

Пояснительная записка

Программа по «Психологии общения» на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной рабочей программе воспитания.

Рабочая программа «Психология общения» создана на основе программы Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой «Волшебная страна чувств». Добавлены авторские темы.

Общее количество часов, отведенных на изучение психологии в 5 классе, составляет 34 часа, 1 час в неделю.

Целью программы является формирование системы ценностей, положительного образа будущего и конструктивного целеполагания.

Для исследования результативности программы используется методика исследования индивидуального образа цели Т. Зинкевич-Евстигнеевой, Д. Кудзилова, которая помогает понять и описать внутренний мир участника программы под углом жизненных ценностей, целеполагания, нравственного иммунитета.

Давайте попробуем ответить себе на вопрос: волшебство бывает только в сказках или оно свойственно и реальной жизни?

Итак, как же проявляется волшебство в реальном мире?

Во-первых, в искусстве формирования и поддержания в себе особого состояния души, основанного на творческом отношении к жизни.

Есть люди, которые без специальных психологических упражнений и психотерапевтической поддержки умеют находить радость в мелочах. Какие бы обстоятельства и ситуации ни охватывали их тесным кольцом, эти люди удивительным образом разрешают трудности. Может, это происходит благодаря тому, что они не поддаются панике и верят в созидательную природу человека? Эти люди умеют не обращать внимания на мелочные обиды, не погружаться в переживания «несправедливости этого мира». Вместо этого они постоянно поддерживают в себе чувство перспективы, веру в успех. Благодаря этому развивается их способность творчески изменять или принимать любую жизненную ситуацию. Рядом с такими людьми легко и светло, у них все в руках спорится. Не это ли можно назвать волшебством?

Каковы источники этого волшебного состояния души? Наверное, внутренняя гармония и любовь.

Во-вторых, волшебство проявляется через искусство «положительного мышления», основой которого является созидательная, творческая, преобразующая сила человека.

Мэри Дейли в своих философских работах использует термин «психический активизм». Идея этого понятия заключается в преобразовании человеком окружающего пространства, в его способности влиять на события. Инструменты влияния на реальность – метафоры. Согласно М. Дейли, метафора подразумевает движение: «Метафора – это функция слова, она сдвигает значение и соотносится с преобразующим действием. Порой метафоры изменяют значение не только слов, но и явлений окружающего мира». Если следовать этой логике и дальше, то можно догадаться, что использование метафор

влияет на нашу судьбу. А что значит «использовать метафоры» в понимании сказкотерапевта? Сочинять сказки!

Сочиняя сказки, человек зашифровывает в метафорах реальные события. Наш опыт показывает, что сказки, сочиняемые людьми о своем будущем, очень часто сбываются. Поэтому так важен в сказке хороший конец.

Сказкотерапевт старается сформировать у своих клиентов «культуру хорошего конца», ибо это является залогом развития «положительного мышления». Человек – саморазвивающаяся система, поэтому большое значение имеют исходные посылки для развития, то есть идеи, мысли, чувства. Сказочный сюжет представляет собой жизненную программу, которая разворачивается и реализуется в течение некоторого времени. Поэтому мы часто наблюдаем, как сказки, сочиняемые нами, сбываются в жизни. Это не магия, а осознанный подход к жизни и большой труд «положительного мышления».

Воистину мысль материальна. Стоит только оглядеться вокруг – ведь многое из того, что мы видим, раньше было чьей-то мыслью. Летучий корабль, яблочко, катящееся по тарелочке, раньше были только мыслеобразами. Но сегодня для нас привычны самолеты, телевизоры, компьютеры.

Поэтому, сочиняя добрые сказки с хорошим концом, записывая их, человек проявляет заложенную в нем великую созидательную творческую силу. Ведь именно сила мысли, воплощенная в материи, благоустраивает окружающий мир.

В третьих, волшебство проявляется как способность человека к трансформации, то есть превращению, изменению объектов окружающего мира и самого себя.

Самый простой пример волшебства как трансформации – это приготовление пищи. Волшебство как искусство превращать одно в другое проявляется в нашей жизни повсеместно и доступно любому человеку. Главное – захотеть. Трансформация как аспект волшебства подразумевает чудесные, но подготовленные и осмысленные изменения. И этому доброму волшебству есть место в нашей жизни.

Однако мы рассмотрели лишь пример волшебства – трансформации по отношению к объектам окружающего мира. Но есть еще один важный аспект волшебства как трансформации – это изменение себя.

В вышеназванных трех аспектах волшебство проявляется в реальном мире. Но в контексте сказкотерапевтических занятий мы путешествуем по сказочной стране и можем столкнуться с еще одним проявлением волшебства – героями сказочного мира. Феи, волшебники, сказочные животные являются в виде кукол, становятся помощниками и учителями в сказочной стране.

Размышлять о волшебстве ребенку, подростку и особенно взрослому очень важно. Это дает возможность вырваться из пелены обыденности и посмотреть на мир творческим, созидающим взглядом Волшебника.

С другой стороны, разговор о волшебстве становится необходимым тогда, когда вы заметили, что ребенок легко берет волшебную палочку и с ее помощью собирается разрешить все трудности. Это означает, что он еще мало знает о волшебстве. О том, что волшебство – это великий труд.

За одним взмахом волшебной палочки стоят огромные знания, без которых не достичь желаемого результата. Поэтому настоящий Волшебник – это тот, кто много знает и использует свою силу на благо людям и окружающему миру. Тот, кто научился только размахивать волшебной палочкой, еще не волшебник. Если мы не будем говорить об этом

с нашими воспитанниками, использование волшебства может способствовать укреплению инфантильных тенденций.

В концепции сказкотерапии все чаще используется понятие «нравственный иммунитет», понимая под этим способность человека к противостоянию негативным воздействиям духовного, ментального и эмоционального характера, исходящим от социума. Содействие формированию нравственного иммунитета становится одной из важнейших задач сказкотерапевта.

Как работает нравственный иммунитет? Он фильтрует любую информацию духовного, ментального или эмоционального характера. Для этого применяются распознавание, дифференциация, осмысление, критическая оценка. И если информация, пройдя подобное «чистилище», признается позитивной для развития личности, то она включается в систему ценностей человека и дополняет его картину мира.

Информация, не прошедшая «чистилище», определяется как разрушительная для личности и поступает в копилку иммунной памяти. Благодаря этому становится возможным быстро распознавать и нейтрализовывать действие новой деструктивной информации.

Нравственный иммунитет является приобретенным, его формирование происходит с момента рождения и продолжается в течение жизни. Одним из базовых компонентов нравственного иммунитета является система ценностей личности.

В детском и юношеском возрасте нравственный иммунитет подпитывается метафорами, содержащимися в сказках, легендах, притчах. В дальнейшем поддержание и развитие иммунной памяти связано с осмыслением и чувственно-смысловым проживанием важнейших духовных, культурных и социальных ценностей.

Таким образом, нравственный иммунитет является тем естественным механизмом, который формируется психикой для защиты «человеческого духа» и обеспечения внутренних условий для конструктивной самореализации.

Получается, что овладение основами доброго волшебства способствует формированию и укреплению нравственного иммунитета.

«Психология общения (Моя внутренняя страна)»

Пятый класс для учащихся является довольно сложным периодом, так как они переходят к новым условиям обучения в среднем звене, требующим от них некоторой адаптации.

В это время дети активно начинают осваивать внутренний мир. Но сами они ещё плохо в нем ориентируются, не уверены в его устойчивости. Любые проявления подростками своих взглядов, представлений, мнений необходимо принимать очень бережно, безоценочно, с уважением. Необходимо стимулировать любые процессы по исследованию подростками самих себя.

Ключевая идея – передать подросткам необходимые психологические и жизненные знания.

Цель:

Создать условия для личностного роста, формирования адекватной самооценки, нравственного иммунитета, жизненных ценностей, основанных на идее созидания.

Задачи:

1. Создание условий для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.

2. Формирование основ коммуникативной культуры и «нравственного иммунитета».

3. Развитие креативности (воображения, творческих способностей, творческого мышления).

4. Содействие осознанию жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.

Принципы работы:

Принцип активности участников: члены группы постоянно вовлекаются в различные действия — игры, дискуссии, упражнения, творческие задания, наблюдают и анализируют действия других участников;

Принцип исследовательской позиции участников: члены группы сами решают коммуникативные проблемы, психолог побуждает их к поиску ответов на возникающие вопросы;

Принцип объективации поведения: поведение участников группы переводится с импульсивного уровня на объективированный, при этом средством объективации является обратная связь, которая подается с помощью других участников группы, сообщающих свое отношение к происходящему;

Принцип партнерского общения: взаимодействие в группе строится с учетом интересов всех участников, признания ценности личности каждого из них, равенства их позиций, а также соучастия, сопереживания, принятия друг друга (не допускается наносить удары «ниже пояса», загонять человека «в угол»).

Читая детям сказки, проигрывая сказочные ситуации психолог создаёт в «бессознательном» запас жизненной прочности, символический «банк жизненных ситуаций». Уровень развития интеллекта подростков позволяет постигать скрытые уроки сказок, мифов, притч. Анализ сказок «работает» на расширение сознания, на процесс формирования ценностных ориентиров, позволяющих преодолеть проблемную ситуацию.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

1) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

2) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

3) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

4) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

5) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

6) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

7) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- осознавать свои личные качества, способности и возможности;
- осознавать свои эмоциональные состояния и учиться саморегуляции;
- овладевать навыками саморегуляции в общении со сверстниками и учителями;
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение;
- осознавать свою долю ответственности за чувства, мысли и поступки;
- учиться прогнозировать последствия собственных поступков.

Познавательные УУД:

- учиться осознавать и анализировать изменения в самом себе;
- планировать свою учебную деятельность с учетом индивидуального стиля учебной деятельности;
- адекватно воспринимать оценки учителей;
- уметь распознавать чувства других людей;
- обогатить представления о собственных ценностях и их роли в жизни;
- уметь формулировать собственные проблемы.

Коммуникативные УУД:

- учиться строить взаимоотношения с окружающими;
- учиться конструктивно разрешать конфликтные ситуации;
- учиться правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- учиться самостоятельно решать проблемы в общении с друзьями;
- формулировать свое собственное мнение и позицию;
- учиться толерантному отношению к другому человеку.

Предметные результаты осознавать собственную полезность и ценность, основные способы психологического взаимодействия между людьми, приемы повышения собственной самооценки, свое место в мире и обществе; уметь работать в группе, в коллективе, получать удовольствие от процесса познания, преодолевать возникающие в школе трудности, психологически справляться с неудачами, осознавать и контролировать свое психологическое и эмоциональное состояние, взаимодействовать с учителем и сверстниками, адекватно анализировать собственные проблемы; применять полученные знания для адекватного осознания причин возникающих у ребенка проблем и путей их

решения, полученный опыт для самореализации и самовыражения в разных видах деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ БЛОКА «МОЯ ВНУТРЕННЯЯ СТРАНА»

№ п/п	Наименование темы	Количес тво часов	Виды внеурочной деятельности
1.	Я и моё имя	1	Познавательная, игровая
2.	Мой герб	1	Познавательная, игровая Художественное творчество
3.	Карта внутренней страны	1	Познавательная, игровая Художественное творчество
4.	Законы, права и обязанности моего мира		
5.	Путешествие во внутреннем мире	1	Познавательная, игровая
6.	Знакомство с собой. Что такое темперамент	1	Познавательная, игровая
7.	Знакомство с собой. Изучение темперамента	1	Познавательная, игровая
8.	Знакомство с собой. Изучение тревожности	1	Познавательная, игровая
9.	Знакомство с собой. Самооценка	1	Познавательная, игровая
10.	Слуги-эмоции	1	Познавательная, игровая Художественное творчество
11.	Слуга по имени Мера	1	Познавательная, игровая
12.	Слуга по имени Интерес	1	Познавательная, игровая
13.	Слуга по имени Грусть	1	Познавательная, игровая
14.	Слуга по имени Радость	1	Познавательная, игровая
15.	Счастье во внутреннем государстве	1	Познавательная, игровая
16.	Зимние традиции государства	1	Познавательная, игровая
17.	Слуга по имени Страх	1	Познавательная, игровая
18.	Победи свой страх	1	Познавательная, игровая
19.	Слуга по имени Злость	1	Познавательная, игровая
20.	Талисманы и выход злости	1	Познавательная, игровая
21.	Заговор Обиды	1	Познавательная, игровая
22.	Как рождается сплетня	1	Познавательная, игровая
23.	Расстаёмся с обидами	1	Познавательная, игровая
24.	Слуга по имени Зависть	1	Познавательная, игровая
25.	Слуга по имени Удовольствие	1	Познавательная, игровая
26.	Слуга по имени Зависимость	1	Познавательная, игровая
27.	Победи своего дракона	1	Познавательная, игровая
28.	В поисках Любви	1	Познавательная, игровая
29.	Слуга по имени Любовь	1	Познавательная, игровая
30.	Я – король своей страны	1	Познавательная, игровая

31.	Я управляю своими эмоциями	1	Познавательная, игровая
32.	Я среди людей	1	Познавательная, игровая
33.	Я умею общаться	1	Познавательная, игровая
34.	Я умею дружить	1	Познавательная, игровая
35.	Итоговое занятие	1	Познавательная, игровая
	Всего:	35	

Информационно-методическое и материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Количество
Печатные пособия		
1	Тренинг по сказкотерапии/ Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой.-СПб.: Речь, 2007	1
2	Развивающая сказкотерапия / Под ред. Т.Д.Зинкевич-Евстигнеевой.-СПб.: Речь, 2006.	1
3	Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Д.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии.-СПб.: Речь, 2006.	1
4	Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева. Основы сказкотерапии -СПб.: Речь, 2007	1
5	Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. Игры в сказкотерапии -СПб.: Речь, 2008	1
6	Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева. Формы и методы работы со сказками -СПб.: Речь, 2006	1
7	Психогимнастические упражнения для школьников:разминки, энергизаторы,активаторы/авт.-сост. М.А.Павлова.-Изд. 3-е- Волгоград:Учитель	1
8	Развитие культуры общения в подростковой среде: программа, разработкизанятий, рекомендации/ авт.-сост. О.Н.Рудякова.- Волгоград:Учитель,2011.	1
9	Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5-6 классы)- 2-е изд.-М.:Генезис,2008	1
10	Рефлексивные техники эмоционального состояния детей/ авт.-сост. Л.В.Свешникова.- Изд.3-е- Волгоград:Учитель	1
11	Тренинги с подростками: программы, конспекты занятий/ авт.-сост. Ю.А.Голубева [и др.]. Изд. 2-е, Волгоград:Учитель	1
Цифровые образовательные ресурсы		
1	Диски с музыкой для релаксации.	3
Интернет ресурсы		
1	http://pedsovet.org/ - Всероссийский интернет-педсовет;	
2	http://it-n.ru/ - сеть творческих учителей;	
3	http://viki.rdf.ru/ - детские электронные презентации и клипы;	
4	http://festival.1september.ru/ - Фестиваль педагогических идей "Открытый урок";	

5	www.alleng.ru – сайт информационных ресурсов;	
6	http://www.ug.ru - сайт «Учительской газеты»;	
7	http://www.kinder.ru/default.htm - Интернет для детей;	
8	http://www.km.ru – портал компании «Кирилл и Мефодий».	