

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества детей и молодежи городского округа город Нефтекамск
Республики Башкортостан

Принята на заседании
Методического совета
от «__» _____ 2025 г.
Протокол №__



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
социально-гуманитарной направленности
«Психология общения»

Срок реализации программы: 5 месяцев
Возраст обучающихся: 14-17 лет
Уровень освоения программы: базовый

Мазитова Елена Александровна,
педагог-психолог

г. Нефтекамск, 2025 г.

Год разработки программы: 2025 год

Лист внесения изменений в программу

Дата внесения изменений	Раздел программы	Внесенные изменения

Содержание программы

№ п/п	Наименование раздела	Страница
1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы	4
1.1.	Пояснительная записка	4
1.2.	Цель и задачи программы	6
1.3.	Содержание программы	6
1.4.	Планируемые результаты	12
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий	13
2.1.	Условия реализации программы	13
2.2.	Формы аттестации и контроля	13
2.3.	Оценочные материалы	14
2.4.	Методическое обеспечение программы	14
2.5.	Список литературы	19
	Приложения	21

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Программа «Психология общения» разработана в соответствии с ФГОС и Концепцией развития дополнительного образования детей. Она адресована подросткам 14–17 лет, заинтересованным в изучении основ психологии, развитии навыков межличностного взаимодействия и освоении техник медиации.

Общение является ведущей деятельностью подростков и очень важно в субъективном плане для каждого из них. В то же время навыки конструктивного общения развиты у подростков недостаточно, что связано, в первую очередь, с малым социальным опытом. Данная программа отвечает требованиям социального запроса по формированию коммуникативных способностей.

Подростковый возраст считается особо благоприятным периодом развития коммуникативной компетентности. Интерес к сверстнику становится очень высоким, происходит интенсивное установление дружеских контактов и разнообразных форм совместной деятельности сверстников. Приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей является одной из важнейших задач развития на этом этапе, от успешного решения которой во многом зависит благополучие личностного развития подростка.

Направленность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Психология общения»: социально-гуманитарная. Программа направлена на изучение основ психологии и конфликтологии, приобретение навыков социального взаимодействия, овладение формами конструктивного общения, подготовку подростков к работе в службе медиации в качестве помощников медиаторов, развитие навыков самоанализа, удовлетворение познавательного интереса.

Уровень освоения программы: ознакомительный (стартовый). Предполагает удовлетворение познавательного интереса обучающихся, расширение их информированности в области психологии, деятельности школьных служб медиации и школьных служб примирения, обогащение навыков общения, приобретение умения разрешения конфликтов и приобщение к совместной деятельности в освоении программы.

Нормативно-правовое основание разработки программы:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»).

- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022г. № 678-р.

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (далее - СП 2.4.3648-20).

- Приказ Министерства Просвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Устав МАУДО Дворец творчества.

Актуальность программы. Ведущим видом деятельности в подростковом возрасте является общение, поэтому самопознание и овладение навыками гармоничного межличностного общения являются важнейшими условиями нормального психологического развития детей. Эти обстоятельства обуславливают актуальность и педагогическую целесообразность данной программы.

Специфика программы обусловлена одним из основных принципов, разработанных в отечественной социальной психологии, – принципом взаимосвязи и органического единства общения с деятельностью. Поэтому занятия строятся на сочетании теоретического материала и отработки его через упражнения и задания в игровой форме. Это позволяет не только повысить мотивацию обучения, но и закрепить полученные знания в практической форме.

Программа основана на выделенной Г.М. Андреевой структуре общения:

1. коммуникативная сторона общения, понимаемая как обмен информацией между общающимися индивидами;

2. интерактивная сторона общения, заключающаяся в обмене знаниями, идеями и действиями;

3. перцептивная сторона общения, означающая процесс восприятия и познания партнерами по общению и установления на этой основе взаимопонимания.

Эти блоки представлены в программе не по отдельности, а в различных упражнениях и заданиях, которые хорошо разработаны в отечественной психологии.

Программа предусматривает проведение занятий в форме тренингов, которые включают в себя небольшие информационные сообщения педагога, упражнения и игровые задания, а также проведение тестов, иллюстрирующих некоторые разделы программы.

Отличительная особенность программы. Данная программа ориентирована не только на получение обучающимися систематизированных знаний в области психологии, она также направлена на формирование компетентностей в сфере ведущего вида деятельности, свойственного именно данному возрасту – общения. Смысловым ядром программы является проблематика самопознания, которая обеспечивает познание подростком своих индивидуальных психологических особенностей, формирование плодотворных отношений с окружающими людьми.

Программа имеет практико-ориентированный характер, что позволяет подростку учиться разрешать собственные психологические проблемы и развивать у него эмоциональный интеллект.

Программа имеет системный характер, что обеспечивает изучение психики человека как целостного явления. С этой целью программа содержит в себе материал из разных разделов психологии: психологии индивидуальных различий, психологии личности, возрастной, социальной психологии, а также конфликтологии и этикета.

Новизна программы. Новизна данной программы заключается в ориентации на реальные потребности подростка, формирование практически полезных знаний, умений и навыков, необходимых для успешного овладения навыками конструктивного общения. В программе делается акцент на восстановление навыков работы со своими эмоциями и внутренними конфликтами, формирование позитивной жизненной позиции,

приобретение навыков эффективного общения, а также знакомство с основами психологии и конфликтологии.

Педагогическая целесообразность программы. Программа разработана с учетом психофизиологических характеристик подросткового возраста. Педагогическая целесообразность программы заключается, прежде всего, в том, что ее реализация содействует решению психологических проблем подростков и позволяет создать доброжелательную атмосферу в учебном коллективе. Программа призвана помочь подростку разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни.

Адресат программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Психология общения» предназначена для детей 14–17 лет, в том числе для обучающихся с ОВЗ. Именно в этом возрасте посредством общения у подростков формируются навыки взаимодействия с людьми, умение соотносить личные интересы с интересами окружающих, приобретает эмоциональный опыт. В процессе общения происходит проигрывание различных сторон будущей жизни, достигается основное новообразование подросткового возраста – самосознание. Указанный возрастной период является благоприятным для проведения занятий по данной программе. Число обучающихся в объединении – 15 человек.

Объем программы: 78 часов.

Срок освоения программы: 5 месяцев.

Особенности организации образовательного процесса:

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа в день с перерывом 10 мин;

1 раз в неделю по 2 часа в день с перерывом 10 мин;

Форма обучения: очная (с элементами дистанционных технологий).

Форма организации деятельности: индивидуально-групповая, всем составом объединения.

Формы подведения итогов реализации программы: зачет, тестирование.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: создание условий для повышения уровня коммуникативной компетентности подростков, что способствует стимулированию социального развития и личностного роста.

Задачи программы:

Предметные:

Сформировать представления о культуре общения через знакомство обучающихся с методиками гармоничного межличностного общения и правилами современного этикета.

Сформировать понимание психологических различий между людьми, причин возникновения межличностных конфликтов и путей их разрешения.

Познакомить участников с принципами и ценностями восстановительного подхода (медиации) в разрешении конфликтов.

Метапредметные:

Развить у обучающихся умения и навыки самопознания, самоанализа, общения.

Способствовать овладению навыками построения гармоничных межличностных отношений, разрешения и профилактики конфликтов.

Способствовать познанию обучающихся своих индивидуальных психологических особенностей, их проявлений в процессе обучения и межличностного общения.

Совершенствовать умение адекватно выражать свои чувства и понимать чувства других людей, развитие способности к рефлексии.

Личностные:

Сформировать у обучающихся потребность в самопознании, самовоспитании, стремления к сотрудничеству и плодотворному взаимодействию с другими людьми.

Сформировать у обучающихся толерантное отношение к окружающим людям.

Создание условий для развития самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.

1.3. Содержание программы
Учебный план
2-е полугодие обучения (78ч.), возраст обучающихся: 14-17 лет

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1. Введение в курс					
1.1.	Вводное занятие. Знакомство с наукой психологией, ее ролью в жизни человека. Что такое «Психология общения»? Инструктаж по технике безопасности. Игротренинг «Знакомство».	2	1	1	Опрос, наблюдение, анализ, анкетирование
2. Личность и ее индивидуальные особенности					
2.1.	Личность и ее структура. Теории личности.	2	1	1	Устная проверка знаний
2.2.	Темперамент. Определение обучающимися своего типа темперамента.	2	1	1	Наблюдение, опрос, диагностика
2.3.	Эмоции и чувства. Как управлять своим эмоциональным состоянием и как его изменить.	2	1	1	Наблюдение, беседа
2.4.	Характер. Определение обучающимися своих черт характера.	2	1	1	Опрос, анализ
2.5.	«Я- концепция». Знания и убеждения. Поведение в «Я – концепции»	2	1	1	Опрос, беседа
2.6.	Отношение к себе. Самооценка и самооценочность.	2	1	1	Диагностика, анализ
2.7.	Личные границы. Что это и как их установить. Развитие навыка уверенного отказа.	2	1	1	Диагностика, анализ
2.8.	Стереотипы и установки.	2	1	1	Опрос, анализ
2.9.	Нравственность и ценностные ориентации человека.	2	1	1	Наблюдение, беседа
2.10.	Активность, направленность и самосознание личности.	2	1	1	Наблюдение, беседа
3. Психология общения					
3.1.	Психология человеческих взаимоотношений и общение.	2	1	1	Беседа, опрос
3.2.	Причины возникновения проблем в общении.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
3.3.	Роль межличностного общения в развитии личности.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
3.4.	Невербальные средства общения. О чем говорят руки, тело,	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ

	мимика, жесты.				
3.5.	Искусство слушать. Умение понимать своих сверстников.	2	1	1	Беседа, опрос
3.6.	Умение понимать старших. Трудности в общении с взрослыми людьми.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
3.7.	Мои отношения с родителями. Учимся взаимопониманию.	2	1	1	Беседа, опрос
3.8.	Манипуляции и защита от них. Противостояние влиянию толпы.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
3.9.	Творческая работа «Мои правила общения между людьми».	2	1	1	Самостоятельная работа
3.10.	Формы делового общения.	2	1	1	Беседа, опрос
4. Конфликт и способы его разрешения					
4.1.	Понятие конфликта. Виды конфликтов и способы их разрешения.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
4.2.	Конфликты в школьной среде. Основные модели поведения в конфликте. Самодиагностика.	2	1	1	Беседа, опрос
4.3.	Что такое внутренний и внешний конфликт. Что такое конфликтогены. Занятие-практикум «Учимся различать конфликтогены».	2	1	1	Беседа, опрос
4.4.	Активное и пассивное слушание.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
4.5.	Знакомство с понятием медиации. Роль и функции медиатора в процедуры медиации. Профессиональная этика медиатора.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
4.6.	Задачи, этапы и фазы восстановительной медиации. Порядок работы ведущего (медиатора) в программе восстановительной медиации.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
4.7.	Занятие-практикум «Как разобраться в конфликтной ситуации? Беседа с участниками конфликта».	2	1	1	Самостоятельная работа
4.8.	Тренинг «Как укротить конфликтогены». Занятие - практикум «Формулы неслучайных конфликтов»	2	1	1	Тренинг, наблюдение, опрос, анализ
4.9.	Отработка навыка ведения медиативных процедур.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
	Отработка коммуникативных навыков.	2	1	1	Наблюдение, опрос, анализ
5. Ролевые игры					
5.1	Ролевая игра «Кораблекрушение».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ

	Ролевая игра «Необитаемый остров».				
5.2	Ролевая игра «Этапы примирительной беседы».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ
5.3	Ролевая игра «Кто виноват?».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ
5.4	Тренинг упражнение «Разные, но равные».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ
5.5	Ролевая игра «Две стороны человека».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ
5.6	Коммуникативные игры «Компромисс».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ
5.7	Тренинг упражнения «Пузовязельские переговоры».	2	0	2	Наблюдение, опрос, анализ
6. Подведение итогов					
6.1.	Итоговое занятие. Обсуждение на тему: «Что мне дает изучение психологии». Вручение свидетельств по итогам прохождения курса.	2	0	2	Зачет, анализ деятельности объединения
	Итого	78	36	36	

Содержание программы
2 полугодие обучения, (78 ч.) возраст обучающихся: 14-17 лет.

Раздел 1. Введение в курс.

Тема. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с наукой психологией, ее ролью в жизни человека. Что такое «Психология общения»? Инструктаж по технике безопасности. Особенности курса, примерное содержание, организационные моменты, правила поведения в группе.

Практика. Игротренинг «Знакомство». Упражнения на знакомство.

Раздел 2. Личность и ее индивидуальные особенности.

Тема. Личность и ее структура. Теории личности.

Теория. Личность. Структура и теории личности.

Практика. Тренинг «Я – личность». Упражнения, направленные на осознание себя (своей личности) и понимание других людей.

Тема. Темперамент. Определение обучающимися своего типа темперамента.

Теория. Введение понятия темперамент, знакомство с типами темперамента.

Практика. Самодиагностика. Определение своего типа темперамента.

Тема. Эмоции и чувства. Как управлять своим эмоциональным состоянием и как его изменить.

Теория. Эмоции и чувства.

Практика. Я и мои эмоции. Как правильно анализировать свои эмоции, работать с ними. Как управлять своим эмоциональным состоянием и как его изменить.

Тема. Характер. Определение обучающимися своих черт характера.

Теория. Анализ понятия «характер». Знакомство с различными способами развития характера.

Практика. Определение обучающимися своих черт характера. Формирование стремления к развитию характера.

Тема. «Я-концепция». Знания и убеждения. Поведение в «Я - концепции»

Теория. «Я-концепция» (Образ «Я»). Знания и убеждения. Влияние «Я-концепции» на социальное поведение.

Практика. Упражнения по развитию позитивной «Я-концепции». Тренинг с элементами Арт-терапии.

Практика. Упражнения по формированию собственной идентичности.

Тема. Отношение к себе. Самооценка и самооценность.

Теория. Отношение к себе. Самооценка и самооценность.

Практика. Определение уровня самооценки. Тренинговые упражнения по повышению самооценки.

Тема. Личные границы. Что это и как их установить. Развитие навыка уверенного отказа.

Теория. Определение понятия «личные границы».

Практика. Выяснение своих границ и правильное их разграничение во взаимодействии с другими. Развитие навыка уверенного отказа.

Тема. Стереотипы и установки.

Теория. Стереотипы и установки. Значение стереотипов в общении с людьми.

Практика. Исследование обучающимися собственных стереотипов. Выполнение практических упражнений по развитию способности осознавать негативные установки и корректировать их последствия.

Тема. Нравственность и ценностные ориентации человека.

Теория. Нравственность и ценностные ориентации человека.

Практика. Тренинг по ценностно-смысловому и личностному самоопределению обучающихся.

Тема. Активность, направленность и самосознание личности.

Теория. Активность, направленность и самосознание личности. Ее потребности, мотивы, цели.

Практика. Тренинг самосознания, погружение в свой внутренний мир.

Раздел 3. Психология общения.

Тема. Психология человеческих взаимоотношений и общение.

Теория. Психология человеческих взаимоотношений и общение. Сущность и виды взаимоотношений.

Практика. Семинар-тренинг «Учимся строить взаимоотношения».

Тема. Причины возникновения проблем в общении.

Теория. Трудности общения, основные причины возникновения проблем в общении.

Практика. Тренинг «Мои проблемы в общении».

Тема. Роль межличностного общения в развитии личности.

Теория. Роль общения в личностном развитии человека.

Практика. Выполнение упражнений на развитие коммуникативных навыков. Дискуссия.

Тема. Невербальные средства общения. О чем говорят руки, тело, мимика, жесты.

Теория. Невербальные средства общения. О чем говорят руки, тело, мимика, жесты.

Практика. Выполнение практических заданий на определение особенностей невербальных средств общения.

Тема. Искусство слушать. Умение понимать своих сверстников.

Практика. Занятие-практикум «Умение понимать других». «Я-коммуникация», «Ты-коммуникация».

Тема. Умение понимать старших. Трудности в общении с взрослыми людьми.

Теория. Проблемы подростков в общении с взрослыми.

Практика. Формулирование Я-сообщений в повседневном общении.

Тема. Мои отношения с родителями. Учимся взаимопониманию.

Теория. Отношения с родителями: как правильно договариваться.

Практика. Дискуссия на тему «Как найти взаимопонимание с родителями». Правила общения с родителями – советы психолога.

Тема. Манипуляции и защита от них. Противостояние влиянию толпы.

Теория. Манипуляции в общении. Виды, приемы, характеристика манипуляций в общении.

Практика. Способы защиты от манипуляций. Упражнения по развитию навыка противостояния влиянию других.

Тема. Творческая работа «Мои правила общения между людьми».

Практика. Творческая работа «Мои правила общения между людьми». Коммуникативный практикум для обучающихся.

Тема. Формы делового общения.

Теория. Деловое общение, его виды и формы.

Практика. Деловая беседа. Психологические особенности публичного выступления.

Раздел 4. Конфликт и способы его разрешения.

Тема. Понятие конфликта. Виды конфликтов и способы их разрешения.

Теория. Знакомство с понятием «конфликт» и природой конфликта. Виды конфликтов и способы их разрешения.

Практика. Дискуссия «Конфликты вокруг нас: плюсы и минусы».

Тема. Конфликты в школьной среде. Основные модели поведения в конфликте. Самодиагностика.

Теория. Знакомство с основными видами конфликтных ситуаций в школе. Знакомство с 5 стратегиями поведения в конфликте. Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта.

Практика. Проигрывание стратегий поведения в конфликте. Самодиагностика. Определение ведущей стратегии поведения в конфликте.

Тема. Что такое внутренний и внешний конфликт. Что такое конфликтогены. Занятие-практикум «Учимся различать конфликтогены».

Теория. Разбор определения понятий внутреннего и внешнего конфликта. Определение понятия «конфликтоген».

Практика. Занятие-практикум «Учимся различать конфликтогены». Дискуссия «Как научиться слушать и слышать?».

Тема. Активное и пассивное слушание.

Теория. Виды слушания. Активное и пассивное слушание.

Практика. Выполнение упражнений на активное слушание.

Тема. Знакомство с понятием медиации. Роль и функции медиатора в процедуры медиации. Профессиональная этика медиатора.

Теория. Знакомство с понятием медиации.

Практика. Роль и функции медиатора в процедуры медиации. Профессиональная этика медиатора.

Тема. Задачи, этапы и фазы восстановительной медиации. Порядок работы ведущего (медиатора) в программе восстановительной медиации.

Теория. Задачи, этапы и фазы восстановительной медиации.

Практика. Порядок работы ведущего (медиатора) в программе восстановительной медиации.

Тема. Занятие-практикум «Как разобраться в конфликтной ситуации? Беседа с участниками конфликта».

Теория. Закрепление материала из прошлых занятий.

Практика. Занятие-практикум «Как разобраться в конфликтной ситуации? Беседа с участниками конфликта».

Тренинг «Как укротить конфликтогены». Занятие -практикум «Формулы неслучайных конфликтов»

Тема. Отработка навыка ведения медиативных процедур.

Практика. Организация процедуры медиации. Работа в микрогруппах.
Тема. Отработка коммуникативных навыков.

Раздел 5. Ролевые игры

Тема. «Кораблекрушение» игра.

Практика. Ролевая игра «Кораблекрушение». Ролевая игра «Необитаемый остров». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации.

Тема. «Этапы примирительной беседы».

Практика. Ролевая игра «Этапы примирительной беседы». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации.

Тема. «Кто виноват?».

Практика. Ролевая игра «Кто виноват?». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации. Ролевая игра с элементами выполнения упражнений «Испорченный телефон», «Разговоры». Упражнение «Мысль одна, а слов много». Рефлексия.

Тема. «Разные, но равные».

Практика. Тренинг упражнение «Разные, но равные». Тренинговые упражнения: «Кто я? Кто он? Какой я? Какой он?». Рефлексия.

Тема. «Две стороны человека».

Практика. Ролевая игра «Две стороны человека». Общение как психологическое явление. Функции общения. Средства общения. Факторы, определяющие успешность общения.

Тема. «Компромисс».

Практика. Коммуникативные игры «Компромисс». Ролевая коммуникативная игра «Компромисс». Проигрывание поведения в стрессовой ситуации.

Тема. «Пузовязельские переговоры».

Практика. Тренинг упражнения «Пузовязельские переговоры». Упражнения «Убеждение, игры «Комплимент», «Прокуроры и адвокат», «Поединок ораторов». Рефлексия.

Тема. «Позиция медиатора!».

Практика. Мы – команда службы примирения! «Позиция медиатора!». Упражнение «Круг сообщества (поддержки)», упражнение «Единый организм». Просмотр отрывка фильма об опыте Школьной службы примирения. Мозговой штурм «Каким должен быть медиатор?».

Тема. Взгляд в будущее.

Практика. Специальные навыки медиатора. Взгляд в будущее. Упражнение «Коммуникативная карусель», мозговой штурм «Как построить предварительную встречу?», принятие присяги Медиаторов. Итоговое занятие.

Тема. Занятие-практикум «Кейс медиатора».

Практика. Занятие-практикум «Кейс медиатора» (примеры оформления договора примирения по итогам встречи). Практическая лаборатория «Создание рекламы школьной службы медиации»

Раздел 6. Подведение итогов.

Тема. Итоговое занятие.

Практика. Обсуждение «Что мне дает изучение психологии». Вручение свидетельств по итогам прохождения курса.

1.3. Содержание программы
Учебный план
2-е полугодие обучения (38ч.), возраст обучающихся: 14-17 лет

№ п/п	Тема	Количество часов			Формы аттестации контроля
		Всего	Теория	Практика	
1. Введение в курс					
1.1.	Вводное занятие. Знакомство с наукой психологией, ее ролью в жизни человека. Что такое «Психология общения»? Инструктаж по технике безопасности. Игротренинг «Знакомство».	1	1	0	Опрос, наблюдение, анализ, анкетирование
2. Личность и ее индивидуальные особенности					
2.1.	Личность и ее структура. Теории личности.	1	0	1	Устная проверка знаний
2.2.	Темперамент. Определение обучающимися своего типа темперамента.	1	0	1	Наблюдение, опрос, диагностика
2.3.	Эмоции и чувства. Как управлять своим эмоциональным состоянием и как его изменить.	1	0	1	Наблюдение, беседа
2.4.	Характер. Определение обучающимися своих черт характера.	1	1	0	Опрос, анализ
2.5.	«Я- концепция». Знания и убеждения. Поведение в «Я – концепции»	1	1	0	Опрос, беседа
2.6.	Отношение к себе. Самооценка и самооценочность.	1	0	1	Диагностика, анализ
2.7.	Личные границы. Что это и как их установить. Развитие навыка уверенного отказа.	1	0	1	Диагностика, анализ
2.8.	Стереотипы и установки.	1	0	1	Опрос, анализ
2.9.	Нравственность и ценностные ориентации человека.	1	1	0	Наблюдение, беседа
2.10.	Активность, направленность и самосознание личности.	1	1	0	Наблюдение, беседа
3. Психология общения					
3.1.	Психология человеческих взаимоотношений и общение.	1	1	0	Беседа, опрос
3.2.	Причины возникновения проблем в общении.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
3.3.	Роль межличностного общения в развитии личности.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
3.4.	Невербальные средства общения. О чем говорят руки, тело, мимика, жесты.	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
3.5.	Искусство слушать. Умение понимать своих сверстников.	1	0	1	Беседа, опрос

3.6.	Умение понимать старших. Трудности в общении с взрослыми людьми.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
3.7.	Мои отношения с родителями. Учимся взаимопониманию.	1	0	1	Беседа, опрос
3.8.	Манипуляции и защита от них. Противостояние влиянию толпы.	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
3.9.	Творческая работа «Мои правила общения между людьми».	1	0	1	Самостоятельная работа
3.10.	Формы делового общения.	1	0	1	Беседа, опрос
4. Конфликт и способы его разрешения					
4.1.	Понятие конфликта. Виды конфликтов и способы их разрешения.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
4.2.	Конфликты в школьной среде. Основные модели поведения в конфликте. Самодиагностика.	1	0	1	Беседа, опрос
4.3.	Что такое внутренний и внешний конфликт. Что такое конфликтогены. Занятие-практикум «Учимся различать конфликтогены».	1	1	0	Беседа, опрос
4.4.	Активное и пассивное слушание.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
4.5.	Знакомство с понятием медиации. Роль и функции медиатора в процедуры медиации. Профессиональная этика медиатора.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
4.6.	Задачи, этапы и фазы восстановительной медиации. Порядок работы ведущего (медиатора) в программе восстановительной медиации.	1	1	0	Наблюдение, опрос, анализ
4.7.	Занятие-практикум «Как разобраться в конфликтной ситуации? Беседа с участниками конфликта».	1	0	1	Самостоятельная работа
4.8.	Тренинг «Как укротить конфликтогены». Занятие - практикум «Формулы неслучайных конфликтов»	1	0	1	Тренинг, наблюдение, опрос, анализ
4.9.	Отработка навыка ведения медиативных процедур.	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
	Отработка коммуникативных навыков.	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
5. Практические упражнения					
5.1	Тренинг «За и Против»	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
5.2	Игра «Сплетни»	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
5.3	Игра «Остановись и подумай»	1	0	1	Наблюдение,

					опрос, анализ
5.4	Игра «Свободное письмо»	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
5.5	Мои установки относительно эмоций.	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
5.6	Игра «Я успешный, я неудачник»	1	0	1	Наблюдение, опрос, анализ
6. Подведение итогов					
6.1.	Итоговое занятие. Обсуждение на тему: «Что мне дает изучение психологии». Вручение свидетельств по итогам прохождения курса.	1	0	1	Зачет, анализ деятельности объединения
	Итого	38	14	24	

Содержание программы

2 полугодие обучения (38 час.), возраст обучающихся: 14-17 лет.

Раздел 1. Введение в курс.

Тема. Вводное занятие.

Теория. Знакомство с наукой психологией, ее ролью в жизни человека. Что такое «Психология общения»? Инструктаж по технике безопасности. Особенности курса, примерное содержание, организационные моменты, правила поведения в группе.

Практика. Игротренинг «Знакомство». Упражнения на знакомство.

Раздел 2. Личность и ее индивидуальные особенности.

Тема. Личность и ее структура. Теории личности.

Теория. Личность. Структура и теории личности.

Практика. Тренинг «Я – личность». Упражнения, направленные на осознание себя (своей личности) и понимание других людей.

Тема. Темперамент. Определение обучающимися своего типа темперамента.

Теория. Введение понятия темперамент, знакомство с типами темперамента.

Практика. Самодиагностика. Определение своего типа темперамента.

Тема. Эмоции и чувства. Как управлять своим эмоциональным состоянием и как его изменить.

Теория. Эмоции и чувства.

Практика. Я и мои эмоции. Как правильно анализировать свои эмоции, работать с ними. Как управлять своим эмоциональным состоянием и как его изменить.

Тема. Характер. Определение обучающимися своих черт характера.

Теория. Анализ понятия «характер». Знакомство с различными способами развития характера.

Практика. Определение обучающимися своих черт характера. Формирование стремления к развитию характера.

Тема. «Я-концепция». Знания и убеждения. Поведение в «Я - концепции»

Теория. «Я-концепция» (Образ «Я»). Знания и убеждения. Влияние «Я-концепции» на социальное поведение.

Практика. Упражнения по развитию позитивной «Я-концепции». Тренинг с элементами Арт-терапии.

Практика. Упражнения по формированию собственной идентичности.

Тема. Отношение к себе. Самооценка и самооценность.

Теория. Отношение к себе. Самооценка и самооценность.

Практика. Определение уровня самооценки. Тренинговые упражнения по повышению самооценки.

Тема. Личные границы. Что это и как их установить. Развитие навыка уверенного отказа.

Теория. Определение понятия «личные границы».

Практика. Выяснение своих границ и правильное их разграничение во взаимодействии с другими. Развитие навыка уверенного отказа.

Тема. Стереотипы и установки.

Теория. Стереотипы и установки. Значение стереотипов в общении с людьми.

Практика. Исследование обучающимися собственных стереотипов. Выполнение практических упражнений по развитию способности осознавать негативные установки и корректировать их последствия.

Тема. Нравственность и ценностные ориентации человека.

Теория. Нравственность и ценностные ориентации человека.

Практика. Тренинг по ценностно-смысловому и личностному самоопределению обучающихся.

Тема. Активность, направленность и самосознание личности.

Теория. Активность, направленность и самосознание личности. Ее потребности, мотивы, цели.

Практика. Тренинг самосознания, погружение в свой внутренний мир.

Раздел 3. Психология общения.

Тема. Психология человеческих взаимоотношений и общение.

Теория. Психология человеческих взаимоотношений и общение. Сущность и виды взаимоотношений.

Практика. Семинар-тренинг «Учимся строить взаимоотношения».

Тема. Причины возникновения проблем в общении.

Теория. Трудности общения, основные причины возникновения проблем в общении.

Практика. Тренинг «Мои проблемы в общении».

Тема. Роль межличностного общения в развитии личности.

Теория. Роль общения в личностном развитии человека.

Практика. Выполнение упражнений на развитие коммуникативных навыков.
Дискуссия.

Тема. Невербальные средства общения. О чем говорят руки, тело, мимика, жесты.

Теория. Невербальные средства общения. О чем говорят руки, тело, мимика, жесты.

Практика. Выполнение практических заданий на определение особенностей невербальных средств общения.

Тема. Искусство слушать. Умение понимать своих сверстников.

Практика. Занятие-практикум «Умение понимать других». «Я-коммуникация», «Ты-коммуникация».

Тема. Умение понимать старших. Трудности в общении с взрослыми людьми.

Теория. Проблемы подростков в общении с взрослыми.

Практика. Формулирование Я-сообщений в повседневном общении.

Тема. Мои отношения с родителями. Учимся взаимопониманию.

Теория. Отношения с родителями: как правильно договариваться.

Практика. Дискуссия на тему «Как найти взаимопонимание с родителями».
Правила общения с родителями – советы психолога.

Тема. Манипуляции и защита от них. Противостояние влиянию толпы.

Теория. Манипуляции в общении. Виды, приемы, характеристика манипуляций в общении.

Практика. Способы защиты от манипуляций. Упражнения по развитию навыка противостояния влиянию других.

Тема. Творческая работа «Мои правила общения между людьми».

Практика. Творческая работа «Мои правила общения между людьми».
Коммуникативный практикум для обучающихся.

Тема. Формы делового общения.

Теория. Деловое общение, его виды и формы.

Практика. Деловая беседа. Психологические особенности публичного выступления.

Раздел 4. Конфликт и способы его разрешения.

Тема. Понятие конфликта. Виды конфликтов и способы их разрешения.

Теория. Знакомство с понятием «конфликт» и природой конфликта. Виды конфликтов и способы их разрешения.

Практика. Дискуссия «Конфликты вокруг нас: плюсы и минусы».

Тема. Конфликты в школьной среде. Основные модели поведения в конфликте. Самодиагностика.

Теория. Знакомство с основными видами конфликтных ситуаций в школе. Знакомство с 5 стратегиями поведения в конфликте. Формирование у подростков стремления к позитивному выходу из конфликта.

Практика. Проигрывание стратегий поведения в конфликте. Самодиагностика. Определение ведущей стратегии поведения в конфликте.

Тема. Что такое внутренний и внешний конфликт. Что такое конфликтогены. Занятие-практикум «Учимся различать конфликтогены».

Теория. Разбор определения понятий внутреннего и внешнего конфликта. Определение понятия «конфликтоген».

Практика. Занятие-практикум «Учимся различать конфликтогены». Дискуссия «Как научиться слушать и слышать?».

Тема. Активное и пассивное слушание.

Теория. Виды слушания. Активное и пассивное слушание.

Практика. Выполнение упражнений на активное слушание.

Тема. Знакомство с понятием медиации. Роль и функции медиатора в процедуры медиации. Профессиональная этика медиатора.

Теория. Знакомство с понятием медиации.

Практика. Роль и функции медиатора в процедуры медиации. Профессиональная этика медиатора.

Тема. Задачи, этапы и фазы восстановительной медиации. Порядок работы ведущего (медиатора) в программе восстановительной медиации.

Теория. Задачи, этапы и фазы восстановительной медиации.

Практика. Порядок работы ведущего (медиатора) в программе восстановительной медиации.

Тема. Занятие-практикум «Как разобраться в конфликтной ситуации? Беседа с участниками конфликта».

Теория. Закрепление материала из прошлых занятий.

Практика. Занятие-практикум «Как разобраться в конфликтной ситуации? Беседа с участниками конфликта».

Тренинг «Как укротить конфликтогены». Занятие -практикум «Формулы неслучайных конфликтов»

Тема. Отработка навыка ведения медиативных процедур.

Практика. Организация процедуры медиации. Работа в микрогруппах.

Тема. Отработка коммуникативных навыков.

Раздел 5. Практические упражнения.

Тема. Отработка практической деятельности.

Практика. Тренинг «За и Против»

Тема. Отработка практической деятельности.

Практика. «Сплетни»

Тема. Отработка практической деятельности.

Практика «Остановись и подумай»

Тема. Отработка практической деятельности.

Практика «Свободное письмо»

Тема. Отработка практической деятельности

Практика «Мои установки относительно эмоций»

Тема. Отработка практической деятельности

Практика «Я успешный, я неудачник».

Раздел 6. Подведение итогов.

Тема. Итоговое занятие.

Практика. Обсуждение «Что мне дает изучение психологии». Вручение свидетельств по итогам прохождения курса.

1.4. Планируемые результаты

Предметные результаты:

Обучающиеся должны знать:

- основные определения понятий, принятых в психологии и конфликтологии;
- методики гармоничного межличностного общения и правила современного этикета;
- причины возникновения межличностных конфликтов и пути их разрешения;
- основные понятия и принципы восстановительного подхода в медиации;
- алгоритм проведения восстановительной медиации;
- способы эффективного общения и способы конструктивного решения конфликтов.

Обучающиеся должны уметь:

- понимать психологические различия между людьми;
- анализировать конфликтные ситуации;
- работать в группе;
- проводить программы примирения;
- применять полученные знания на практике.

Метапредметные результаты:

Обучающиеся должны овладеть:

- навыками построения гармоничных межличностных отношений;
- навыками самоконтроля в общении с другими людьми;
- навыками самопознания, самоанализа и общения;
- способностью осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению;
- способностью конструктивного решения конфликтов.

Обучающиеся должны научиться:

- адекватно выражать свои чувства и понимать чувства других людей;
- грамотно задавать вопросы и участвовать в диалоге;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- осознавать необходимость признания и уважения прав других людей;
- делать осознанный выбор в сложных ситуациях.

Личностные результаты:

У обучающегося должны сформироваться:

- стремление к сотрудничеству и плодотворному взаимодействию с другими людьми;
- умение конструктивно разрешать конфликты;
- адекватная позитивная самооценка;
- эмпатия, как осознанное понимание и сопереживание чувствам других;
- позитивное отношение подростков к окружающему миру и самому себе, терпимость к различным мнениям, готовность к оказанию помощи сверстникам.

У обучающегося будут развиты:

- ориентация в системе моральных норм;
- доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия;
- самостоятельность и личная ответственность за свои поступки;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения;
- потребность в самовыражении и самореализации.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

2.1.1. Материально-технические условия:

- *сведения о помещении:* учебный кабинет, рассчитанный на учебную группу до 15 человек, с зонированием (зона дискуссии, зона практик)
- *перечень оборудования учебного кабинета:* интерактивная доска, проектор, доска, столы и стулья для обучающихся и педагога, шкафы и стеллажи для хранения дидактических пособий и учебных материалов колонки, флипчарт.
- *перечень оборудования, необходимого для проведения занятий:* доска, столы и стулья для обучающихся и педагога;
- *перечень технических средств обучения:* оборудование для демонстрации презентаций, аудио-, видеоматериалов, ПК с возможностью выхода в интернет;
- *перечень материалов, необходимых для занятий:* мел, ватман, маркеры, ножницы, клей, стикеры, маркеры, цветные карточки, бумага для постеров, наборы для ролевых игр;
- *учебный комплект на каждого обучающегося:* тетрадь, ручка;
- *дидактические материалы:* таблицы, схемы, дидактические карточки, видеозаписи, презентации, аудиозаписи, фонотека.

2.1.2. Информационное обеспечение (аудио-, видео-, фото-, интернет источники): материалы из сайтов infourok.ru, multiurok.ru, nsportal.ru и др.

2.1.3. Кадровое обеспечение

Педагогическая деятельность по реализации дополнительных общеобразовательных программ осуществляется лицами, имеющими среднее профессиональное или высшее образование (в том числе по направлениям, соответствующим направлениям дополнительных общеобразовательных программ, реализуемых организацией, осуществляющей образовательную деятельность и отвечающими квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, без предъявления требований к стажу работы).

Необходимы навыки проведения групповых дискуссий (активного слушания, акцентирования, структурирования), создания безопасного психологического пространства в группе, выстраивания субъект-субъектных отношений с подростками.

2.2. Формы аттестации и контроля

Освоение программы предусматривает проведение стартового (вводного), текущего контроля, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся.

Вид контроля	Формы и методы контроля
Стартовый (вводный) контроль Выявить потребности и образовательные запросы обучающихся, а также установить исходный уровень их знаний, умений и навыков для целенаправленного формирования содержания образовательного процесса и акцента на наиболее актуальных для аудитории темах.	Анкетирование, собеседование

<p align="center">Текущий контроль</p> <p>Проводится в течение учебного года на каждом занятии с целью проверки результативности обучения и оперативного управления образовательным процессом; по окончании изучения темы/раздела программы с целью оценки степени усвоения обучающимися содержания программы.</p>	<p align="center">Наблюдение, опрос, диагностика, практические задания</p>
<p align="center">Промежуточная аттестация</p> <p>Проводится в конце полугодия с целью установления уровня достижения обучающимися результатов освоения пройденного материала.</p>	<p align="center">Контрольная работа</p>
<p align="center">Итоговая аттестация</p> <p>Проводится в мае по итогам всего курса обучения по образовательной программе с целью выявления конечных результатов освоения программы.</p>	<p align="center">Тестирование</p>

Уровень воспитанности обучающихся определяется в начале и конце прохождения программы путем тестирования, наблюдений по следующим критериям: отношение к познавательной деятельности, отношение к обществу, отношение к ЗОЖ, культура поведения. Результаты уровня воспитанности фиксируются в карте контроля уровня воспитанности.

2.3. Оценочные материалы

Формы организации контроля: самостоятельная работа, контрольная работа, анкетирование, устная проверка знаний, диагностика, дискуссия, опрос, беседа, наблюдение, анализ, презентация, защита индивидуального (группового) проекта, тестирование.

Оценочные средства: (см. в Приложении).

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: аналитический материал (справка) по итогам проведения контроля, защита (презентация) творческих/ исследовательских работ и проектов, открытое занятие, круглый стол.

2.4. Методическое обеспечение программы

2.4.1. Методы и приемы обучения:

Методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности:

а) по источнику материала:

- словесные (устное изложение, беседа, анализ текста, обсуждение, рассказ, дискуссия);

- наглядные (показ видеоматериалов, презентаций, иллюстраций, наблюдение, работа с дидактическим материалом);

- практические (тренинг, упражнения, решение кейсов, составление проектов, ролевые и деловые игры).

б) по характеру обучения:

- объяснительно-иллюстративный (рассказ, чтение книги, демонстрация опыта, применение наглядности, приведение примеров);

- проблемный (устное слово, печатные тексты, обсуждение гипотез);

- эвристический (групповая работа, рефлексия, мозговой штурм, беседа).

в) по логике изложения и восприятия нового знания:

- индуктивные (озвучивание теории, наблюдение, решение задач, обобщение, вывод, прогнозирование);
 - дедуктивные (изложение фактов, следствие, умозаключение, рассуждение).
- г) по степени взаимодействия педагога и учащихся:
- пассивные (пассивное слушание материала, опросы, самостоятельные работы, тесты);
 - активные (обсуждение, дискуссия, игра, тренинг, презентация, кейс-технологии);
 - интерактивные (круглый стол, мозговой штурм, деловая игра, интерактивный урок с использованием современных технологий).

Методы стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности:

а) методы стимулирования интереса к учению (поощрение, учебно-познавательная игра, создание ярких наглядно-образных представлений, создание ситуации успеха, стимулирующее оценивание, свободный выбор задания);

б) методы стимулирования долга и ответственности (предъявление учебных требований, информирование об обязательных результатах обучения, оценка деятельности и коррекция, рефлексия поведения, прогнозирование будущей деятельности).

Методы контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности:

а) методы устного контроля и самоконтроля (беседа, рассказ или ответ обучающегося, объяснение, устный опрос);

б) методы письменного контроля и самоконтроля (самостоятельная работа, анкетирование, тест);

в) методы практического контроля и самоконтроля (решение кейсов, обсуждение проблемных ситуаций).

2.4.2. Образовательные технологии:

- технология проблемного обучения (создание под руководством педагога проблемных ситуаций и активная самостоятельная деятельность обучающихся по их решению);

- проектные технологии обучения (создание условий, при которых обучающиеся самостоятельно приобретают недостающие знания из дополнительных источников и учатся пользоваться приобретенными знаниями для решения практических задач);

- игровые технологии (игра активизирует обучающихся, повышает познавательный интерес, повышает работоспособность);

- технология критического мышления (создание атмосферы педагогом, при которой обучающиеся активно работают, сознательно размышляют, отслеживают, подтверждают, опровергают или расширяют знания, новые идеи, чувства и мнения об окружающем мире);

- кейс-технология (объединение теории и реальности в учебные задачи, которые обсуждаются и решаются в группах, причем теория осваивается в ходе изучения и анализа примеров);

- здоровьесформирующие образовательные технологии (использование психолого-педагогических методов, направленных на воспитание у обучающихся культуры здоровья, личностных качеств, способствующих его сохранению и укреплению, формирование представления о здоровье как ценности, мотивацию на ведение здорового образа жизни);

- информационно-коммуникативные технологии (ИКТ) (использование информационных и телекоммуникационных технологий для реализации информационных процессов с целью оперативной и эффективной работы с информацией).

- технология дистанционного обучения – способ организации процесса обучения, основанный на использовании современных информационных и телекоммуникационных технологий, позволяющих осуществлять обучение на расстоянии без непосредственного контакта между педагогом и обучающимися.

2.4.3. Перечень видов учебных занятий:

№	Тип учебного занятия	Виды учебных занятий
1.	<p>Открытие нового знания (изучения нового материала) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> научить подростков новым способам нахождения знаний, ввести новые понятия, термины. <i>Содержательная:</i> сформировать систему новых понятий, расширить знания обучающихся за счет включения новых определений, терминов, описаний.</p>	<p>Беседа, лекция, проблемное занятие, мультимедиа, деловая игра, самостоятельная работа, исследование, учебный практикум, занятия смешанного типа.</p>
2.	<p>Рефлексия (закрепления изученного материала) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> сформировать у обучающихся способность к рефлексии коррекционно-контрольного типа, научить подростков находить причину своих затруднений, самостоятельно строить алгоритм действий по устранению затруднений, научить самоанализу действий и способам нахождения разрешения конфликта. <i>Содержательная:</i> закрепить усвоенные знания, понятия, способы действия и скорректировать при необходимости.</p>	<p>Собеседование, самостоятельная работа, практическая работа, практикум, решение кейсов, диалог, ролевая игра, деловая игра, комбинированное занятие.</p>
3.	<p>Общеметодологическая направленность (обобщения и систематизации знаний) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> научить обучающихся структуризации полученного знания, развивать умение перехода от частного к общему и наоборот, научить видеть каждое новое знание, повторить изученный способ действий в рамках всей изучаемой темы. <i>Содержательная:</i> научить обобщению, развивать умение строить теоретические предположения о дальнейшем развитии темы, научить видению нового знания в структуре общего курса, его связь с уже приобретенным опытом и его значение для последующего обучения.</p>	<p>Конференция, семинар, урок-игра, круглый стол, диспут, обсуждение, беседа, мозговой штурм.</p>
4.	<p>Развивающий контроль (оценки и коррекции знаний) <i>Цели:</i> <i>Деятельностная:</i> научить обучающихся способам самоконтроля и взаимоконтроля, формировать способности, позволяющие осуществлять контроль. <i>Содержательная:</i> проверка знания, умений, приобретенных навыков и самопроверка</p>	<p>Устный или письменный опрос, краткая самостоятельная работа, тестовые задания, устная проверка знаний, наблюдение, беседа, викторина, диагностика.</p>

2.4.4. Особенности структуры учебного занятия:

В целом учебное занятие в рамках настоящей программы можно представить в виде последовательности следующих этапов: организационного, проверочного, подготовительного, основного, контрольного, рефлексивного (самоанализ), итогового информационного.

1 этап: организационный.

Задача: подготовка обучающихся к работе на занятии.

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроения на учебную деятельность и активизацию внимания.

2 этап: проверочный.

Задача: установление правильности и осознанности выполнения домашнего задания (если было), выявление пробелов и их коррекция.

Содержание этапа: проверка домашнего задания (творческого, практического), проверка усвоения знаний предыдущего занятия.

3 этап: подготовительный (подготовка к новому содержанию).

Задача: обеспечение мотивации и принятие обучающимися цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей (к примеру, эвристический вопрос, познавательная задача, проблемное задание обучающимся).

4 этап: основной.

В качестве основного этапа могут выступать следующие:

1) Усвоение новых знаний и способов действий.

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в объекте изучения. Использование заданий и вопросов, которые активизируют познавательную деятельность обучающихся.

2) Первичная проверка понимания.

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений и их коррекция. Применение практических заданий, которые сочетаются с объяснением соответствующих правил или обоснованием.

3) Закрепление знаний и способов действий.

Задача: обеспечение усвоения новых знаний и способов действий. Применение тренировочных упражнений, заданий, которые выполняются самостоятельно детьми.

4) Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Беседа и практические задания.

5 этап: контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция. Использование тестовых заданий, устного и письменного опроса.

6 этап: итоговый.

Задача: дать анализ и оценку успешности достижения цели и наметить перспективу последующей работы.

Содержание этапа: педагог отмечает, как работали ребята на занятии, что нового узнали, какими умениями и навыками овладели, поощряет их за учебную работу.

7 этап: рефлексивный.

Задача: мобилизация обучающихся на самооценку. Может оцениваться работоспособность, психологическое состояние, результативность работы, содержание и полезность учебной работы.

8 этап: информационный.

Информация о домашнем задании (если необходимо), инструктаж по его выполнению, определение перспективы следующих занятий.

Задача: обеспечение понимания цели, содержания и способов выполнения домашнего задания, логики дальнейших занятий.

2.4.5. Воспитательный аспект программы

Обучение по программе «Психология общения» способствуют овладению навыками построения гармоничных межличностных отношений у обучающихся формирует понимание психологических различий между людьми, причин возникновения межличностных конфликтов и путей их разрешения.

С первых занятий, педагог применяет личностно-ориентированный подход к каждому обучающемуся. Важное условие успешного воспитания – справедливости замечаний и требований педагога.

Самые главные требования педагога – это дисциплинированность добросовестность на занятиях. Соблюдение правил занятия и участия в конкурсах, четкое исполнение указаний педагога, дисциплинированное поведение на занятиях – на все это обращает внимание педагог.

Воспитание обеспечивается взаимодействием педагога и обучающихся на основе диалогичности общения, партнерских отношений, рефлексивной деятельности.

Цель воспитательного аспекта программы – создание условий для достижения обучающимися необходимого для жизни в обществе социального опыта и формирования принимаемой обществом системы ценностей, создание условий для многогранного развития и социализации каждого обучающегося.

Методы воспитания:

- метод формирования сознания: объяснение, рассказ, беседа, пример;
- формирование опыта поведения: педагогическое требование, общественное мнение, воспитывающая ситуация;
- методы стимулирования: поощрение (выражение положительной оценки) признание качеств и поступков).

Средства воспитания:

- воспитательные мероприятия в объединении;
- участие в конкурсах и/или научно-практических конференциях обучающихся.

Уровень воспитанности обучающихся определяется в начале и в конце обучения при помощи наблюдений по следующим показателям: сформированность гражданской идентичности; духовно-нравственных ценностей; личностного смысла в учении и непрерывном образовании; навыков адаптации в современном обществе; эстетических потребностей, ценностей и чувств, потребности к труду; установки на безопасный, здоровый образ жизни. Результаты уровня воспитанности фиксируются в Карте контроля уровня воспитанности.

Календарный план воспитательной работы на 2026 учебное полугодие

№ п/п	Название мероприятия	Дата проведения
1.	«Герои рядом»: конкурс эссе о ветеранах семьи и земляках-героях (с презентацией работ).	январь
2.	«Доброта в действии»: челлендж — серия добрых дел с фотоотчётом (помощь пожилым, уборка парка, забота о животных).	февраль, март
3.	Арт-марафон «Мир без границ» — совместная роспись холста на тему единства.	февраль
4.	Квиз «Открытия России» — вклад отечественных учёных и изобретателей.	март
5.	Акция «Письмо солдату»	апрель

2.5. Список литературы

Основная литература для педагога:

1. **Вачков И. В.** *Основы технологии группового тренинга*. 4-е изд. — М.: ФОРУМ, 2023. — 320 с. *Современные методики групповых занятий, упражнения для развития коммуникативных навыков у подростков.*
2. **Гребенкин Е. В.** *Конфликтология для педагогов: теория и практика*. — М.: Юрайт, 2024. — 286 с. *Актуальные модели разрешения конфликтов в образовательной среде, техники медиации.*
3. **Дубровина И. В.** *Психология: учебник для СПО*. — М.: Юрайт, 2024. — 456 с. *Базовые понятия психологии, возрастные особенности подростков, коммуникативные процессы.*
4. **Емельянова Е. В.** *Тренинг коммуникативной компетентности в работе с подростками*. — СПб.: Речь, 2022. — 192 с. *Практические упражнения по развитию эмпатии, активного слушания, аргументации.*
5. **Карабанова О. А.** *Психология семейных отношений и основы семейного консультирования*. 6-е изд. — М.: КНОРУС, 2023. — 320 с. *Взаимодействие подростков с родителями, стратегии взаимопонимания.*
6. **Кривцова С. В.** *Подросток: тренинг социальных навыков*. — М.: Генезис, 2021. — 256 с. *Упражнения по формированию личных границ, уверенного отказа, противостояния манипуляциям.*
7. **Петрова Н. Н.** *Медиация в образовании: практическое руководство*. — М.: НИЦ ИНФРА-М, 2023. — 184 с. *Этапы восстановительной медиации, роль медиатора, работа с конфликтами в школе.*
8. **Пиз А., Пиз Б.** *Язык телодвижений: как читать мысли по жестам*. — М.: Эксмо, 2022. — 448 с. *Невербальная коммуникация, интерпретация мимики и жестов.*
9. **Реан А. А.** *Психология подростка: полное руководство*. — СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2023. — 512 с. *Особенности самосознания, темперамента, эмоций в подростковом возрасте.*
10. **Фопель К.** *Создание команды: психологические игры и упражнения*. — М.: Генезис, 2021. — 336 с. *Интерактивные методы для групповой работы, развитие доверия и сотрудничества.*

Дополнительная литература для обучающихся.

1. **Айзенк Г.** *Узнай свой характер: тесты и опросники*. — М.: АСТ, 2022. — 160 с. *Самодиагностика темперамента, черт характера, самооценки.*
2. **Галанина В. Е.** *Я и другие: психология общения для подростков*. — М.: Сфера, 2020. — 144 с. *Простые объяснения механизмов общения, упражнения на рефлексию.*
3. **Левин В. Л.** *Как говорить, чтобы подростки слушали, и как слушать, чтобы подростки говорили*. — М.: Альпина Паблишер, 2023. — 240 с. *Техники активного слушания, формулирование «Я-сообщений», разрешение конфликтов.*
4. **Макшанов С. И.** *Игра как инструмент развития*. — СПб.: Питер, 2021. — 208 с. *Игровые методики для самопознания и коммуникации.*
5. **Румянцева Т. В.** *Эмоциональный интеллект: как понимать и управлять чувствами*. — М.: Эксмо, 2022. — 192 с. *Стратегии регуляции эмоций, распознавание чувств других.*

Интернет-ресурсы:

1. *Федеральный центр психолого-педагогической помощи (fcprr.ru)* — методические рекомендации, вебинары по работе с подростками.

2. Портал «Психологическая газета» (psy.su) — статьи по конфликтологии, медиации, возрастной психологии.
3. Библиотека «Гумер» (gumer.info) — электронные версии классических и современных трудов по психологии.
4. Проект «Ты решаешь!» (mediacia.com) — материалы по школьной медиации, кейсы для тренингов.
5. Образовательная платформа «Лекториум» (lektorium.tv) — открытые лекции по психологии общения и конфликтологии.

Стартовый (вводный) контроль.

Цель: Выявить потребности и образовательные запросы обучающихся подростков, а также установить исходный уровень их знаний, умений и навыков для целенаправленного формирования содержания образовательного процесса и акцента на наиболее актуальных для аудитории темах.

Вопросы теста.

1. **Почему ты решил(а) записаться на занятия по психологии общения?**
 - а) Хочу научиться лучше понимать других людей — 1 балл (осознанная потребность).
 - б) Хочу улучшить отношения с друзьями — 1 балл (конкретная проблема).
 - в) Родители посоветовали / заставили — 0 баллов (внешняя мотивация).
 - г) Интересно попробовать что-то новое — 0 баллов (любопытство без фокуса на проблему).
 - д) Другое (если в ответе указана проблема) — 1 балл.
2. **Как часто ты испытываешь сложности в общении со сверстниками?**
 - а) Почти каждый день — 1 балл.
 - б) Иногда, в определённых ситуациях — 1 балл.
 - в) Редко, почти никогда — 0 баллов.
 - г) У меня нет друзей, поэтому я почти ни с кем не общаюсь — 1 балл (выраженная проблема).
3. **Бывают ли ситуации, когда тебе трудно выразить свои мысли или чувства?**
 - а) Да, часто — боюсь, что меня не поймут или осудят — 1 балл.
 - б) Иногда — зависит от человека и темы разговора — 1 балл.
 - в) Редко — обычно я могу сказать то, что думаю — 0 баллов.
 - г) Нет, я всегда легко делюсь своими мыслями — 0 баллов.
4. **Что вызывает у тебя наибольшее напряжение в общении?**
 - а) Страх сказать что-то не то — 1 балл.
 - б) Боязнь быть осмеянным или раскритикованным — 1 балл.
 - в) Сложности в поддержании разговора (не знаю, о чём говорить) — 1 балл.
 - г) Неуверенность в себе при знакомстве с новыми людьми — 1 балл.
 - д) Ничего не вызывает напряжения — 0 баллов.
 - е) Другое (указать) — 1 балл, если в описании указана проблема.
5. **Чему бы ты хотел(а) научиться в первую очередь на занятиях?**
 - а) Увереннее чувствовать себя при знакомстве с новыми людьми — 1 балл.
 - б) Лучше понимать эмоции других людей — 1 балл.
 - в) Находить общий язык даже с теми, кто мне не близок по духу — 1 балл.
 - г) Конструктивно разрешать конфликты — 1 балл.
 - д) Выражать свои мысли и чувства без страха осуждения — 1 балл.
 - е) Другое (указать) — 1 балл, если запрос связан с коммуникацией.
6. **Представь, что у тебя произошёл конфликт с другом. Как ты обычно поступаешь?**
 - а) Стараюсь сразу обсудить проблему — 0 баллов (конструктивная стратегия).
 - б) Жду, пока друг сделает первый шаг — 1 балл (пассивность).
 - в) Игнорирую ситуацию — 1 балл (избегание).
 - г) Делюсь переживаниями с кем-то третьим — 1 балл (косвенное решение).
 - д) Ухожу в себя и долго переживаю в одиночку — 1 балл (неадаптивная стратегия).
7. **Насколько для тебя важно иметь близких друзей, с которыми можно поделиться всем?**
 - а) Очень важно — без таких людей я чувствую себя одиноко — 1 балл (высокая потребность при возможной нехватке поддержки).
 - б) Важно, но я не всегда готов(а) открываться даже близким — 1 балл (барьер в общении).

- в) Не очень важно — мне достаточно поверхностного общения — 0 баллов.
г) Мне комфортнее быть одному(ой) — 1 балл (возможная социальная изоляция).

Интерпретация результатов

- **От 1 до 2 баллов — Низкий уровень потребности в курсе.**
Подросток либо не осознаёт трудностей в общении, либо они минимальны. Мотивация к занятиям может быть внешней (любопытство, давление родителей).
- **От 3 до 4 баллов — Средний уровень потребности.**
Есть отдельные сложности в коммуникации (например, страх публичных выступлений или трудности в конфликтах). Подросток частично осознаёт проблему.
Рекомендуется: базовая программа с модулями по разрешению конфликтов, активному слушанию и самовыражению.
- **От 5 до 6 баллов и выше — Высокий уровень потребности.**
Выраженные трудности в общении (одиночество, избегание контактов, неумение выражать эмоции). Подросток чётко формулирует запрос на помощь.

Промежуточная аттестация

Цель: определение уровня усвоения части содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Психология общения».

Теория

Форма: тестирование

Контрольная работа.**Теоретические вопросы:**

1. Понятие общения. Функции общения.
2. Влияние установок на процесс общения и способы их преодоления.

Практическое задание:

Представь, что ты впервые пришёл в новый класс после переезда в другой город.

Проанализируй, как будет строиться твоё общение на каждом этапе:

Начало разговора: как ты будешь знакомиться с одноклассниками? Какие фразы и невербальные сигналы (жесты, мимика, поза) помогут тебе произвести хорошее первое впечатление? Приведи 2–3 конкретных примера фраз.

Поддержание разговора: Какие темы будут наиболее уместны для продолжения общения со сверстниками? Как ты будешь показывать, что заинтересован в собеседнике (активное слушание)? Опиши 2 ситуации с кратким диалогом (по 3–4 реплики с каждой стороны).

Окончание разговора: как корректно завершить беседу, чтобы оставить возможность для дальнейшего общения? Приведи 2 варианта вежливых фраз для завершения разговора в этой ситуации. Сделай вывод: какие навыки общения наиболее важны для успешной адаптации в новом коллективе?

Вариант 2

Теоретические вопросы:

1. Определение невербальной коммуникации. Её особенности.
2. Авторитарный и демократический стили общения, их преимущества и недостатки.

Практическое задание:

Твой младший брат разрисовал ручкой все твои учебники. Из-за этого ты очень расстроен, ведь завтра контрольная.

1. Составь 3 разных варианта «Я-высказывания» для этой ситуации.

Каждое высказывание должно содержать:

- описание факта («Когда я увидел, что...»);
- выражение твоих чувств («...я почувствовал(а)...»);
- объяснение причины («...потому что...»);
- пожелание на будущее («Мне бы хотелось, чтобы в следующий раз ты...»).

2. Представь, что брат в ответ начинает оправдываться и говорит: «Ну и что? Ты всё равно эти учебники не используешь!» или «Ты всегда на меня орёшь!». Как ответить ему, не переходя на крик и оскорбления, чтобы продолжить конструктивный диалог?

Приведи 2 варианта ответа, используя техники активного слушания (перефраз, эмпатия)

Например: «Я понимаю, что ты считаешь, будто я редко пользуюсь этими учебниками, но для завтрашней контрольной они мне очень нужны. Давай подумаем, как можно исправить ситуацию?».

3. Кратко (2,3 предложения) объясни, почему «Я-высказывания» и активное слушание эффективнее, чем обвинения и крик, в разрешении подобных конфликтов.

Оценка:

Частичный ответ – до 50% верных ответов

Не полный ответ – 50-75% верных ответов

Полный ответ – 75-100 % верных ответов

Практика

Оценка:

Полнота ответа – 1 балл

Удовлетворительно – от 1 до 7 баллов.

Хорошо – от 8 до 10 баллов.

Отлично – 11 до 12 баллов.

Итоговая аттестация обучающихся (май)
(по окончании полного курса программы)

Цель: определение степени и уровня освоения обучающимися всего объема содержания дополнительной общеобразовательной программы «Психология общения».

Теория

Форма: тест.

Тест по итогам прохождения курса

Инструкция для обучающихся: Выберите правильные ответы на вопросы. Будьте внимательны, тестовое задание содержит только один вариант ответа.

1. Общение – это:

- а) Взаимодействие людей, не имеющих общие или взаимозаменяющие интересы, либо потребности;
- б) Взаимодействие людей, имеющих общие или взаимозаменяющие интересы, либо потребности;**
- в) Отношение к поступающей информации;
- г) Верны все варианты ответов.

2. Все разнообразные движения руками и головой, которые сопровождают разговор – это:

- а) Мимика;
- б) Жесты;**
- в) Позы;
- г) Интонация.

3. Общение, обеспечивающее успех какого-то общего дела, создающее условия для сотрудничества людей, чтобы достичь значимые для них цели – это:

- а) Неформальное общение;
- б) Деловое общение;**
- в) Конфиденциальное общение;
- г) Нет правильного ответа.

4. К вербальным средствам общения относят:

- а) Мимика;
- б) Слова;**
- в) Жесты.

5. Каждый тип темперамента отличается поведенческими реакциями. Распределите примеры поведенческих реакций по типам темперамента.

- 1) Холерик – *г*
- 2) Меланхолик – *б*
- 3) Сангвиник – *а*
- 4) Флегматик – *в*

Примеры:

- а) Общителен, контактен, целеустремлен;
- б) Трудно устанавливает контакты, нерешителен, боязлив, высокая утомляемость. При новизне обстановки выбирает пассивно-оборонительное поведение;
- в) Замедленное формирование программ поведения, высокая целеустремленность и работоспособность;

г) Холерик – высокая потребность деятельности, целеустремленность, но интересы часто меняются.

6. Характер – это:

а) Совокупность индивидуальных, устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к людям, к самому себе, к выполняемой работе;

б) Совокупность свойств, характеризующих динамические особенности протекания психических процессов и поведения человека, их силу, скорость, возникновение, прекращение и изменение.

7. Способность распознавать эмоции, понимать намерения, мотивацию и желание других людей и своих собственных, а так же способствовать управлять своими эмоциями и эмоциями других людей в целях решения практических задач – это:

а) Интерактивная сторона общения;

б) Эмоциональный интеллект;

в) Негативизм;

г) Положительные эмоции.

8. Манипуляции в общении – это:

а) Скрытое управление другим человеком;

б) Способ войти в доверие;

в) Контроль над поведением чувствами индивида;

г) Способ управления и возможность контроля над поведением и чувствами индивида.

9. Учение о морали и нравственности – это:

а) Конфликт;

б) Деловые переговоры;

в) Речевой жаргон;

г) Этика.

10. Конфликт – это:

а) Борьба мнений;

б) Спор, дискуссия по острой проблеме;

в) Противоборство;

г) Отсутствие понятий между двумя и более сторонами (лицами, группами), на основе столкновения противоположно направленных мотивов или суждений.

11. Какая из стратегий урегулирования конфликта является наиболее продуктивной?

а) Приспособление;

б) избегание;

в) сотрудничество;

г) конкуренция.

12. Медиатор при разрешении конфликта является:

а) Сторонним наблюдателем;

б) Нейтральным посредником;

в) Справедливым арбитром;

г) Защитником пострадавшей стороны.

Примечание: Правильные ответы в тексте выделены жирным шрифтом.

Оценка:

Удовлетворительно – до 50% верных ответов

Хорошо – 50-75% верных ответов

Отлично – 75-100 % верных ответов

Оценка: (практика)

полнота ответа – 1 балл

Удовлетворительно – от 1 до 7 баллов.

Хорошо – от 8 до 10 баллов.

Отлично – 11 до 12 баллов.

Приложение 4

**Критерии и показатели оценки эффективности реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
(предметных результатов)**

Уровень освоения программы	Баллы	Показатели
Высокий уровень: освоения программы	11-12	Обучающийся проявляет устойчивый интерес к занятиям; показывает отличное знание теоретического материала; владеет практическими умениями и навыками, предусмотренными программой; проявляет настойчивость и умение добиваться намеченной цели; не испытывает особых затруднений при выполнении заданий; действует по четко обозначенным правилам.
Средний уровень: освоения программы	8-10	Обучающийся демонстрирует достаточную заинтересованность в учебной деятельности, составляющей содержание программы; показывает хорошее знание теоретического материала; владеет практическими умениями и навыками, предусмотренными программой; выполняет задания при помощи педагога; применяет знания в знакомой ситуации.
Низкий уровень освоения программы	1-7	Обучающийся демонстрирует слабую заинтересованность в учебной деятельности, составляющей содержание программы; показывает слабое знание теоретического материала; слабо владеет практическими умениями и навыками по разделам программы; испытывает серьезные затруднения при выполнении заданий.

Максимальное количество баллов по критерию - 12

Приложение 5

Критерии и показатели оценки динамики личностного роста обучающихся

Качества личности	Степень проявления			
	Ярко проявляются 3 балла	Проявляются 2 балла	Слабо проявляются 1 балл	Не проявляется 0 баллов
I. Активность, организаторские	Активен, проявляет	Активен, проявляет	Малоактивен. Наблюдает за	Пропускает занятия,

способности	устойчивый познавательный интерес, целеустремлен, трудолюбив и прилежен, добивается высоких результатов, инициативен, организует деятельность других.	устойчивый познавательный интерес, трудолюбив, добивается хороших результатов.	деятельностью других, забывает выполнить задание. Результативность низкая.	мешает другим.
2. Коммуникативные умения, коллективизм	Легко вступает и поддерживает контакты, разрешает конфликты конструктивным способом, дружелюбен со всеми, инициативен, по собственному желанию и, как правило, успешно выступает перед аудиторией.	Вступает и поддерживает контакты, не вступает в конфликты, дружелюбен со всеми, по инициативе руководителя или группы выступает перед аудиторией.	Поддерживает контакты избирательно, чаще работает индивидуально, публично не выступает.	Замкнут, общение затруднено, адаптируется в коллективе с трудом, является инициатором конфликтов.
3. Ответственность, самостоятельность, дисциплинированность	Выполняет поручения охотно, ответственно, часто по собственному желанию, может привлечь других. Всегда дисциплинирован, соблюдает правила поведения, требует соблюдение правил другими.	Выполняет поручение охотно, ответственно. Хорошо ведет себя независимо от наличия или отсутствия контроля, но не требует этого от других.	Неохотно выполняет поручения. Начинает работу, но часто не доводит ее до конца. Справляется с поручениями и соблюдает правила поведения только при наличии контроля и требовательности педагога или товарищей.	Уклоняется от поручений, выполняет поручения недобросовестно. Часто не дисциплинирован, нарушает правила поведения, не всегда реагирует на воспитательные воздействия.
4. Нравственность, гуманитарность	Доброжелателен, правдив,	Доброжелателен, правдив,	Помогает другим по	Недоброжелателен, груб,

	верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, пресекает грубость и недобрые отношения к людям.	верен своему слову, вежлив, заботится об окружающих, но не требует этих качеств от других.	поручению преподавателя, не всегда выполняет общения, в присутствии старших чаще скромн, со сверстниками бывает груб.	пренебрежителен, высокомерен с товарищами и старшими, часто говорит неправду, неискренен.
5. Креативность, склонность к исследовательской и проектной деятельности	Имеет высокий творческий потенциал. Самостоятельно выполняет исследовательские проекты и разработки. Является автором проекта, может создать творческую команду и организовать ее деятельность. Находит нестандартные решения, новые способы выполнения заданий.	Выполняет исследовательские, проектные работы, может разработать свой проект с помощью педагога. Способен принимать творческие решения, но, в основном, использует традиционные способы решения.	Может работать в творческой группе при постоянной поддержке и контроле. Способен принимать творческие решения, но, в основном, использует традиционные способы решения.	В творческую деятельность не вступает. Уровень выполнения заданий, как правило, репродуктивный.

Максимальное количество баллов по критериям – 15.

Директор МАУПЛО Иропен проспекта
А.И. Ибрагимов

