

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области  
основная общеобразовательная школа с. Большая Рязань  
муниципального района Ставропольский Самарской области

ПРИНЯТО

Решением методического  
объединения учителей ЕМЦ

Руководитель МО Ковтомеренко  
Т.Г.

Протокол № 1

от "22" 08. 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по  
УВР

\_\_\_\_\_Гавришова Л.Ю.

"23" 08. 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор

\_\_\_\_\_Инюткина Н.Г.

от "24 " 08. 2022 г.

**Рабочая программа**  
**предпрофильной подготовки**  
**для 9-х классов**  
**"Психология личностного общения"**

**Составил:**

**Учитель Гавришова Л.Ю.**

## **Пояснительная записка**

Необходимость данного курса продиктована усложнившимися социальными отношениями в обществе, глубокими противоречиями, взорвавшими гармоничную картину устройства мира у современного человека, а также негативными влияниями кризисного периода развития, в котором находится общество.

Процесс гуманизации общества потребовал от каждого человека, в том числе и от молодых людей, подростков и юношей, устойчивой и ясной жизненной позиции, богатого духовного развития и способности к анализу и оценке всего происходящего вокруг. Социальные перевороты, общественные взрывы, информационный поток жестокого характера, эгоизация человеческих отношений – всё это породило труднейшую социальную ситуацию развития школьника. Часто он не выдерживает жизненного прессинга, его личность, не успев сформироваться, разрушается, а жизнь трагически распадается.

Курс "Психология личностного общения" составляет часть большого курса "Человек в современном мире". Он должен помочь восьмикласснику выработать умение и привычку осмысливать окружающую действительность, понимать общий ход её течения, владеть основами современного общения и поведения, а также формировать способность к самооценке, самоконтролю и саморегуляции, способность беречь психическое здоровье. В центре данной программы Человек как наивысшая ценность. В данном курсе человек рассматривается в его психологических и социальных связях с миром.

Курс психологии личностного общения является одним из блоков программы, который выводит школьников на самопознание и познание Человека.

Методологическим основанием курса "Психология личностного общения" является понимание того, что наш личный взгляд на мир и самих себя в нём влияет на наше поведение, стратегию построения своих отношений с окружающим миром. Эта взаимозависимость используется при построении занятий и позволяет объединить растущего человека с обществом. Способность строить конструктивные отношения, преодолевать возникающие препятствия, управлять своим эмоциональным состоянием предопределяет будущий успех. Если необходимые умения не приобретаются на пороге взрослой жизни, человек оказывается незащищённым перед трудностями, стрессовыми ситуациями, терпит неудачу в неформальных отношениях, оказывается коммуникативно некомпетентным и личностно зависимым.

Сформулируем основные условия конструктивного общения. Это:

- во-первых, способность человека анализировать ситуации межличностного взаимодействия, вычленив причины и следствия своих реакций и реакций партнёра;
- во-вторых, способность извлекать из каждой такой ситуации опыт, необходимый для успешного общения в дальнейшем;
- в-третьих, способность ставить задачи самоизменения в общении и решать их, используя полученный опыт.

Комплекс этих трёх способностей человека становится основой его личностного роста.

Главной целью курса "Психология личностного общения" является развитие коммуникативных способностей учащихся. Эти способности проявляются:

- а) во владении средствами коммуникации;
- б) в использовании таких средств в деятельности, в построении процесса общения;
- в) в анализе своей деятельности и выделении новых средств эффективной коммуникации.

Учащийся учится строить разнообразные варианты процесса межличностного взаимодействия, овладевая необходимыми средствами и усваивая способы общения, в которых эти средства организованы. Другими словами, результатом обучения должно стать построение каждым учащимся саморазвивающейся системы оптимизации общения.

Коммуникативные способности формируются на стыке процессов непосредственного общения и усвоения опыта этого общения.

Выделение из практики общения средств и способов эффективной коммуникации, организованное на занятиях, необходимо для действительного усвоения материала курса. Рефлексия используется как механизм усвоения. Ей отводится определённое место и значительное время в ходе занятий.

Таким образом, для успешной реализации целей учебного курса психолог должен осуществлять работу по двум направлениям:

- 1) организация на занятии процесса общения как актуальной деятельности, приносящей удовольствие;
- 2) организация рефлексивной деятельности группы по отношению к процессу общения.

Это создаёт условия для развития коммуникативных способностей и формирования устойчивой положительной самооценки, которые составляют базу конструктивного общения и развития личности.

Курс "Психология личностного общения" рассчитан на 9 класс .

Данный курс построен на основе следующих главных принципов:

- 1) учёта возрастных особенностей учащихся;
- 2) мотивационной готовности;
- 3) целостности материала;
- 4) соответствия методам познания.

1. Принцип учёта возрастных особенностей в обучении реализуется в том, что принимаются во внимание следующие характеристики подросткового возраста:

- преимущественная ориентация на процесс общения;
- переживания, связанные с чувством наступающей зрелости, половой идентификацией и формированием образа "Я";
- интенсивное развитие абстрактного мышления, изменение его способов, его социализация;
- активное формирование самосознания и рефлексии;

- ярко выраженная реакция эмансипации и самоактуализации.

2. Принцип мотивационной готовности предполагает ориентацию преподавателя на то, что значимо для аудитории в данный момент. При этом используется уже имеющаяся у учащихся мотивация.

Такая установка требует от педагога-психолога постоянной собственной готовности проработать любую интересующую школьников тему. Следование этому принципу предполагает быстрое и чёткое планирование серии упражнений, занятий по данной теме. Необходимо также умение выделять в материале главное и максимально раскрывать содержание темы, поддерживая мотивацию учащихся.

3. Под целостностью материала курса понимается единство когнитивного, эмоционального и поведенческого компонентов, т.е. органическая взаимосвязь информации, которая предлагается учащемуся, с эмоциями и чувствами, вызванными этой информацией, а также с обусловленным ею поведением. Если сместить акценты на поведенческие реакции (что соответствует принятой модели учебно-тренинговой группы), то целостность материала курса можно интерпретировать так: на занятиях прорабатываются в виде упражнений те ситуации, которые в данный момент эмоционально значимы и подкреплены информацией, необходимой для понимания их смысла.

Такая взаимозависимость предполагает возможность балансировки хода занятий, что является основным подходом к проведению занятий в личностно-ориентированной модели образования и условием эффективности данного курса.

4. Изложение материала в соответствии с методами познания – анализом и синтезом – выражается в структуре занятий. На занятии придаётся основное значение анализу ситуации "здесь и теперь". Обобщение – естественная часть рефлексии, следующей за выполнением упражнений.

## **Содержание материала**

### **9 класс**

#### ***I. Введение в практическую психологию общения***

Содержание и задачи курса "Психология общения". Актуальность, значимость изучения проблемы общения. Понятийный аппарат темы общения. Роль общения в жизни и развитии человека. Субъект и объект общения. Общение как деятельность человека. Потребность в общении как человеческая потребность.

#### ***II. Межличностное взаимодействие и рефлексия***

Значение индивидуального восприятия. Безоценочность в общении. Выявление закономерностей, помогающих общению в группе. Формулирование правил работы. Развитие внимания к окружающим в совместной деятельности. Возможность и необходимость самопознания. Самонаблюдение и самоанализ. Тренинг сензитивности. Развитие чувствительности. Тренировка восприятия партнёра в общении. Методы рефлексии.

Тренинг по психологической раскрепощенности. Тренинг в умении оценивать свои достоинства и недостатки. Тренинг в умении воспринимать, понимать

состояние другого человека. Тренинг по выявлению достоинств человека. Тренинг в умении говорить комплименты, в умении проявлять симпатию к другому человеку.

**III. Невербальное общение** и проблема эмоционального самовыражения. Пространство и его организация в межличностном общении. Использование интерьера для создания условий благоприятного общения. Эмоции и чувства. Особенности восприятия и выражения эмоций. Осознание и вербализация чувств. Деструктивное воздействие подавления эмоций на личность и здоровье человека.

Тренинг в умении устанавливать зрительный, физический контакт с партнёром по общению. Выражение своего эмоционального состояния невербальными средствами.

Язык жестов. Тренинг по умению понимать язык жестов.

#### **IV. Вербальное общение**

Цели и мотивы общения. Слушание.

Фазы речевого общения. Конструктивные и деструктивные формы влияния на собеседника. Искусство полемики. Культура речи.

Дискуссия как форма общения. Организация и проведение дискуссии. Тренинг в умении возражать собеседнику. Тренинг по умению слушать и слышать собеседника. Тренинг в умении предлагать помощь и просить о помощи другого человека.

Личностные особенности и врождённые факторы, осложняющие общение. Темперамент человека, его проявление в общении. Темперамент и свойства нервной системы. Темперамент и характер. Темперамент и творчество. Тренинг по умению вести себя с малознакомыми людьми, по умению завязывать новые знакомства.

#### **V. Общение в конфликте**

Конфликт и его диагностика. Определение конфликта. Эмоциональные аспекты конфликтных ситуаций. Диагностика конфликта. Конструктивные и деструктивные конфликты. Информационные, структурные, ценностные и поведенческие конфликты. Динамика конфликта. Основные стратегии поведения в конфликте. Выбор стратегии в конкретной ситуации.

Стратегия сотрудничества в конфликте. Посредничество в конфликте.

Стратегия сотрудничества как основа конструктивного общения в конфликте.

Различие интересов и предложений. Этапы разрешения конфликта (удовлетворение по существу, психологическое удовлетворение, процедурное удовлетворение). Искажённое понимание интересов другой стороны в конфликте. Я – высказывание как метод социально приемлемого способа выражения чувств в конфликте. Роль и функции посредника. Особенности общения посредника в конфликте. Правила построения коммуникации посредником. Организация процедуры разрешения конфликта через посредника. Ограничения в деятельности посредника.

Тренинг по умению разрешать психологические и этические конфликты.

Тренинг по ориентации на сохранение доброжелательных отношений в разрешении конфликтов.

#### **VI. Заключительное занятие**

Роль общения с другими людьми в судьбе человека и роль человека в общении с ним других людей. Дифференцированный зачёт. Творческий отчёт-игра "Экзамен" совместно с социальным педагогом и классным руководителем.

## Тематическое планирование

№ п/п	Название темы занятия	Кол-во часов
I.	Введение в практическую психологию общения.	2
1.	Тренинговое занятие "Знакомство".	1
2.	Роль общения в жизни и развитии человека	1
II.	Межличностное взаимодействие и рефлексия.	12
1.	Значение индивидуального восприятия. Развитие чувствительности. <span style="float: right;">Тренировка</span>	2
2.	восприятия партнёра в общении. Методы рефлексии.	2
3.	Психологическая раскрепощённость (практикум).	2
4.	Умение оценивать свои достоинства и недостатки (практикум).	2
5.	Умение воспринимать, понимать состояние другого человека (практикум).	2
6.	Умение выявлять достоинства человека (практикум).	2
III.	Невербальное общение и проблема эмоционального самовыражения.	4
1.	Пространство и его организация в межличностном общении. Эмоции и чувства.	2
2.	Язык жестов. Умение понимать язык жестов (практикум)	2
IV.	Вербальное общение.	8
1.	Цели и мотивы общения. Слушание.	1
2.	Фазы речевого общения. Искусство полемики. Культура речи. Дискуссия как форма общения. Практикум "Умение возражать собеседнику".	1
3.	Умение слушать и слышать собеседника (практикум).	2
4.	Умение предлагать помощь и просить о помощи другого человека (практикум)	2
5.		2
V.	Общение в конфликте.	6
1.	Конфликт и его диагностика.	2
2.	Стратегия сотрудничества в конфликте. Посредничество в конфликте.	2
3.	Ориентация на сохранение доброжелательных отношений в разрешении конфликтов (практическое занятие)	2
4.		
VI.	Заключительное занятие. Дифференцированный зачёт	1
	ИТОГО	33