

Управление образования администрации Нытвенского муниципального района
Муниципальное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом детского творчества» г.Нытва

Принята на заседании
методического (педагогического) совета
«15» сентября 2016 г.
Протокол № 3



Утверждаю:
Директор МАОУ ДО ДДТ г.Нытва
О.А. Кох
«16» сентября 2016 г.
Приказ № 60

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
социально - педагогической направленности
«Катарсис»**

Возраст обучающихся 13 – 16 лет
Срок реализации программы – 3 года

Автор-составитель:
Быстров Виктор Владимирович,
Педагог – психолог.

г. Нытва, 2016 г.

Оглавление

1 - Пояснительная записка.....	3
2 - Цели и задачи программы.....	3
3 - Формы и методы обучения.....	5
4 - Учебно-тематический план обучения 1-го года обучения.....	6
5 - Учебно-тематический план 2 года обучения.....	7
6 - Учебно-тематический план 3 года обучения.....	9
7 - Методическое обеспечение.....	10
8 - Список литературы	11

Пояснительная записка

Интерес к человеку обнаруживается у самого истока древнегреческой философии. Ее призыв к человеку – познать самого себя, стал символическим девизом всей Психологии. Одним из первых, кто четко поставил задачу познания человека как объекта был Кант. В качестве источников Кант указал: самонаблюдение; наблюдение за другими людьми. Самоанализ, самоконтроль и самоиспытания издавна практиковались как способы нравственного совершенствования человека. Психология – одна из самых сложных наук, так как носителем психики является головной мозг- самый сложный по строению и деятельности орган и механизм. Психология – это наука, не только познающая, но и конструирующая, созидаящая человека.

Как найти подход к человеку? Как стать увереннее в себе, общительнее? Как решить сложные рабочие и бытовые ситуации? ...Хотя психология не является панацеей на все случаи жизни, она позволяет найти ответы на эти и многие другие вопросы.

Данная программа позволяет детям получить новую информацию о себе, о своих возможностях и способностях. Теоретические знания позволят детям получить новую информацию по психологии. Практические же занятия, такие как тренинги, игры и прочие, направлены на развитие личности ребенка.

Цели и задачи программы

Цель обучения – сплочение детей и построение эффективного командного взаимодействия. Помочь детям почувствовать себя самостоятельной личностью, почувствовать свой внутренний потенциал и развить его. Дать основные знания по психологии, научить ставить перед собой задачи и достигать целей.

Задачи: формирование благоприятного психологического климата; развитие умения работать в команде; сплочение детей. Достижение поставленных целей доступно при развитии личностных качеств.

Задачи.

Образовательные:

1. Познакомить с наукой - психология.
2. Дать представление о различных направлениях в психологии.
3. Познакомить с особенностями человеческой психики.

Развивающие:

4. Развитие коммуникативных навыков, навыков общения в коллективе.
5. Развитие творческого и практического мышления.
6. Формирование умения взаимодействовать с окружающими людьми.
7. Формирование умения управлять своими чувствами, мыслями, поведением.

Обучение по данной Программе способствует выработке необходимых коммуникативных навыков, развитию самосознания

Программа рассчитана на детей от 13 до 17 лет. Срок реализации данной программы 3 года

первый год – 72 часа (один раз в неделю 2 часа);

второй год – 72 часа (один раз в неделю 2 часа);

третий год – 72 часа (один раз в неделю 2 часа);

1 год обучения

Цель этого этапа обучения – адаптация детей к условиям работы в группе, знакомство с основными направлениями психологии.

Задачи: вовлечь детей в коллективную деятельность, создать у них положительный настрой на занятиях, вызвать интерес психологии как к науке.

За этот период обучения учащиеся знакомятся друг с другом, получают сведения о направлениях психологии, учатся работать в группе, понимать описания, термины.

Предполагаемые результаты.

По окончании первого года программы дети должны знать основные направления в психологии (в качестве теоретического курса), знать возможные способы коммуникации, взаимодействия в коллективе.

2 год обучения

Цель – развить эффективные коммуникативные навыки, навыки общения и взаимодействия в коллективе, посредством предоставления лекционного и практического материала (тренинги, игры).

- Развитие у подростка представлений о себе, о своем месте в мире, о своих правах и обязанностях.
- Осознание своей личной позиции в обществе.
- Развитие коммуникативной компетентности.
- Раскрытие значения понятия «общение».
- Освоение различных форм и стилей, структуры и средств общения.
- Ознакомление с понятиями: невербальное и вербальное общение.

- Обучение навыкам чтения приемов невербальной коммуникации.
- Раскрытие значения интонации в общении.
- Показать основные причины конфликта и пути его предотвращения.
- Формировать мотивацию конструктивного общения.

Предполагаемые результаты.

На конец второго года дети должны иметь развитые коммуникативные навыки, уметь работать в группе, уметь применять полученные знания и навыки на практике.

3 год обучения

Цели программы.

1. Актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся за счет получения знаний о себе, о мире профессий, их соотношения в процессе профессиональных проб.
2. Сформировать готовность учащихся к обоснованному выбору профессии, карьеры, жизненного пути с учетом своих способностей и возможностей.
3. Развить у учащихся способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях.

Задачи программы.

1. Обобщение знаний о профессиях, карьере.
2. ;
3. , , ;
4. ,
5. .

формы и методы обучения

Словесные

1. рассказ
2. лекция
3. беседа

Наглядные

- демонстрация
- иллюстрация
- просмотр фильмов, роликов.

Практические

- тренинги, игры.

Для диагностики результатов обучения применяются: наблюдение, собеседование, обсуждение. Результаты программы будут тестироваться (на начало и по окончании) Методикой оценки психологической атмосферы в коллективе (по А.Ф. Фидлеру). Так же формой контроля будут выступать совместные мероприятия в коллективе.

Учебно-тематический план учебного объединения (1 год обучения на 72 часа)

№	Название темы занятий	Кол-во часов теория	Кол-во часов практика
1	Вводное занятие	2	
2	Введение в психологию	8	2
3	Развитие коммуникативных навыков	2	6
4	Занятия на сплочение в коллективе	5	10
5	Регуляция собственного поведения	2	8
6	Творческое мышление	2	8
7	Развитие практического мышления	2	6
8	Развитие теоретического мышления	1	6
9	Итоговое занятие	2	
	ИТОГО:		72

1. Вводное занятие

Вводная лекция, знакомство детей.

2. Введение в психологию.

Психология, виды, исследования. Теоретическая часть о психологии как науке.

3. Развитие коммуникативных навыков.

Теоретическая часть – виды и правила общения. Практическая – отработка навыков общения.

4. Занятия на сплочение в коллективе.

Тренинги и игры на сплочение в коллективе.

5. Регуляция собственного поведения.

Методы снятия эмоционального напряжения, аутотренинг, медитация.

6. Творческое мышление.

Работа с упражнениями по развитию теоретического мышления.

7. Развитие практического мышления.

Учить решать практические задачи.

8. Развитие теоретического мышления.

Занятия и задания на развитие теоретического мышления. Метод мозгового штурма.

9. Итоговое занятие.

Подведение итогов, анализ.

Учебно-тематический план (2 год обучения на 72 часа)

№	Название темы занятий	Кол-во часов теория	Кол-во часов практика
1	Вводное занятие. Повторение пройденного.	4	
2	Общение – обмен информацией	6	2
3	Невербальная коммуникация	2	6
4	Каналы получения и обработки информации	4	2
5	Общение как взаимодействие	2	8
6	Общение как восприятие людьми друг друга	4	6
7	Психология делового общения	4	2
8	Конфликт – неэффективное общение	3	2
9	Конструктивное общение	4	1
10	Личность	4	2
11	Психологические особенности развития личности	2	1
12	Итоговое занятие.	2	
	ИТОГО:		72

1. Введение. Значение и роль психологических знаний в жизни человека. Важнейшая потребность человека – общение. Правила работы на уроках.

2. Общение как обмен информацией. Информация или коммуникация. Коммуникаторы и реципиенты. Вербальная коммуникация. Речь (внутренняя, внешняя, устная, письменная). Стороны общения: коммуникативная, интерактивная, перцептивная. Обратная связь (прямая и косвенная). Коммуникативные барьеры (барьеры непонимания, барьеры социально-культурного различия и барьеры отношения). Личные границы. Стили общения

(примитивный, деловой, манипулятивный, общение-диалог). Функции общения.

3. Невербальная коммуникация. Виды невербальных средств общения (визуальные, акустические, тактильные). Мимика лица. Визуальное общение. Нос, рот, голова. Жесты. Поза. Звуки и запахи.

4. Каналы получения и обработки информации. Каналы получения информации. Ведущий канал восприятия. Самодиагностика ведущего канала восприятия. Тренировка навыков передачи информации в различных репрезентативных системах.

5. Общение как взаимодействие. Теории взаимодействия: теория обмена, психоаналитический подход, теория управления впечатлениями. Нормальное взаимодействие. Социальный контроль. Ролевое взаимодействие.

6. Общение как восприятие людьми друг друга. Сложность социальной перцепции. Законы общения: эффект ореола, эффект проекции, эффект бумеранга, эффект края, эффект средней ошибки, эффект первичности и новизны и др. Как мы понимаем других людей. Объяснение поведения окружающих. Основные механизмы познания другого человека – идентификация и рефлексия. Взаимосвязь общения и отношения.

7. Психология делового общения. Деловая беседа. Функции деловой беседы. Фазы деловой беседы. Приемы аргументации. Конструктивная критика. Психологические особенности публичного выступления. Рефлексия. Экзамен. Психологические аспекты. Приемы самонастройки и аутотренинга. Практическая работа. Методы исследования. Развитие навыков общения.

8. Конфликт – неэффективное общение. Определение конфликта. Причины конфликтов. Стили разрешения конфликтов: стиль конкуренции, стиль уклонения, стиль приспособления, стиль сотрудничества, стиль компромисса. Управление конфликтом. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликтов. Контроль эмоций.

9. Конструктивное общение. Правила подачи и восприятия обратной связи. Контроль эмоций. Способы снижения эмоциональной напряженности. Конструктивное выражение негативных чувств. Активное и пассивное слушание. Правила эмпатийного слушания. Самопрезентация. Приемы расположения к себе. Compliments, похвала, лесть.

10. Личность. Индивид и личность. Соотношение биологического и социального в личности. Теории личности. Психоаналитическая теория личности (З.Фрейд). Индивидуальная теория личности (А.Адлер). Бихевиоризм. Гуманистическая

теория личности (А.Маслоу). Отечественная теория личности. Самосознание. Самоотношение. «Я» - концепция. Потребности. Активность личности. Мотивы. Мотивация. Цели и ценности. Неосознанные побуждения. Направленность личности. Механизмы психологической защиты личности.

11. Психологические особенности развития личности. Общие вопросы возрастной психологии. Развитие личности. Динамика взросления. Понятие возраста. Роль деятельности в развитии личности. Понятие ведущей деятельности. Виды ведущей деятельности. Поведение. Динамика развития – противоречия и их разрешения. Кризисы развития и их характеристика. Понятие сензитивности.

12. Итоговое занятие. Создание условий для оценки подростками достижений в овладении навыками общения на модели игровой ситуации. (Игровое упражнение «Потерпевшие кораблекрушение»).

Учебно-тематический план (3 год обучения на 72 часа)

№	Название темы занятий	Кол-во часов теория	Кол-во часов практика
1	Вводное занятие.	4	
2	Профориентация. Основные понятия.	6	2
3	Виды профессий, анализ профессий.	2	6
4	Интересы и склонности	4	2
5	Мышление и его особенности	2	8
6	Темперамент и профессия	4	6
7	Эмоции и выбор профессии	4	2
8	Внешние и внутренние мотивы выбора профессии	3	2
9	Профессиональные намерения	4	1
10	Планирование своей жизни и профессиональных перспектив	4	2
11	Итоговое занятие.	2	
	ИТОГО:		72

1. Вводное занятие. Правила работы на занятиях.

2. Профориентация. Основные понятия. Профессия. Виды профессий.

Профессиональное самоопределение.

3. Виды профессий, анализ профессий. Типы и виды профессий, их классификация и сравнение.

4. Интересы и склонности. Собственные интересы, их влияние на выбор профессии.

5. Мышление и его особенности. Мышление и его виды. Особенности мышления. Мыслительные процессы. Виды и типы мышления.

6. Темперамент и профессия. Особенности характера и темперамента при выборе профессии. Влияние темперамента на профессиональную деятельность.

7. Эмоции и выбор профессии. Уровень собственной эмоциональности. Эмоции от профессии, эмоции в профессии.

8. Внешние и внутренние мотивы выбора профессии. Профессиональное самоопределение. Профессиональная мотивация. Ошибки в выборе профессии.

9. Профессиональные намерения. Профессиональное призвание. Отношение к определенному виду профессиональной деятельности, включающее знания о профессии и путях ее получения.

10. Планирование своей жизни и профессиональных перспектив. Планирование профессионального пути в жизненной перспективе. Построение своей жизни, осмысленное осуществление выбора профессии.

11. Итоговое занятие. Подведение итогов, анализ.

Работа с родителями

Возможны индивидуальные беседы и консультации по запросам родителей или по мере необходимости. Привлечение родителей к участию в совместных мероприятиях.

Методическое обеспечение программы

Помещение должно соответствовать санитарно-гигиеническим нормам. В процессе обучения, обучающийся и педагог должны строго соблюдать правила техники безопасности труда.

При разработке тренинговых и игровых занятий используется следующая литература: Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков; Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности.

Предполагаемые результаты

Предполагаемые результаты.

По окончании программы дети должны знать основные направления в психологии (в качестве теоретического курса), знать возможные способы коммуникации, взаимодействия в коллективе, иметь развитые коммуникативные навыки, уметь работать в группе, уметь применять полученные знания и навыки на практике.

По окончании 3-го года обучения дети должны освоить , значение профессионального самоопределения, , правила выбора профессии, понятия профессия и профессиональная деятельность, понятие об интересах, мотивах и ценностях профессионального труда, понятие о темпераменте, эмоционально-волевой сфере, интеллектуальных способностях.

Список литературы

1. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. СПб.: Речь, 2005.
2. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Речь, 2000.
3. Понаморенко Л.П., Белоусова Р.В. Психология для старшеклассников. М., 2001.
4. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности. СПб.: Речь, 2004.
5. Пряжников Н.С., Пряжникова Е.Ю. Профориентация. М., Изд. Центр «Академия», 2005.
6. Собчик Л.Н. Психодиагностика в профориентации и кадровом отборе. – СПб.: Речь, 2002. – 72 с.
7. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности. — М.: ВЛАДОС, 1998.
8. Чистякова С.Н. Профессиональное самоопределение и профессиональная карьера молодежи. – М., 1993.
9. Шмелев А.Г. Психодиагностика личностных черт. – СПб.: Речь, 2002.