

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«Многопрофильный лицей №5 им. А. С. Пушкина»

«РАССМОТРЕНО»  
Заседание  
педагогического совета

Протокол № 1  
от «28» августа 2023 г

«СОГЛАСОВАНО»  
Заместитель директора по НМР  
МБОУ «Многопрофильный лицей 5»  
Ибрагимова Ф. Р.

  
Приказ № 78  
от «28» августа 2023

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ  
«Многопрофильный лицей 5»  
Османова П.М.



*Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
«Психология общения»*

*8 кл*

*Срок реализации 1 год*

*Составитель - педагог-психолог Гусейнова Г.А.  
педагог-психолог Ибранова Г.М.*

Махачкала 2023

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа «Психология общения» разработана на базе Федерального государственного стандарта основного общего образования и на основе следующих нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.03.2012 года № 273 - ФЗ);
- Приказа Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644);
- Письма Минобрнауки России от 12.05.2011 № 03-296 «Об организации внеурочной деятельности при введении федерального государственного образовательного стандарта общего образования»;
- Положения о рабочей программе внеурочной деятельности МБОУ «Многопрофильный лицей 5».

### **Актуальность и перспективность**

Общение подростка со сверстниками и взрослыми – главное условие личностного развития. Неудачи в общении ведут к дискомфорту и никакие другие факторы не могут это компенсировать.

Общение со сверстниками имеет особое значение в жизни подростка. Для него это является некой школой социальных отношений и способом познания себя.

Проблема общения рассматривалась в трудах таких выдающихся ученых как, В.М. Бехтерев, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.Н. Леонтьев и других отечественных психологов, которые рассматривали общение, как

важное условие психического развития человека, его социализации и индивидуализации, формирования личности.

Подростковый возраст является тем периодом, когда происходит затруднение в общении между ребенком и взрослым. Это обуславливается тем, что ребенок считает, что родители его не поймут. Чтобы найти выход из сложившейся проблемной ситуации, взрослый должен трансформировать свою позицию в сторону позиции ребенка. Психологический барьер нередко преодолевается с помощью рассказа родителя о том, как он сам вел себя в детстве в подобных ситуациях. При этом взрослый со своей стороны и со стороны ребенка дает оценку своим поступкам. Если же подросток пренебрежительно относится к общению с взрослым, то последний должен проявить больше терпения и выдержки к интересам и склонностям своего ребенка. В подростковом возрасте мотив общения с взрослыми приобретает новый мотив: у большинства школьников 14-15 лет преобладает потребность в доверительном общении с взрослыми.

Характерной чертой подросткового возраста является чередование периодов «закрытости» и «открытости» в общении. «Закрытость» отмечается у учащихся 6 и 8-х классов, а «открытость» у учащихся 7 и 9-х классов. При «закрытости» подростки стремятся защититься от постороннего давления, оградить свой внутренний мир. В данный период неадекватную реакцию могут вызвать даже нейтральные вопросы.

«Открытые» периоды характеризуются тем, что у подростка возникает потребность в беседах о своих переживаниях и проблемах, о происходящих переменах

в нем и его жизни. У семиклассников эта проблема удовлетворяется и сверстниками и взрослыми. У девятиклассников же преобладает острая необходимость общения именно со взрослыми, которым они доверяют. Такой выбор партнера по общению заключается в том, что перед этими детьми стоит задача жизненного самоопределения, выбора профессии, пути дальнейшего образования. Немалую поддержку в этом случае может оказать учитель, который пользуется большим авторитетом и уважением у учащихся.

С одной стороны, у подростка очень ярко проявляется желание к общению и совместной деятельности с друзьями, сверстниками, желание жить общественной жизнью, иметь близких друзей, с другой - не менее сильная нужда стать признанным, уважаемым в своей группе сверстников. Решение этого вопроса становится важнейшей задачей. Из-за переживаний подростка в ходе решения данной проблемы, могут разрушиться выстроенные отношения с одноклассниками, дружба со школьными друзьями. Такие переживания расцениваются как личная драма. Тяжелой ситуацией для подростка является осуждение окружающего коллектива, товарищей, а самым страшным наказанием – это нежелание окружающих

сверстников общаться, бойкот. Для любого индивидуума переживание одиночества тяжело и невыносимо. Для подростка этот момент усугублен неоднократно. Вследствие всего неблагоприятно происходящего с одноклассниками, подросток ищет других знакомств за пределами школьных стен. С большой долей вероятности он их находит. К сожалению не всегда эти знакомства приводят к позитивным последствиям.

**Возрастная группа, на которую ориентированы занятия:** учащиеся 8 классов.

**Объем часов,** отпущенных календарным учебным графиком: 34 часа (1 час в неделю)

**Целью данной программы является:** повышение уровня коммуникативной компетентности, обучение учащихся этике общения и активизации позитивных межличностных взаимоотношений.

**Задачи программы:**

- Познакомить учащихся с особенностями взаимоотношений в подростковой среде;
- Научить учащихся навыкам позитивного общения со сверстниками;
- Обучить учащихся основным правилам и приемам эффективного коммуникативного поведения в различных ситуациях;
- Сформировать у учащихся навык ответственного коммуникативного поведения, умение корректировать своё общение в зависимости от ситуации.

**Формы и методы работы**

Проведение занятий курса внеурочной деятельности «Психология общения» предполагает использование следующих форм и методов работы:

- тренинги;
- беседы, диспуты, дискуссии, дебаты;
- сюжетно-ролевые игры;
- психологические игры;

- проигрывание жизненных ситуаций;
- упражнения творческого характера;
- самодиагностика.

### **Материально-техническое обеспечение**

Для реализации программы необходимо следующее оборудование:

- ручки и простые карандаши для каждого участника;
- проектор и интерактивная доска для просмотра художественных фильмов;
- тетради для записей учебно-познавательного материала.

### **Ожидаемые результаты реализации программы**

В ходе изучения курса у детей сформируются основные знания о психологии общения, психологии межличностных взаимоотношений, психологии разрешения конфликтов.

Учащиеся получат возможность научиться эмпатии, уважению собеседника, бесконфликтному поведению, повышению уровня стрессоустойчивости в конфликтных ситуациях, оценке себя и своих действий при общении.

Учащиеся научатся понимать партнера с помощью вербальных и невербальных способов общения; излагать и отстаивать свою точку зрения в соответствии с этическими принципами общения.

В результате усвоения материала курса внеурочной деятельности учащиеся смогут понять, насколько уникален внутренний мир человека, других людей, социума в целом. Обучающиеся смогут понять их неразрывную связь с внешним миром, научатся моделировать свое будущее, принимать решения, делать выбор и нести за него ответственность.

### **В процессе деятельности формируются УУД:**

#### **1. Регулятивные учебные действия:**

- умение осмыслить задачу, для решения которой недостаточно знаний;
- умение отвечать на вопрос: чему нужно научиться для решения поставленной задачи;
- умение планировать этапы деятельности и прогнозировать результат;
- умение корректировать и контролировать результат деятельности;
- самореализация как умение мобилизовать силы.

#### **2. Познавательные учебные действия:**

- умение самостоятельно генерировать идеи, т.е. изобретать способ действия,
- привлекая знания из различных областей;
- умение самостоятельно найти необходимую информацию в информационном поле или запросить недостающую информацию эксперта (учителя, родителей, специалиста);
- умение выдвигать гипотезы, устанавливать причинно-следственные связи,
- формулировать проблему и находить способы её решения.

#### **3. Личностные учебные действия:**

- умение устанавливать связь между целью УД и её мотивом, т.е. умение

задать себе вопрос: что для меня проект и отвечать на этот вопрос;

- умение коллективного планирования и взаимодействия в группе;
- навыки делового партнерского общения; умение находить и исправлять свои ошибки и ошибки в работе других.

**4. Коммуникативные учебные действия:**

- умение инициировать учебное взаимодействие – вступать в диалог, задавать вопросы и т.д.;
- умение вести дискуссию, разрешать конфликты;
- умение отстаивать свою точку зрения, умение находить компромисс;
- навыки монологической речи; умение уверенно держаться во время выступления; умение отвечать на незапланированные вопросы;
- умение использовать различные средства сопровождения выступления.

### Тематическое планирование 8 кл (34 ч)

| №   | Темы уроков  | Часы  |
|-----|--|-------|
| 1.  | Вводный урок. Что такое этика и этикет?  | 1 час |
| 2.  | Этика и культура речевого общения.   | 1 час |
| 3.  | Общение и общительность. Этика поведения в семье, в школе, в общественных местах.                      | 1 час |
| 4.  | Тайны человеческой психики. Гипноз и самовнушение.   | 1 час |
| 5.  | Практическое занятие: аутотренинг  | 1 час |
| 6.  | Психологический практикум: письмо самому себе.   | 1 час |
| 7.  | Личность. Практическое занятие: знакомство с собой.  | 1 час |
| 8.  | Сила воли. Игра «Несмеяна», «Пересмотреть соперника».  | 1 час |
| 9.  | Темперамент. Типы темперамента. Характеристика.  | 1 час |
| 10. | Характер. Акцентуации характера.   | 1 час |
| 11. | Понятие мотива и его функции. Борьба мотивов   | 1 час |
| 12. | Привычки, интересы, мечты  | 1 час |
| 13. | Притязания. Самооценка. Мое отношение к моей учебе.  | 1 час |
| 14. | «Установки и стереотипы».  | 1 час |
| 15. | Психологическая защита.  | 1 час |
| 16. | Здоровье психологическое и физическое.   | 1 час |
| 17. | Эмоции и чувства. Как управлять собой. Роль эмоций в жизни человека.                                   | 1 час |
| 18. | Приемы внутренней регуляции состояния.   | 1 час |
| 19. | Приемы саморегуляции   | 1 час |
| 20. | Настроение   | 1 час |
| 21. | Стресс и стрессоустойчивость.  | 1 час |
| 22. | Межличностные отношения. Типы взаимодействия в межличностных отношениях.                               | 1 час |
| 23. | Межличностные отношения в группах. Понятие несовместимости.  | 1 час |
| 24. | Конфликты в общении. Причины и виды межличностных конфликтов.  | 1 час |
| 25. | Технологии эффективного общения в конфликте. Способы и средства разрешения конфликтов в общении.       | 1 час |
| 26. | Внутриличностные конфликты. Неконфликтное общение.   | 1 час |
| 27. | Манипуляции при общении. Основные характеристики манипулятивного общения подростков.                   | 1 час |
| 28. | Особенности общения в подростковом возрасте  | 1 час |
| 29. | Особенности общения подростков в группе сверстников.   | 1 час |
| 30. | Групповые взаимоотношения и структурно-ролевые отношения в группе сверстников.                         | 1 час |
| 31. | Просмотр фильма «Чучело» Особенности общения подростков и родителей                                    | 1 час |
| 32. | Стратегии поведения подростков при общении с родителями  | 1 час |
| 33. | Особенности общения с учителями и другими взрослыми в подростковом возрасте. Итоговое занятие по курсу | 1 час |
| 34. | Итоговое занятие – игры и упражнения   | 1 час |

## Информационно-методическое обеспечение

1. Бодалев А.А. Личность и общение. М.: Международная педагогическая академия, 1995.
2. Бэрн Р., Керр Н., Миллер Н. Социальная психология группы: процессы, решения, действия. СПб.: Питер, 2003.
3. Горянина В.А. Психология общения: Учеб.пособие для студ. вузов. – М.: Академия, 2002.
4. Гулевич О.А. Психология межгрупповых отношений. М.: МПСИ, 2008.
5. Дубовская Е.И., Влияние лидера на сверстников в юношеских группах: Авто-реф. дис. канд. псих.наук. М., 1984.
6. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. СПб.: Питер, 2009. – 576 с.
7. Кисловская В.Р. К вопросу об эмоциональном отношении школьника к коллективу // Вопросы психологии. 1971. – №1.
8. Крупенин А.Л., Петровский В.А. Межиндивидуальное влияние // Личность в общении и деятельности. Ульяновск, 1985.
9. Коломенский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах. Общение и возрастные особенности. Минск, 1976.
10. Кондратьев М. Ю., Кондратьев Ю. М. Психология отношений межличностной значимости. — М.: ПЕР СЭ, 2006.
11. Леонтьев А.А. Психология общения. М.: Смысл, 2005.
12. Мудрик А.В. Общение как фактор воспитания школьников. Автореф. Дис.док.наук. – Л., 1981.
13. Парыгин Б.Д. Анатомия общения: Учеб.пособие. – СПб.: Изд-во В.А. Михайлова, 1999.
14. Подгурецки Ю. Социальная коммуникация. М.: Гелиос АРВ, 2006.
15. Полонский И.С. Педагогические проблемы внешкольного общения подростков. – М.: Просвещение, 1982.
16. Фролов Ю.И. Психология подростка: Хрестоматия. М.: Российское педагогическое агентство, 1997.
17. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Пер. с англ. / Под общ. Ред. А.А. Реана. – СПб.: Питер, 2000.
18. Реан А.А. Психология подростка. М.: «Прайм-Еврознак», 2003.
19. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности / Пер. снем. – М.: Мир, 1994.
20. Толстых, А. В. Подросток в неформальной группе / А.В. Толстых. - М.: Знание, 1991.
21. Чернова Г.Р., Слотина Т.В. Психология общения. СПб.: Питер, 2012.
22. Штроо В.А. Защитные механизмы: от личности к группе // Вопросы психологии. 1998.

## Фильмы, рекомендуемые для просмотра

1. Х/ф «Чучело». Драма. СССР, 1983 г. Режиссер: Р. Быков.
2. Х/ф «Клуб «Завтрак»». Драма. США, 1985 г. Режиссер: Д. Хьюз.
3. Х/ф «Заплати другому». Драма. США, 2000 г. Режиссер: М. Ледер.
4. Х/ф «Говори». Драма. США, 2004 г. Режиссер: Д. Шарзер.
5. Х/ф «Джуно». Драма, комедия. США, 2007 г. Режиссер: Д. Райтман.
6. Х/ф «Парк культуры и отдыха». Драма, мелодрама, комедия. США, 2009 г. Режиссер: Г. Моттола.
7. Х/ф «Щенок». Детский фильм. Россия, 2009 г. Режиссер: М. Естафьева.
8. Х/ф «Меня зовут Кхан». Драма. Индия, 2010 г. Режиссер: К. Джохар.
9. Х/ф «Вот я какой». Драма, мелодрама, комедия. США, 2011 г. Режиссер: М. Павоне.
10. Х/ф «Хорошо быть тихоней». Драма. США, 2012 г. Режиссер: С. Чбоски.
11. Х/ф «Короткий срок 12». Драма. США, 2013 г. Режиссер: Д. Креттон.
12. Х/ф «Я, Эрл и умирающая девушка». Драма, комедия. США, 2015 г. Режиссер: А. Гомез-Рейон.

## Список используемой литературы

1. Алёшина Ю.Е., Конодова А.С. Взаимоотношения подростков в школьном коллективе / Алёшина Ю.Е., Конодова А.С. // Ред. Матюшкин А.М., Попова Н.П. – 1988. – №3 май-июнь 1988.
2. Бодалев А.А. Психология общения. Избранные психологические труды – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1996.
3. Вишневская Н. И. О факторах, привлекающих школьников в неформальные уличные группы // Психология общения и проблемы коммунистического воспитания: тезисы докладов. Омск, 1981.
4. Ильина А.И. Общительность и темперамент школьников. Пермь: Перм. кн. изд-во, 1961.
5. Кричевский Р.Л., Дубовская Е.М., Социальная психология малой группы. М.: Аспект Пресс, 2001.
6. Куницына В.Н., Казаринова Н.В., Погольша В.М. Межличностное общение. – СПб, 2002.