

Приложение к содержательному разделу ОПП СОО,
утвержденной приказом от 08.06.2021 г. №01-06/155
пункт 2.2. «Программы отдельных учебных предметов,
курсов и курсов внеурочной деятельности»

Рабочая программа элективного курса «Психология отношений»

Уровень среднего общего образования

срок реализации программы 2 года

Программа составлена на основе Программы “Психология” (авт. Р.С.Немов); “Познавая себя и окружающих” (авт. М.Ю.Савченко); “Психология общения” (авт. Е.И.Рогов); Деловая культура и психология общения” (авт. Г.М.Шеламова), Программы элективного курса «В мире психологии» (Ташкина О. А.), Программы элективного курса «Основы психологии» (для учащихся 8– 11-х классов гуманитарного профиля) (Демина Э. М.).

Составитель:
Мариновская С.А.

пст. Ёдва, 2022

Пояснительная записка

Развитие человеческих задатков, превращение их в способности – одна из задач обучения и воспитания, решить которую без знания психологии не только педагогами, но и детьми, нельзя. В структуру задатков и способностей входят многие процессы, свойства и состояния человека. По мере их развития совершенствуются и сами способности, приобретая нужные качества. Старший школьный возраст (10 класс) – это тот уникальный сензитивный период, в котором наиболее эффективно происходит обучение основным поведенческим стратегиям, приводящим впоследствии к успешной самореализации, наиболее полному раскрытию интеллектуального и творческого потенциала личности. Потребность в познании себя, окружающего мира, повышенный интерес к тому, как меня воспринимают, как я выгляжу, что я могу, кем я стану, отличают психологию старшеклассника. Другими словами, у учащихся 10-х классов возрастает потребность в саморазвитии. Однако, имеющихся знаний, умений и навыков часто недостаточно для самостоятельного удовлетворения этой потребности. Освоение программы призвано помочь учащимся в удовлетворении их возросшей потребности в самопознании, саморазвитии и самосовершенствовании.

Кроме того, элективный курс направлен на повышение психологической информированности, ориентирование учащихся в психологической науке, а также на развитие у старшеклассников навыков эффективного общения, т.к. общение – это основной вид отношений между людьми, важнейшая социальная потребность

Курс «Психология отношений» - это возможность для старшеклассников осознать, научиться использовать и не нарушать законы отношений, существующих внутри нашего социума, приобретают умения адекватного и равноправного взаимодействия, способности к предотвращению и разрешению межличностных конфликтов.

Цель курса:

-развить у учащихся коммуникативную компетентность, т. е. систему внутренних ресурсов, необходимых для построения эффективной коммуникации в определенном круге ситуаций межличностного взаимодействия.

Задачи:

- мотивировать учеников на изучение и практическое (во время тренингов) освоение способов и механизмов, чаще всего используемых людьми в наиболее распространенных коммуникативных ситуациях.

– создать условия для развития, совершенствования навыков саморегуляции;

– обеспечить формирование навыков анализа ситуаций, мотивов, интересов, поступков других людей;

– мотивировать учащихся на совершенствование навыков понимания себя и отношения к себе, умения быть независимым, отстаивать свои позиции конструктивными способами;

– способствовать развитию уверенности в себе, в своих способностях и возможности быть эффективным в избранных сферах деятельности.

Для достижения поставленных целей и задач используются следующие методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные (лекция, рассказ, беседа); наглядные (демонстрация, иллюстрация и др.); практические (упражнения, выполнение заданий).

Формами проведения занятий являются: лекция, групповая дискуссия, «анализ конкретных ситуаций», деловая игра, социально-психологический тренинг. Программа данного элективного курса модифицированная, составлена на основе: Программы «Психология» (авт. Р.С.Немов); «Познавая себя и окружающих» (авт. М.Ю.Савченко); «Психология общения» (авт. Е.И.Рогов); Деловая культура и психология общения» (авт. Г.М.Шеламова), Программы элективного курса «В мире психологии» (Ташкина О. А.), Программы элективного курса «Основы психологии» (для учащихся 8– 11-х классов гуманитарного профиля) (Демина Э. М.).

Курс углубляет и интегрирует начальные знания учащихся по психологии, полученные в ходе изучения биологии, анатомии, обществознания. Также курс расширяет представления учащихся о психологии, ее возможностях, раскрывает понятия некоторых социально-психологических феноменов, позволяет овладеть навыками эффективного общения и самопознания.

Основной принцип реализации программы – обучение в процессе конкретной практической деятельности, учитывающей познавательные потребности школьников в области психологии. В целом, программа базируется на учете возрастных особенностей десятиклассников, их психофизического развития. В частности, при разработке программы учитывалась характерная особенность психологии подростка, заключающаяся в максимализме, желании высказывать собственную позицию с одной стороны и повышенной ранимости с другой.

Условия, необходимые для реализации программы:

Работа на занятиях организуется за партами в аудитории, но при изучении отдельных тем, где требуется работа в режиме тренинга, занятие проводится в круге, сидя на стульях.

На каждом уроке учащиеся ведут записи в тетрадях. Для обеспечения принципа наглядности обучения используется мультимедийный комплекс (компьютер, проектор,

экран). Необходимые дидактические материалы: пакет диагностических методик, пакет упражнений, соответствующий структуре занятий (система игр и упражнений для разминки, для основной части занятия). Для достижения поставленных целей и задач используются следующие методы организации и осуществления учебно-познавательной деятельности: словесные (лекция, рассказ, беседа); наглядные (демонстрация, иллюстрация и др.); практические (упражнения, выполнение заданий).

Потенциальные участники программы учащиеся 10-11 класса. Программа курса рассчитана на ознакомление с 5 модулями: «Психология личности» (10 часов), «Психология общения» (17 часов), «Психология малой группы» (8 часов), «Введение в имиджелогию» (11 часов), «Психология семейной жизни» (11 часов).

Общее число часов, отведённых на изучение курса «Психология отношений» составляет 68 часов: по 34 часа в каждом классе (по 1 часу в неделю).

Тематического планирование элективного курса
«Психология отношений» для 10-11 классов (68 часов)

№	Содержание учебного материала	Кол-во часов
	Введение: что такое психология отношений	1
ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ.		
1	Человек как личность	1
2	Индивидуальные характеристики личности. Темперамент и характер.	1
3	Самооценка.	1
4	Способности	1
5	Акцентуации характера.	1
6	Эмоции и чувства.	1
7	Воля.	1
8	Привычки.	1
9	Внутренняя и внешняя саморегуляция. Стресс	1
10	Проверка и демонстрация усвоенных навыков по модулю	1
ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ.		
11	Что такое общение?	1
12	Вербальные и невербальные средства общения.	1
13	Вербальная коммуникация. Помощники и враги коммуникации	1
14	Общение без языка. Мимика.	1
15	Жесты .Поза. Звуки и запахи.	
16	Стили общения. Манипулирование.	1
17	Психологические защиты в общении.	1
18-21	Барьеры в общении. 1.Конструктивное общение. 2.Умение слушать при общении. 3.Умение сказать нет. 4. Доверие в общении. Выполнение социальной роли при общении.	4

22-23	Основа общения – управление вниманием	2
24	Смыслы общения: уровни, способы выражения	1
25	Содержание общения: способы трактовки	1
26-27	Интерпретация процесса общения: Э.Берн	2
28-29	Интерпретация процесса общения: Алан Гарнер	2
30	Проверка и демонстрация усвоенных навыков по модулю	1
	ПСИХОЛОГИЯ МАЛОЙ ГРУППЫ.	
31	Понятие и виды малых групп	1
32	Структура малой группы	1
33	Группа и статус личности в ней.	1
34-35	Лидерство и руководство в малой группе.	2
36	Как мы понимаем других людей.	1
37-38	Конфликт – неэффективное общение.	2
39	Конфликты в малых группах.	1
40	Бесконфликтное общение с “трудными людьми”	1
41	Проверка и демонстрация усвоенных навыков по модулю	1
	ВВЕДЕНИЕ В ИМИДЖЕЛОГИЮ.	
42-43	Имидж человека.	2
44-45	Основы физиогномики	2
46-47	Основы соционики.	2
48-49	Имиджирование.	2
50-51	Навыки самопрезентации	2
52	Проверка и демонстрация усвоенных навыков по модулю	1
	ПСИХОЛОГИЯ СЕМЕЙНОЙ ЖИЗНИ	
53-54	Семья и брак. Система семейных отношений и стили семейного воспитания.	2
55-56	Типы построения семейных отношений.	2
57-58	Функции современной семьи. Нравственные основы семьи.	2
59	Любовь в семье	
60-61	Кризисы семейной жизни.	2
62	“Трудные дети” и “трудные родители”	1
63	Семейные роли	1
64	Дети в семье. Мои права в семье	1
65-66	Представление о своей будущей семье. Моделирование.	2
67-68	Итоговое занятие. Защита творческого задания	2

Ожидаемые результаты обучения В результате освоения программы элективного курса «Психология отношений» у учащегося формируется:

- умение обучающихся осознавать собственные эмоциональные состояния и регулировать их, а также чувствовать эмоциональные состояния другого человека;
- изменение внутренних установок старших школьников, обретение опыта позитивного отношения к себе, окружающим людям и миру в целом, пополнение психологических знаний укрепление социального здоровья;

– знание и использование подростками навыков конструктивного общения и взаимодействия. – умение работать в группе, использование навыков сотрудничества;

Требования к уровню освоения содержания курса: административной проверки усвоения материала курса не предполагается. В технологии проведения занятий (в режиме тренинга) присутствует этап проверки и демонстрации усвоенных навыков.

Формой итогового контроля может стать устная демонстрация владения изученными технологиями, письменная самостоятельная работа и защита творческих работ (самопрезентация, психологический портрет, творческий отчёт по результатам своей работы в течение всего курса)