимодействие (интеракция). Социальная перцепция. Механизмы социальной перцепции: децентрация, рефлексия, эмпатия.

2. Совместное пребывание и совместная деятельность. Диалог как основа взаимопонимания. Эффективность групповой и индивидуальной деятельности.

3. Общение как взаимопонимание (перцептивная сторона общения). Динамика межличностного восприятия. Эффекты межличностного восприятия, установки, стереотипы. Обратная связь как информация о восприятии человека партнерами по общению.

4. Коррекция стратегий взаимодействия средствами социально-психологического тренинга.

Тема 3. Трансактный анализ общения (3 часа)

1. Трансактный анализ общения (Э.Берн). Четыре тематические части трансактного анализа: а)структурный анализ поведения, мыслей, чувств человека – анализ Эго-состояний – Родитель, Взрослый, Дитя.

2. Анализ трансакций: параллельных, пересекающихся, скрытых (манипулятивных); в) анализ игр: игры в жертву, игры в преследователя, игры в избавителя; г) анализ сценариев.

3. Диагностика Эго-состояний личности по методике Дьюси-Джонгварда.

Тема 4. Психологическая культура общения. Практические проблемы оптимизации общения (4 часа)

1.Идентификация в межличностном общении. Стили общения.

2. Самопрезентация. Этика взаимоотношений.

3. Межличностная совместимость.

4. Практические рекомендации по оптимизации развития личности и общения.

Эффективное общение. Правила эффективного общения.

4. Тематическое планирование

№ п/п	Содержание учебного предмета (разделы, темы)	Количество часов	Основное содержание по темам	Характеристика основных видов учебной деятельности
Раздел I. Социальная психология в контексте науки и культуры.				
1.	Тема 1. Предмет, задачи и методы социальной психологии.	4	1. Социальная психология как наука. Предмет социальной психологии. Система феноменов, которые изучаются в социальной психологии. Задачи и методы социальной психологии, ее практическое значение. Становление социальной психологии. Принципы и методы психологического исследования. Этические принципы проведения исследования на человеке. Методы социально-психологических исследований: а) методы исследования и диагностики; б) методы обработки и интерпретации; в) методы терапии и коррекции практической психологии или психотерапевтической практики; г) мотивации и управления; д)	Обучающиеся узнают особенности социальной психологии как науки, предмет и задачи социальной психологии, основные проблемы социальной психологии, методологию социальной психологии.

обучения и развития.

Раздел II. Социальная психология личности.

1.	Тема 1. Личность. Развитие личностного потенциала.	4	Понимание личности в социальной психологии. Личность как социально- психологический феномен. Личность, индивид, индивидуальность в социальной психологии. Активность личности. Понятие о потребностях. Их свойства. Иерархия потребностей. Социальные установки, ценностные ориентации, убеждения. Социальная принадлежность и социальная позиция. Психология потребностей человека. Понятие мотива, мотивации. Направленность личности как система мотивов. Адекватная самооценка личности и ее мотивирующая роль. Самоуважение, чувство собственного достоинства. Самосознание как составляющая психического облика личности. Теории личности. Макро- и микросреда личности.	Обучающиеся учатся различать понятия индивид, индивидуальность и личность. Узнают о потребностях, убеждениях, самооценке личности. Научатся изучать самооценку с помощью диагностики.
-----------	--	---	--	--

			Изучение и коррекция самооценки личности. Исследование самооценки личности по методике С.А. Будасси.	
2.	Тема 2. Социализация и развитие личности.	4	Психологическая защита. Интересы. Склонности. Способности и профессиональное самоопределение. Эмоциональный мир личности. Процесс социального развития личности. Этапы социального развития личности. Социальное развитие в детском и подростковом возрасте. Понятие социально-психологической адаптации. Хорошо и плохо приспособленные индивиды. Стресс и фрустрация. Влияние стресса на организм и психику человека. Агрессия. Самообладание. Человек в критической ситуации. Понятие о саморегуляции. Знакомство с методами саморегуляции эмоциональных состояний. Личность в сфере общественных и межличностных отношений. Эмоциональная основа	Обучающиеся научатся изучать психологические защиты личности, эмоциональный мир личности. Познакомятся с понятиями: стресс, фрустрация, агрессия, самообладание. Познакомятся с методами саморегуляции эмоциональных состояний.

			<p>межличностных отношений. Межличностные отношения в группах. Манипулирование.</p>	
3.	<p>Тема 3. Социально-психологические параметры анализа личности.</p>	4	<p>Ролевой набор личности. Ролевое поведение. Социальная адекватность личности. Социальное воображение, социальный интеллект и социально-перцептивные способности как высокоадаптивные характеристики личности. Моральность и нравственность личности. Субъектность (локус контроля) личности. Понятие о воле, волевом действии. Формирование воли. Природа и структура волевого действия. Знакомство с понятиями: эмоциональная сфера личности, чувства, эмоции, аффекты. Понятие о любви. Понятие о дружбе. Навыки конструктивного поведения в дружеских отношениях. Диагностика эмоционально-волевой сферы личности. Темперамент и характер. Особенности социализации личности с различными типами акцентуации</p>	<p>Обучающиеся научатся определять тип темперамента, определяют тип акцентуации характера. Познакомятся с понятием воли, сферы личности, темперамента, характера.</p>

			<p>характера. Черты характера и их определение. Свойства и проявления характера. Формирование характера. Диагностика темперамента и характера. Определение типа темперамента по методике Г. Айзенка. Определение типа акцентуации характера личности по методике К. Леонгарда (в интерпретации А.Е. Личко).</p>	
4.	<p>Тема 4. Особенности социализации личности в раннем юношеском возрасте. Личностное развитие старших школьников.</p>	3	<p>Психологическая характеристика раннего юношеского возраста. Основные условия и закономерности психического развития в раннем юношеском возрасте. Факторы развития психики в возрасте ранней юности. Развитие личности раннего юношеского возраста. Ведущая деятельность в раннем юношеском возрасте: учебно-профессиональная деятельность. Особенности личности и межличностных отношений юношей и девушек. Основные психические новообразования раннего юношеского возраста: мировоззрение, личностное и профессиональное</p>	<p>Обучающиеся ознакомятся с психологической характеристикой юношеского возраста, развитием личности в этом возрасте и характеристиками ведущей деятельности в юношеском возрасте.</p>

			<p>самоопределение, первая любовь.</p> <p>Некоторые особенности психо-сексуального развития и поло-ролевого поведения в раннем юношеском возрасте.</p> <p>Профессиональное самоопределение в старшем школьном возрасте.</p> <p>Психологическая подготовка к профессиональному обучению.</p> <p>Изучение профессиональных намерений старших школьников (по методикам ДДО Е.А. Климова, ОПГ, по опроснику «Ваша будущая профессия».</p>	
--	--	--	---	--

Раздел III. Социально-психологическая характеристика общения.

1.	Тема 1. Понятие об общении, его функциях и видах. Средства общения.	4	<p>Потребность людей в общении и способы ее удовлетворения.</p> <p>Общение, его функции: а) общение как форма существования и проявления человеческой сущности; б) общение как коммуникативно-связующий фактор в коллективной деятельности; в) общение как важнейшая жизненная потребность, как условие благополучного индивидуального существования; г) общение как психотерапия и</p>	<p>Обучающиеся изучат понятие общения, познакомятся со всеми формами, средствами и видами общения.</p> <p>Получат возможность развить свои коммуникативные навыки.</p>
-----------	---	---	---	--

			<p>подтверждение «Я» человека. Общение как взаимодействие. Позиции в общении. Виды общения: межличностное и ролевое; ритуальное (объект-объектное), монологическое (субъект-объектное): императивное, манипулятивное, диалогическое (субъект-субъектное). Принципы гуманистического общения. Основные средства общения: вербальные, невербальные, язык самооценности личности. Слушание и говорение. Традиционные и новые формы общения. Развитие коммуникативных навыков средствами психологического тренинга (СПТ).</p>	
2.	<p>Тема 2. Структура общения: коммуникация, интеракция, социальная перцепция.</p>	4	<p>Общение, его компоненты. Общение как обмен информацией (коммуникация). Общение как взаимодействие (интеракция). Социальная перцепция. Механизмы социальной перцепции: децентрация, рефлексия, эмпатия. Совместное пребывание и совместная</p>	<p>Обучающиеся познакомятся с основными компонентами общения. Изучат динамику и эффекты межличностного восприятия.</p>

			<p>деятельность. Диалог как основа взаимопонимания.</p> <p>Эффективность групповой и индивидуальной деятельности.</p> <p>Общение как взаимопонимание (перцептивная сторона общения).</p> <p>Динамика межличностного восприятия. Эффекты межличностного восприятия, установки, стереотипы. Обратная связь как информация о восприятии человека партнерами по общению. Коррекция стратегий взаимодействия средствами социально-психологического тренинга.</p>	
3.	Тема 3. Трансактный анализ общения.	3	<p>Трансактный анализ общения (Э.Берн). Четыре тематические части трансактного анализа:</p> <p>а)структурный анализ поведения, мыслей, чувств человека – анализ Эго-состояний – Родитель, Взрослый, Дитя. Анализ трансакций: параллельных, пересекающихся, скрытых (манипулятивных); в) анализ игр: игры в жертву, игры в преследователя, игры в избавителя; г) анализ сценариев.</p> <p>Диагностика Эго-состояний</p>	<p>Обучающиеся познакомятся с понятием трансактного анализа. Изучат эго-состояния личности с помощью диагностики.</p>

			личности по методике Дьюси-Джонгварда.	
4.	Тема 4. Психологическая культура общения. Практические проблемы оптимизации общения.	4	Идентификация в межличностном общении. Стили общения. Самопрезентация. Этика взаимоотношений. Межличностная совместимость. Практические рекомендации по оптимизации развития личности и общения. Эффективное общение. Правила эффективного общения.	Обучающиеся познакомятся с правилами эффективного общения, изучат практические рекомендации по оптимизации развития личности и общения.
	Итого:	34 часа		

Содержание программы курса внеурочной деятельности

Содержание программы Мир вашего «Я» 11 класс (34 часа, 1 час в неделю).

Раздел I.

Психологическая культура личности (10 часов)

Тема 1. Психологическая культура как часть общей культуры (3 часа)

1. Ключевые понятия психологической культуры. Знания как важный компонент психологической культуры.

2. Понятие «житейская» психология. Научная психология. Взаимодействие житейской и научной психологии. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

3. Определение психологической культуры с помощью методики «Психологическая культура личности»

Тема 2. Психологическая культура личности (3 часа)

1. Знания человека о себе самом как личности и индивидуальности. Индивидуальные различия в познании и самопознании. Самопознание и познание других людей. Психологические знания и самопознание.

2. Проявление психологической культуры личности в общении и отношениях. Умение принимать решения и самостоятельно решать личные проблемы. Поведение в трудных ситуациях. Жизненная стойкость.

3. Психологический практикум в форме обобщающего урока.

Тема 3. Практическая психология (4 часа)

1. Понятие психологической помощи и поддержки. Психологическая психотерапия. Групповая психотерапия

2. Психологическое консультирование. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях.

3. Посттравматический стресс: история проблемы. Как проявляется посттравматический стресс. Как помочь людям, пережившим травматические события.

4. Работа психолога в разных сферах жизни. Этика профессиональной деятельности психолога.

Раздел II.

Самоопределение личности (4 часа)

Тема 1. Личностное самоопределение (3 часа)

1. Понятие личностного самоопределения. Готовность к личностному самоопределению. Личностное самоопределение подростков. Психология личностного самоопределения. Личностное самоопределение и развитие. Самообразование. Самопознание. Самоактуализация.

2. Эмоциональные состояния и чувства личности. Развитие чувств в онтогенезе. Преодоление импульсивности чувств и поведение. Возникновение устойчивых чувств. Саморегуляция в выражении чувств. Социализация чувств.

3. Психологическая характеристика чувств. Смушение и застенчивость. Чувство стыда. Чувство вины. Совесть. Чувство долга и ответственность. Честь и

достоинство. Негативные чувства. Чувство привязанности. Чувство одиночества. Социальная функция чувств.

Тема 2. Социальное самоопределение (1 час)

1. Понятие социального самоопределения. Психологические барьеры самоопределения. Психологический стресс и фрустрация. Психологические зависимости – способы бегства от действительности.

Раздел III.

Социальная установка личности (4 часа)

Тема 1. Социальная установка и поведение личности (4 часа)

1. Понятие установки. Признаки социальной установки. Три компонента установки: когнитивный, аффективный, или эмоциональный, и поведенческий, или конативный. Функции социальной установки.

2. Виды социальных установок. Формирование и изменение установок. Теория научения. Когнитивное соответствие. Теория баланса. Теория когнитивного диссонанса.

3. Теория самовосприятия С. Бэма. Концепция диспозиционной регуляции поведения личности. Есть ли связь между установками и поведением? Влияние установок человека на его поведение.

4. Структура социальной установки. Уровни установок. Этапы формирования социальных установок. Функции аттитюда. Понятие стереотипа. Понятие социализации. Рефлексия.

Раздел IV.

Групповые влияния на индивидуальное поведение (7 часов)

Тема 1. Влияние групповых норм на личность (4 часа)

1. Социальные нормы. Виды социальных норм в малых группах М. Аргайла:
а) нормы относительно задачи (например, метод, скорость и стандарт работы в производственной бригаде); б) нормы, регулирующие взаимодействие в группе, т.е. прогнозирующие поведение других, предотвращающие конфликты и гарантирующие справедливое распределение вознаграждений; в) нормы относительно установок и убеждений (взгляды экспертов группы принимаются,

мнения других членов сверяются с ними, а не с реальностью, что может быть более трудным делом для группы).

2. Концепция Э. Холландера «идиосинкразический кредит». Явление «автокинетического эффекта». Жизнедеятельность социальных групп. Положения Р. Морланда и Д. Левина. Пять фаз пребывания личности в группе.

Тема 2. Конформность: влияние большинства (3 часа)

1. Понятие конформности личности. Эксперимент А.П.Сопикова. Социальное влияние. Информационное влияние: желание быть правым. Нормативное влияние: желание нравиться. Связь между групповой сплоченностью и конформностью.

2. Понятие индивидуализации. Потребность личности в индивидуализации. Тип — антиконформность. Типы конформности — уступчивость и интернализация.

3. Конверсионная теория влияния меньшинства. Понятие референтной группы. Типы референтных групп. Термин "маргинальная личность" (буквально: личность, находящаяся на краю).

Раздел V.

Групповая динамика и групповая эффективность (5 часов)

Тема 1. Понятие о групповой динамике (1 час)

1. Динамика группы. Эффективность группы. Концепция К. Левина. Набор методик для изучения групповой динамики: ролевые игры, «мозговой штурм», группы встреч, группы без лидера, групповая терапия.

Тема 2. Психологическая совместимость членов группы (1 час)

1. Понятие психологической совместимости. Психофизиологическая и социально-психологическая совместимость. Однородность/разнородность группы. Факторы регуляции групповой деятельности: 1) внегрупповые (физические и социальные); 2) внутригрупповые (нормы, межличностные отношения); 3) внеличностные (однородность/разнородность по индивидуально-психологическим параметрам); 4) внутриличностные (социально-психологические особенности членов группы — их мнения, оценки и отношения).

Тема 3. Принятие решений в группах (1 час)

1. Понятие группового решения. Типы групповых задач. Метод мозгового штурма. Плюсы и минусы группового принятия решений. Группомыслие.

Тема 4. Лидерство и руководство в группах (1 час)

1. Понятие лидерства. Черты успешного лидера. Стили лидерства: автократический, демократический, свободный. Методики для изучения лидерских способностей личности.

Тема 5. Социально-психологический климат группы (1 час)

1. Понятия «социально-психологический климат группы», «морально-психологический климат», «психологический климат», «эмоциональный климат». «Модели совместной деятельности» (Уманский, 1977): 1) совместно-индивидуальная деятельность; 2) совместно-последовательная деятельность; 3) совместно-взаимодействующая деятельность.

Раздел VI.

Общение и социальное познание (4 часа)

Тема 1. Формирование первого впечатления о человеке (1 час)

1. Понятие первого впечатления. Эффект первого впечатления. Связь между оценками внешности воспринимаемого человека и оценками его личностных свойств (Панферов, 1968). Роль внешности и поведения при первой встрече с незнакомым человеком. Селективность (избирательность) восприятия.

Тема 2. Социальные категории и стереотипы (1 час)

1. Значение термина «стереотип». Функции стереотипов. Хало-эффект (эффект ореола). Понятие казуальной атрибуции. Параметры причинности. Теория «соответствующего вывода». Фундаментальная ошибка атрибуции. Предрасположение в пользу своего Я.

Тема 3. Социальное взаимодействие и общение (2 часа)

1. Понятие социального взаимодействия. Социальное взаимодействие как характерная черта человеческой жизнедеятельности. Черты социального взаимодействия Э. Холландера.

2. Социально-психологические типы взаимодействия: 1. сотрудничество; 2. противоборство; 3. уклонение от взаимодействия; 4. однонаправленное содействие;

5. однонаправленное противодействие; 6. контрастное взаимодействие; 7. компромиссное взаимодействие. Конкуренция. Кооперация.

Тематическое планирование

№ п/п	Содержание учебного предмета (разделы, темы)	Количество часов	Основное содержание по темам	Характеристика основных видов учебной деятельности
Раздел I. Психологическая культура личности.				
1.	Тема 1. Психологическая культура как часть общей культуры.	3	Ключевые понятия психологической культуры. Знания как важный компонент психологической культуры. Понятие «житейская» психология. Научная психология. Взаимодействие житейской и научной психологии. Психологический практикум в форме обобщающего урока. Определение психологической культуры с помощью методики «Психологическая культура личности».	Обучающиеся познакомятся с понятием психологической культуры. Узнают о взаимосвязи и взаимообусловленности образования и культуры.
2.	Тема 2. Психологическая культура личности.	3	Знания человека о себе самом как личности и индивидуальности. Индивидуальные различия в познании и самопознании. Самопознание и познание	Обучающиеся смогут ознакомиться со сложностью процесса познания, будут

			<p>других людей. Психологические знания и самопознание. Проявление психологической культуры личности в общении и отношениях. Умение принимать решения и самостоятельно решать личные проблемы. Поведение в трудных ситуациях. Жизненная стойкость. Психологический практикум в форме обобщающего урока. Когнитивное соответствие. Теория баланса. Теория когнитивного диссонанса. Теория самовосприятия С. Бэма. Концепция диспозиционной регуляции поведения личности. Есть ли связь между установками и поведением? Влияние установок человека на его поведение. Теория запланированного поведения А. Эйсена.</p>	<p>иметь представление об индивидуальных особенностях самопознания и познания других людей. Познакомятся с понятием установки.</p>
3.	Тема 3. Практическая психология.	4	<p>Понятие психологической помощи и поддержки. Психологическая психотерапия. Групповая</p>	<p>Обучающиеся познакомятся с общими представлениям</p>

			<p>психотерапия.</p> <p>Психологическое консультирование.</p> <p>Психологическая помощь в экстремальных ситуациях.</p> <p>Посттравматический стресс: история проблемы. Как проявляется посттравматический стресс. Как помочь людям, пережившим травматические события. Работа психолога в разных сферах жизни. Этика профессиональной деятельности психолога.</p>	<p>и о психологической помощи. Будут иметь представление о психологическом консультировании. Научатся пользоваться навыками психологической помощи.</p>
--	--	--	---	---

Раздел II. Самоопределение личности.

1.	Тема 1. Личностное самоопределение.	3	<p>Понятие личностного самоопределения. Готовность к личностному самоопределению. Личностное самоопределение подростков. Психология личностного самоопределения. Личностное самоопределение и развитие. Самообразование. Самопознание. Самоактуализация. Эмоциональные состояния и чувства личности. Развитие чувств в онтогенезе.</p>	<p>Обучающиеся изучат понятие личностного самоопределения, личностного саморазвития, самообразования, самоактуализации. Научатся разбираться в чувствах.</p>
-----------	--	---	--	--

			Преодоление импульсивности чувств и поведение. Возникновение устойчивых чувств. Саморегуляция в выражении чувств. Социализация чувств. Психологическая характеристика чувств. Смушение и застенчивость. Чувство стыда. Чувство вины. Совесть. Чувство долга и ответственность. Честь и достоинство. Негативные чувства. Чувство привязанности. Чувство одиночества. Социальная функция чувств.	
2.	Тема 2. Социальное самоопределение.	1	Понятие социального самоопределения. Психологические барьеры самоопределения. Психологический стресс и фрустрация. Психологические зависимости – способы бегства от действительности.	Обучающиеся познакомятся с понятием социального самоопределения, стресса, фрустрации.
Раздел III. Социальная установка личности.				
1.	Тема 1. Социальная установка и	4	Понятие установки. Признаки социальной установки. Три компонента установки: когнитивный, аффективный,	Обучающиеся познакомятся с понятием социальной

	поведение личности.		или эмоциональный, и поведенческий, или конативный. Функции социальной установки. Виды социальных установок. Формирование и изменение установок. Теория научения. Когнитивное соответствие. Теория баланса. Теория когнитивного диссонанса. Теория самовосприятия С. Бэма. Концепция диспозиционной регуляции поведения личности. Есть ли связь между установками и поведением? Влияние установок человека на его поведение. Структура социальной установки. Уровни установок. Этапы формирования социальных установок. Функции аттитюда. Понятие стереотипа. Понятие социализации. Рефлексия.	установки. Изучат три компонента установки, функции и виды социальных установок.
--	---------------------	--	---	--

Раздел IV. Групповые влияния на индивидуальное поведение.

1.	Тема 1. Влияние групповых норм на личность.	4	Социальные нормы. Виды социальных норм в малых группах М. Аргайла: а) нормы относительно задачи (например, метод, скорость и	Обучающиеся изучат социальные нормы, пять фаз пребывания
-----------	---	---	--	--

			<p>стандарт работы в производственной бригаде); б) нормы, регулирующие взаимодействие в группе, т.е. прогнозирующие поведение других, предотвращающие конфликты и гарантирующие справедливое распределение вознаграждений; в) нормы относительно установок и убеждений (взгляды экспертов группы принимаются, мнения других членов сверяются с ними, а не с реальностью, что может быть более трудным делом для группы). Концепция Э. Холландера «идиосинкразический кредит». Явление «автокинетического эффекта». Жизнедеятельность социальных групп. Положения Р. Морланда и Д. Левина. Пять фаз пребывания личности в группе.</p>	<p>личности в группе.</p>
2.	<p>Тема 2. Конформность: влияние большинства.</p>	3	<p>Социальные нормы. Виды социальных норм в малых группах М. Аргайла: а) нормы относительно задачи (например, метод, скорость и стандарт работы в</p>	<p>Обучающиеся ознакомятся с понятием социальной нормы.</p>

			<p>производственной бригаде); б) нормы, регулирующие взаимодействие в группе, т.е. прогнозирующие поведение других, предотвращающие конфликты и гарантирующие справедливое распределение вознаграждений; в) нормы относительно установок и убеждений (взгляды экспертов группы принимаются, мнения других членов сверяются с ними, а не с реальностью, что может быть более трудным делом для группы). Концепция Э. Холландера «идиосинкразический кредит». Явление «автокинетического эффекта».</p>	
--	--	--	--	--

Раздел V. Групповая динамика и групповая эффективность.

1.	Тема 1. Понятие о групповой динамике.	1	<p>Динамика группы. Эффективность группы. Концепция К. Левина. Набор методик для изучения групповой динамики: ролевые игры, «мозговой штурм», группы встреч, группы без лидера, групповая терапия.</p>	<p>Обучающиеся изучат динамику и эффективность группы. Познакомятся с методиками для изучения групповой динамики.</p>
-----------	---------------------------------------	---	--	--

				Поучаствуют в «мозговом штурме».
2.	Тема 2. Психологическая совместимость членов группы.	1	<p>Понятие психологической совместимости.</p> <p>Психофизиологическая и социально-психологическая совместимость.</p> <p>Однородность/разнородность группы. Факторы регуляции групповой деятельности: 1) внегрупповые (физические и социальные); 2) внутригрупповые (нормы, межличностные отношения); 3) внеличностные (однородность/разнородность по индивидуально-психологическим параметрам); 4) внутриличностные (социально-психологические особенности членов группы — их мнения, оценки и отношения).</p>	Обучающиеся разберут понятие психологической совместимости, изучат факторы регуляции групповой деятельности.
3.	Тема 3. Принятие решений в группах.	1	1. Понятие группового решения. Типы групповых задач. Метод мозгового штурма. Плюсы и минусы группового принятия решений. Группомыслие.	Обучающиеся сформируют навыки группового решения, научатся

				групповому принятию решений.
4.	Тема 4. Лидерство и руководство в группах.	1	Понятие лидерства. Черты успешного лидера. Стили лидерства: автократический, демократический, свободный. Методики для изучения лидерских способностей личности.	Обучающиеся познакомятся с понятием лидерства, чертами успешного лидера. Разберутся с методиками для изучения лидерских способностей.
5.	Тема 5. Социально- психологический климат группы.	1	Понятия «социально- психологический климат группы», «морально- психологический климат», «психологический климат», «эмоциональный климат». «Модели совместной деятельности» (Уманский, 1977): 1) совместно- индивидуальная деятельность; 2) совместно-последовательная деятельность; 3) совместно- взаимодействующая деятельность.	Обучающиеся познакомятся с понятием «социально психологическог о климата», изучат модели совместной деятельности.
Раздел VI. Общение и социальное познание.				

1.	Тема 1. Формирование первого впечатления о человеке.	1	Понятие первого впечатления. Эффект первого впечатления. Связь между оценками внешности воспринимаемого человека и оценками его личностных свойств (Панферов, 1968). Роль внешности и поведения при первой встрече с незнакомым человеком. Селективность (избирательность) восприятия.	Обучающиеся познакомятся с понятием первого впечатления. Изучат роль внешности и поведения при первой встрече с незнакомым человеком.
2.	Тема 2. Социальные категории и стереотипы.	1	Значение термина «стереотип». Функции стереотипов. Хало-эффект (эффект ореола). Понятие казуальной атрибуции. Параметры причинности. Теория «соответствующего вывода». Фундаментальная ошибка атрибуции. Предрасположение в пользу своего Я.	Обучающиеся познакомятся с понятием стереотип. Узнают функции стереотипов.
3.	Тема 3. Социальное взаимодействие и общение.	2	Понятие социального взаимодействия. Социальное взаимодействие как характерная черта человеческой жизнедеятельности. Черты социального взаимодействия Э. Холландера. Социально-психологические типы	Обучающиеся изучат понятие социального взаимодействия, познакомятся с чертами социального взаимодействия.

			взаимодействия: 1. сотрудничество; 2. противоборство; 3. уклонение от взаимодействия; 4. однонаправленное содействие; 5. однонаправленное противодействие; 6. контрастное взаимодействие; 7. компромиссное взаимодействие. Конкуренция. Кооперация.	
	Итого	34 часа		

Формы оценки результатов внеурочной деятельности

Контроль на данном этапе проводится в игровой форме (игры, тренинги, групповые дискуссии), посредством выполнения творческих заданий, их презентации и последующей рефлексии. Способами определения результативности программы являются: диагностика, проводимая в конце каждого раздела в виде естественно-педагогического наблюдения, творческих заданий.

Список литературы:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. - М., 2011.
2. Белинская Е.П., Тихомандрицкая О.А. Социальная психология личности. М.: Аспект-Пресс, 2001.
3. Бодалев А.А. Личность и общение. М.: Педагогика, 1983.
4. Гильбух Ю.З. Темперамент и познавательные способности школьника - Киев, 2012.
5. Петровский А.В. Введение в психологию - М., 2012.
6. Бобнева М.И. «Социальные нормы и регуляция поведения» - М., 1998.
7. Климов Е.А. «Психология профессионального самоопределения» - Р-н-Д, 1997.

8. Крысько В.Г. «Социальная психология. Схемы и комментарии» - М., 2001.
9. Донцов А.И. «Психология коллектива» - М., 1994.
10. Гришина Н.В. Психология конфликта. СПб.: Питер, 2000.
11. Десев Л. Психология малых групп. М.: Прогресс, 1979.
12. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М. Социальная психология малой группы. М.: Аспект-Пресс, 2001.
13. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 1977.
14. Леонтьев А.А. Психология общения. М.: Смысл, 1997.
15. Зимбардо Ф., Ляйппе М. Социальное влияние. СПб.: Питер, 2000.
16. Социальная психология в трудах отечественных психологов. СПб.: Питер, 2000
17. Волков И.П. Социометрические методы в социально-психологических исследованиях. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1970.
18. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: Просвещение, 1989.
19. Методы социальной психологии / Под ред. Е.С. Кузьмина, В.Е. Семенова. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1977.
20. Гишинский Я. М. Стадии социализации индивида // Человек и общество. Вып. 9. Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1971.
21. Пеньков Е.М. Социальные нормы — регуляторы поведения личности. М.: Мысль, 1972.
22. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. В 2-х т. М.: Педагогика, 1989. Т. 2.
23. Смелзер Н. Социология. М.: Феникс, 1994.