

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №46  
с углублённым изучением английского языка  
Приморского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА  
педагогическим советом,  
протокол  
от 29.08.2024 № 7

СОГЛАСОВАНА  
Советом родителей  
протокол  
от 29.08.2024 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
Приказом директора  
от 29.08.2024 № 136  
\_\_\_\_\_ Эйдемиллер М.Н.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
курса внеурочной деятельности  
«ПСИХОЛОГИЯ ОБЩЕНИЯ»

программа социального направления  
для обучающихся 10-11 классов  
(34 часа)

автор-составитель  
педагог-психолог Цветков В.В.

Санкт-Петербург  
2024

## Пояснительная записка

Проблема эффективного взаимодействия подрастающего поколения очевидна и во многом связана с изменением форм и средств общения – опосредованностью через технические средства, интенсивностью и широтой коммуникативной среды. В таких условиях общение становится редуцированным, стереотипным, иногда чрезмерно эмоциональным без должной глубины и привязанности. Все эти особенности влияют на психоэмоциональное состояние несовершеннолетних и определяют их социальную адаптированность.

Программа «Психология общения» помогает учащимся лучше понимать природу общения, осознавать свои сильные и слабые стороны коммуникативной сферы, развивать в себе качества, необходимые для адаптированной и конкурентоспособной личности.

### **Педагогическая целесообразность внедрения программы.**

Повышение коммуникативных компетенций поможет обучающимся лучше понимать процессы общения, управлять своим поведением и повысить эффективность при взаимодействии с другими людьми.

Особую значимость приобретенные компетенции будут иметь для тех, кто свяжет свою жизнь с профессиями в системе «человек - человек».

**Направленность программы** – социально-педагогическая. Программа данного курса соответствует современным требованиям жизни общества, т.е. способствует реализации стратегии развития компетеностей человека как субъекта общения.

**Цель:** Овладение студентами теоретических знаний и необходимых практических навыков и умений в области психологии общения для успешной реализации их в профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

- формирование коммуникативной компетентности будущих специалистов;
- развитие навыков эффективного общения, необходимого для будущей профессиональной деятельности;
- научить использовать и применять теоретические знания в области психологии общения в будущей профессии.

### **Общая характеристика программы**

#### **Нормативно-правовое обеспечение программы:**

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление от 10.07.2015 № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации

обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

- Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных [федеральных государственных образовательных стандартов начального общего](#) и [основного общего образования](#), утвержденных [приказами Минпросвещения России от 31 мая 2021 г. N 286 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования"](#) и [N 287 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"](#).
- Договор ГБОУ школы №46 с родителями
- Приказ «Об утверждении рабочих программ в ГБОУ школе №46 Приморского района Санкт-Петербурга».

#### **Курс изучения программы:**

Курс программы по внеурочной деятельности «Я выбираю профессию» рассчитан на 34 занятия. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут. Группа состоит от 8 до 15 человек.

#### **Реализация программы:**

**Целевая группа:** обучающиеся психолого-педагогических классов (групп) 10-11 классов.

**Сроки реализации программы:** 34 часа.

#### **Формы и методы работы.**

В основе программы лежит практико-ориентированный подход в обучении. Изучение программного материала происходит в виде лекционных и практических занятий, в том числе практикумов, тренингов, дискуссий, игр, упражнений. Особое место в рамках процесса обучения отводится таким методам, как диагностика, наблюдение, тестирование.

#### **Планируемый результат:**

***В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:***

- применять техники и приемы эффективного общения;
- использовать приемы саморегуляции поведения в процессе межличностного общения.

***В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен знать:***

- взаимосвязь общения и деятельности;
- цели, функции, виды и уровни общения;
- роли и ролевые ожидания в общении;
- виды социальных взаимодействий;
- механизмы взаимопонимания в общении;
- техники и приемы общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения;
- этические принципы общения;
- источники, причины, виды и способы разрешения конфликтов.
- повышение уровня информированности обучающихся о мире профессий;
- увеличение количества обучающихся, определившихся с выбором профессии;
- индивидуальная готовность и способность обучающегося к самостоятельному и осознанному построению и корректировке профессиональных и жизненных перспектив своего развития.

### **Оценка эффективности реализации программы.**

подготовка мини-сочинений, тестирование, анкетирование, аналитический материал по итогам проведения диагностики, презентации профессионального плана.

### **Организация процесса обучения:**

Продолжительность занятий: 45 минут.

Периодичность встреч: 1 раза в неделю, в течение учебного года.

Наполняемость группы – 8-15 чел.

Занятия проводятся в классе. Необходимы стулья и парты, электронная доска.

**Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:** проведение деловой игры, тестирование, аналитический материал по итогам проведения диагностики, защита презентации.

## Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма занятий	Способы выявления образовательных результатов
		Всего	Теор. (мин.)	Практ. (мин.)		
1	Понятие общения. Цели, виды и функции общения.	1	15	30	Лекция, практикум	Опрос.
2	Структура и средства общения. Формы и уровни общения.	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
3	Вербальные и невербальные средства общения.	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
4	Коммуникативные барьеры. Психология слухов и сплетен.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
5	Понятие социальной перцепции. Факторы, влияющие на восприятие. Стереотипы восприятия.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
6	Механизмы социальной перцепции: идентификация, эмпатия, социальная рефлексия, каузальная атрибуция. Межличностная аттракция.	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
7	Влияние имиджа на восприятие человека.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
8	Виды социальных взаимодействий. Ролевое взаимодействие и ролевые ожидания.	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
9	Взаимодействие как организация совместной деятельности. Типы взаимодействия: кооперация, конкуренция.	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия

10	Социально - психологические механизмы воздействия: заражение, внушение, подражание, убеждение. Механизмы и стратегии.	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
11	Понятие и особенности психологического влияния. Понятие манипуляции.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
12	Причины и виды манипуляций. Типы манипуляторов.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
13	Способы и приемы противодействия манипуляции («психологическая самооборона», цивилизованное противостояние нападению и манипуляции).	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
14	Понятие и характеристики психологического самбо. Факторы, определяющие убедительность сообщения.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
15	Самопрезентация – формирование положительной самооценки.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
16	Ассертивное поведение. Техники отказа собеседнику. Искусство делать и принимать комплименты. Правила ведения беседы.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
17	Формы делового общения. Структура деловой беседы.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
18	Культура речи и речевой этикет в деловой коммуникации. Этикет и внешность.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
19	Определение, виды и функции конфликта. Структура и динамика конфликта.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия

20	Психология разрешения конфликтов.	2	30	60	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
21	Стратегии поведения в конфликтах	1	15	30	Лекция, практикум	Сформированность основных понятий. Владение практическими формами общения и взаимодействия
	<b>Всего часов:</b>	<b>34</b>	-	-		

## Содержание программы

### **Тема 1.** «Понятие общения. Цели, виды и функции общения»

Теория: Введение понятия общения, его цели, видов и функций.

Практика:

### **Тема 2.** «Структура и средства общения. Формы и уровни общения»

Теория: Структура общения, его средства, формальное, неформальное, открытое и закрытое общение.

Практика: Научиться определять и использовать открытое и закрытое общение.

### **Тема 3.** «Вербальные и невербальные средства общения»

Теория: Вербальное и невербальное общение.

Практика: Эффективно использовать вербальные и невербальные средства общения, соблюдать конгруэнтность.

### **Тема 4.** «Коммуникативные барьеры. Психология слухов и сплетен»

Теория: Коммуникативные барьеры. Причины и различия слухов и сплетен.

Практика: Распознавать и устранять коммуникативные барьеры. Понимать природу слухов и сплетен, различать их.

### **Тема 5.** «Понятие социальной перцепции. Факторы, влияющие на восприятие.

Стереотипы восприятия»

Теория: Введение понятий социальной перцепции (восприятия), факторов и стереотипы восприятия.

Практика: Знать социальные стереотипы, понимать их природу и назначение в социальном взаимодействии.

### **Тема 6.** «Механизмы социальной перцепции: идентификация, эмпатия, социальная рефлексия, каузальная атрибуция. Межличностная аттракция.»

Теория: Введение понятий идентификация, эмпатия, социальная рефлексия, каузальная атрибуция. Межличностная аттракция.

Практика: Понимать природу идентификации, развивать эмпатию, социальную рефлексию, использовать каузальную атрибуцию в конструктивном взаимодействии.

### **Тема 7.** «Влияние имиджа на восприятие человека.»

Теория: Введение понятия имидж.

Практика: Понимать свой имидж, формировать его.

### **Тема 8.** «Виды социальных взаимодействий. Ролевое взаимодействие и ролевые ожидания».

Теория: Введение понятия социального взаимодействия, ролевого взаимодействия и ролевых ожиданий в процессе общения.

Практика: Эффективно использовать ролевое взаимодействие, понимать природу социальной роли в общении с другими людьми.

### **Тема 9.** «Взаимодействие как организация совместной деятельности. Типы взаимодействия: кооперация, конкуренция».

Теория: Введение понятия взаимодействия и двух типов – кооперация и конкуренция.

Практика: Эффективно использовать стратегию кооперации и конкуренции в различных видах общения и деятельности.

**Тема 10.** «Социально-психологические механизмы воздействия: заражение, внушение, подражание, убеждение. Механизмы и стратегии».

Теория: Введение понятий заражение, внушение, подражание, убеждение.

Практика: Знать основные механизмы воздействия, владеть ими.

**Тема 11.** «Понятие и особенности психологического влияния. Понятие манипуляции».

Теория: Введение понятий психологического влияния и манипуляции.

Практика: Диагностика учащихся по опроснику «Типы мышления»

**Тема 12.** «Причины и виды манипуляций. Типы манипуляторов».

Теория: Введение понятий манипуляция и манипулятор.

Практика: Уметь распознавать манипуляции, знать признаки человека-манипулятора и способы взаимодействия с ним.

**Тема 13.** «Способы и приемы противодействия манипуляции («психологическая самооборона», цивилизованное противостояние нападению и манипуляции)».

Теория: Введение понятий психологическая самооборона.

Практика: Владеть способами психологической самообороны.

**Тема 14.** «Понятие и характеристики психологического самбо. Факторы, определяющие убедительность сообщения».

Теория: Введение понятий психологическое самбо.

Практика: Владеть способами «психологического самбо».

**Тема 15.** «Самопрезентация – формирование положительной самооценки».

Теория: Введение понятий самопрезентация.

Практика: Формировать навыки самопрезентации.

**Тема 16.** «Ассертивное поведение. Техники отказа собеседнику. Искусство делать и принимать комплименты. Правила ведения беседы».

Теория: Введение понятий ассертивное поведение, комплименты.

Практика: Понимать природу ассертивного поведения, научиться конструктивному отказу и отстаиванию границ.

**Тема 17.** «Формы делового общения. Структура деловой беседы».

Теория: Введение понятия деловое общение.

Практика: Овладеть формами делового общения.

**Тема 18.** «Культура речи и речевой этикет в деловой коммуникации. Этикет и внешность».

Теория: Введение понятий культура и этикет.

Практика: Повышать культуру общения и этикет.

**Тема 19.** «Определение, виды и функции конфликта. Структура и динамика конфликта».

Теория: Введение понятий конфликт, виды и функции конфликта.

Практика: Понимать природу конфликта, определять виды конфликта.

**Тема 20.** «Психология разрешения конфликтов».

Теория: Знакомство со стратегиями разрешения конфликта.

Практика: Овладеть способами разрешения конфликта.

**Тема 21.** «Стратегии поведения в конфликтах».

Теория: Введение понятия стратегия поведения конфликта.

Практика: Овладеть стратегиями поведения в конфликте.

## Методическое и информационное обеспечение

### *Основные источники:*

1. Андреева Г.М. Социальная психология. - Изд. 5-е, испр. и доп. – М.: Аспект Пресс, 2014.
2. Гришина Н.В. Психология конфликта. 3-е изд. – СПб.: Питер, 2017.
3. Ефимова Н.С. «Психология общения». Практикум по психологии. Учебное пособие, Инфа-М, Форум, 2016.
4. Захараш Т.Б. Психология общения: учебное пособие / Т.Б. Захараш; Моск. ун-т им. С.Ю. Витте. Филиал в г. Ростове-на-Дону. [Электронное издание]. – М.: ЧОУВО «МУ им. С.Ю. Витте», 2013. – 116 с. – 1,11 Мб.
5. Корягина Н.А. Психология общения: учебник и практикум для СПО. - М.: Издательство Юрайт, 2017.
6. Кузнецова М.А. Психология общения: учебное пособие для СПО. – М.: РГУП, 2019. – 167 с.
7. Панфилова А.П. Психология общения: учебник: для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы СПО по укрупненной группе специальностей «Образование и педагогические науки». - 5-е изд., стер. – М.: Академия, 2017.
8. Столяренко Л.Д., Самыгин С. И. Психология общения: учебник для колледжей: учебник для студентов образовательных учреждений среднего профессионального образования. - 2-е изд. - Ростов-н/Д: Феникс, 2017.
9. Сухов А.Н. Социальная психология: учебное пособие для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы среднего профессионального образования. - 11-е изд., стер. – М.: Академия, 2014.
10. Чернова Г.Р., Слотина Т.В. Психология общения: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2017.
11. Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения: учебник для использования в учебном процессе образовательных учреждений, реализующих программы начального профессионального образования: [для студентов учреждений среднего профессионального образования]. - 15-е изд., стер. – М.: Академия, 2017.

### *Дополнительные источники:*

1. Берн Э. Игры, в которые играют люди: психология человеческих взаимоотношений. – Москва: Эксмо, 2016.
2. Берн Э. Люди, которые играют в игры: понять мотивы собственных и чужих поступков. – М.: Эксмо, 2016.
3. Горбатов Д.С. Психология слухов и сплетен: монография. - Санкт-Петербург: Речь, 2012. - 232 с. (Психологические проблемы социального общения (коммуникативности), влияния и взаимовлияния людей).

4. Деловое общение: учебное пособие / [Свенцицкий А. Л. и др.]; Санкт-Петербургский государственный университет под редакцией С. Д. Гуриевой. – СПб.: Скифия-принт, 2017.
5. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений. СПб.: Питер Пресс, 2015.
6. Моросанова В.И. «Самосознание и саморегуляция поведения». – М.: Институт психологии РАН, 2007.
7. Никитина Л.Б. Культура речи: нормативный, коммуникативный, этический аспекты : учебное пособие : [для студентов, обучающихся по направлению "Педагогическое образование", и может быть использовано при изучении курсов "Культура речи", "Русский язык и культура речи", "Педагогическая риторика", "Культура речи и деловое общение", "Культура профессиональной коммуникации" и др.]; М-во образования и науки Рос. Федерации, Омск. гос. пед. ун-т. - 2-е изд. - Омск: Изд-во ОмГПУ, 2016.
8. Пиз А., Пиз Б. «Новый язык телодвижений. Как читать мысли окружающих по их жестам». – М.: Эксмо, 2016.
9. Прохоров А.О. Технологии психологической саморегуляции. – Х.: изд-во «Гуманитарный Центр», 2017.
10. Садохин А.П. Введение в теорию межкультурной коммуникации: учебное пособие. – 2-е изд., стер. – М.: КНОРУС, 2019. – 256 с.
11. Социальная психология/ Л.Д. Столяренко, С.И. Самыгин, А.М. Руденко, П.А. Пономарев. – М.; Ростов-н/Д.: Дашков и К° Наука-Спектр, 2016.
12. Шеламова Г.М. Этикет делового общения. – 7-е изд., стер. – М.: Академия, 2014.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Педагогическая библиотека (литература по психологии, педагогике и не только) - [www.pedlib.clx.ru](http://www.pedlib.clx.ru)
2. Материалы по психологии и педагогике для студентов Ленинградского областного колледжа культуры и искусства (ЛОККиИ) - <https://vk.com/club129769209>
3. Электронные информационные ресурсы Российской государственной библиотеки - <http://www.rsl.ru>
4. Электронные информационные ресурсы Российской национальной библиотекой - <http://www.nlr.ru>
5. Научная электронная библиотека «КИБЕРЛЕНИНКА» - <http://cyberleninka.ru>
6. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - <http://elibrary.ru>
7. Психологические тесты (набор психологических тестов для исследования познавательных процессов, эмоционально-волевой сферы, психологических свойств личности, межличностных отношений) – [www.infamed.com\psy](http://www.infamed.com/psy)
8. Психологос - <http://www.psychologos.ru>
9. Психология: ВООКАР: Библиотека психологической литературы - <http://bookap.info>
10. Мир психологии. Психология для всех и каждого - <http://www.psyworld.ru>
11. Психология - <http://psy.rin.ru>