Комитет по образованию Псковской области

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение

Псковской области

«Опочецкий индустриально-педагогический колледж»

УТВЕРЖДЕНО

приказом

заместителя директора по

производственной работе

(исполняющего обязанности

директора колледжа)

от 01.09.2021 № 275

**Программа дополнительного профессионального образования**

**«Психология общения»**

**Срок реализации 1 год.**  
  
**Для студентов, обучающихся по специальности Преподавание в начальных классах от 16 лет до 18 лет**

Опочка

2021 г.

Программа разработана в соответствии с основными положениями Закона Российской Федерации «Об образовании», типовым положением о порядке организации и освоения дополнительных профессиональных программ и дополнительных общеразвивающих программ для студентов в ГБПОУ ПО «Опочецкий индустриально-педагогический колледж» от 19.11.2013 № 698 с изменениями от 11.04.2014 №123 (рег. № 29)

Организация-разработчик: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Псковской области «Опочецкий индустриально-педагогический колледж»

Разработчик:

Сорокина Л.А., педагог-психолог

# **СОДЕРЖАНИЕ**

|  |  |
| --- | --- |
|  | стр. |
| **пояснительная записка** |  |
| **учебно-тематический план** |  |
| **содержание изучаемого курса** |  |
| **методическое обеспечение дополнительной образовательной программы** |  |
| **список литературы** |  |

1. **пояснительная записка**

Психологическая культура, толерантность, позитивное отношение к себе и другим, способность к рефлексии и саморазвитию, умение строить свои отношения с людьми, уважая их права, и отстаивать свои права конструктивным способом - все это относится к необходимым компонентам личности. Общение играет важную роль в любых аспектах нашей жизни. Во-первых, коммуникация выполняет ряд важных функций. Люди общаются ради потребности в коммуникации, чтобы улучшить и поддержать представление о себе, построить взаимоотношения, выполнить социальные обязательства, обменяться информацией или повлиять на других. Во-вторых, коммуникация протекает в ситуациях межличностного, группового взаимодействия, публичного выступления и при помощи электронных средств. Кроме непосредственного общения лицом к лицу мы общаемся теперь и через электронную почту, сетевые конференции, социальные сети и, находясь практически в любом месте, можем общаться посредством мобильного телефона. Через такие формы самовыражения, как одежда, манера прикасаться к другому человеку и манера распоряжаться временем, проявляется наше отношение к другим людям.

Межличностная коммуникация - это неформальное взаимодействие, которое происходит один на один или в малых группах. Совершенствование навыков межличностной коммуникации может открыть перед школьниками новые возможности.

**Основной целью программы** является демонстрация сложности и многоплановости общения в человеческой деятельности, повышение уровня психологической компетентности студентов в коммуникативной сфере, обеспечение их личностного развития.

**Задачи:**

*Обучающие:*

* Обучение принятию самого себя и других людей;
* Обеспечение студентов психологическими знаниями в области общения;
* Формирование у студентов практических навыков общения, самопознания, саморазвития.

*Развивающие:*

* Развитие рефлексии;
* Повышение самооценки и уверенности в себе.

*Воспитательные:*

* Воспитание психологической культуры для обеспечения эффективного взаимодействия в социуме;
* Активизация потребности в самовоспитании и личностном росте.

**Отличительная особенность.**

Программа **«Психология общения»** направлена на удовлетворение специфических интересов студентов в области психологии и самопознания, чтобы научиться жить соответственно своим возможностям, способностям, характеру. Понимание себя приходит через самораскрытие в межличностных отношениях. Психологические знания и практические умения в области общения позволят студентам выбрать правильную тактику взаимодействия со сверстниками, родителями, педагогами, а также помогут в реализации своего личностного потенциала.

**Основные принципы программы:**

* ПРИНЦИП АКТИВНОСТИ. Активность участников носит особый характер, отличный от активности человека, слушающего лекцию или читающего книгу. В данном случае участники оказываются вовлечены в процесс обсуждения. Принцип активности опирается на известную психологии идею: человек усваивает десять процентов того, что слышит, пятьдесят процентов того, что видит, семьдесят процентов того, что проигрывает, и девяносто того, что делает сам.
* ПРИНЦИП ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ (ТВОРЧЕСКОЙ) ПОЗИЦИИ. Исходя из этого принципа, педагог конструирует и организует такие ситуации, которые давали бы возможность участникам обсуждения осознать и апробировать новые способы поведения в процессе воспитания ребенка.
* ПРИНЦИП ПАРТНЕРСКОГО (СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТОНОГО) ОБЩЕНИЯ. Партнерским, или субъект - субъектным, общением является такое, при котором учитываются интересы других участников взаимодействия, а так же их чувства, эмоции, переживания, признается ценность личности другого человека.

**Формы занятий:**групповые.

На занятиях используются разнообразные и взаимодополняющие**методы:**

- информирование

- диагностика

- ролевое проигрывание

- беседа

- психотехнические приемы

- дискуссии

- анализ ситуаций.

Занятия построены на основе современных психологических представлений о природе человека с учетом возрастных особенностей.

В его основе лежит принцип поэтапности развития группы и постепенности понимания себя каждым членом группы. Каждая встреча логически вытекает из предыдущей и является основой для последующей, но позволяют с легкостью включаться в процесс вновь пришедшим в группу участникам.

Занятие начинается с упражнения, которое способствует установлению доверительной атмосферы в группе. По итогам встречи проводится обсуждение участниками полученной информации и приобретенных навыков.

Обширная психологическая диагностика, включенная в программу, является профессиональной точкой опоры в осуществлении поставленных целей.

Программа рассчитана на **40 часов.**

**Возраст участников кружка**: студенты от 16 лет до 18 лет.

**Срок реализации данной программы** рассчитан на 1 год обучения.

**Режим занятий.** Занятия проводятся  3 раза в месяц по 2  часа.

**Формы и методы работы:**

- групповая работа;

- элементы индивидуальной работы;

- групповая дискуссия (повышает мотивацию и вовлеченность участников в решение обсуждаемой проблемы);

- психогимнастика;

- наблюдение за коммуникативным поведением других (эффективный способ повышения собственной компетентности)

- ролевые игры;

- элементы индивидуальной и групповой релаксации;

**Форма проведения**: занятия  с элементами тренинга.

**Оборудование**: интерактивная доска, компьютер, карандаши, фломастеры, гуашь, акварельные краски, ножницы, листы А4 формата, ватман, цветная бумага, клей.

**Предполагаемый результат:**

***Универсальные учебные действия:***

*Личностные результаты.*Предполагается, что в результате прохождения программы, ее участники научатся анализировать ситуации общения, станут более коммуникабельны, смогут самостоятельно находить эффективные методы разрешения конфликтов.

*Регулятивные умения.* Студенты  смогут рефлексировать и регулировать свое поведение,  гибко взаимодействовать с внешним миром.

*Познавательные результаты*: По окончании курса студенты должны знать:

- правила эффективного общения;

- проблемы межличностного взаимодействия;

- коммуникативные барьеры.

Освоение программного материала происходит через **теоретическую и практическую части**, в основном преобладает практическое направление. Занятие включает в себя организационную, теоретическую и практическую части. Организационный этап предполагает подготовку к работе, теоретическая часть очень компактная, отражает необходимую информацию по теме.

# **учебно-тематический план**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **N**  **п/п** | **Тема занятия** | **Кол-во часов** |
| 1. | Вводное занятие. Психология общения. | 1 |
| 2. | Виды и зоны общения. | 4 |
| 3. | Личность и позиция личности в контакте. | 2 |
| 4. | Вербальная и невербальная коммуникации. | 4 |
| 5. | Ошибки социальной перцепции. | 2 |
| 6. | Процесс коммуникации: участники, контекст, каналы. | 2 |
| 7. | Анализ коммуникационной ситуации. | 2 |
| 8. | Восприятие себя и других. | 2 |
| 9. | Эффективные беседы. | 2 |
| 10. | Умение слушать. | 2 |
| 11. | Самораскрытие и обратная связь. | 2 |
| 12. | Типы отношений. | 2 |
| 13. | Достижение взаимопонимания. | 4 |
| 14. | Конфликт | 4 |
| 15. | Психологическое айкидо | 4 |
| 16. | Самоанализ. | 1 |
|  | **Итого:** | **40 часа** |

**3. содержание изучаемого курса**

**Вводное занятие. Психология общения**. **(1часа)**

Знакомство участников группы, установление контакта ведущего и группы, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочению группы

**Виды и зоны общения**. **(4часа).**

Познакомить студентов с видами и зонами общения для правильного использования личного пространства.

**Личность и позиция личности в контакте.(2час)**

Человек как «коммуникант» рас­полагает тремя личностными позициями. Они, по мнению Э. Берне, сосуществуют в рамках одной и той же лич­ности, дополняя друг друга.

Позиция ребенка, «дитяти» (позиция Д).

Позиция родителя (позиция Р)

Позиция взрослого (позиция В).

**Вербальная и невербальная коммуникации.(4часа).**

Роль такой коммуникации в современном деловом общении состоит в том, что она помогает увеличить эффективность ведения переговоров.

Методы невербальной коммуникации в деловом общении.

**Ошибки социальной перцепции(2час)**

Психологические особенности и эффекты восприятия.

**Процесс коммуникации: участники, контекст, каналы.(1час).**

Составные части коммуникации.

**Анализ коммуникационной ситуации.(2часа).**

Структура коммуникативной ситуации.

**Восприятие себя и других.(2часа).**

Восприятие и понимание в процессе общения.

**Эффективные беседы.(2час).**

Принципы эффективной беседы.

**Умение слушать.(2часа).**

Правила эффективного слушания.

**Самораскрытие и обратная связь.(2часа).**

Самораскрытие как феномен социальных коммуникаций.

**Типы отношений.(2час).**

Типы взаимоотношений между людьми.  
Основные виды отношений между мужчиной и женщиной.  
Общение на разных стадиях взаимоотношений  
**Достижение взаимопонимания.(4часа).**

# Основные условия взаимопонимания в общении и совместной деятельности.

# Приемы, стимулирующие общение и создание доверительных отношений

**Конфликт.(4часа)**

Конфликт – неэффективное общение. Разрешения конфликтов.

**Психологическое айкидо.(4часа)**

Техника психологического айкидо.

**Самоанализ.(1час)**

**Формы подведения итогов:**

по окончании занятий проводится анализ результатов работы с помощью:

- диагностики личностной сферы;

- творческих работ участников (проектные работы, сценические представления, отзывы и т.д.);

- опроса учителей, классных руководителей, об изменении поведения обучающихся в течение учебного года.

**5. список литературы**

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. - М., 1998.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. У нас разные характеры… Как быть? – М., 2012.
3. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. – Екатеринбург, 1997.
4. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг. – СПб., 2007.
5. Козлов Н. Лучшие психологические игры и упражнения. – Екатеринбург, 1997.
6. Кроль Л.М., Михайлова Е.Л. Человек-оркестр: Микроструктура общения. - М., 1993.
7. Курс практической психологии, или как научиться работать и добиваться успеха /Автор-составитель Кашапов Р.Р. – Ижевск, 1996.
8. Лидерс А.Г. Групповой психологический тренинг со старшеклассниками и студентами. 2009
9. Монина Г.Б., Лютова-Робертс Е.К. Коммуникативный тренинг. – СПб., 2007.
10. Рудестам К. Групповая психотерапия, 2-е изд. М., 1993.