Данная программа составлена на основе курса Г.К.Селевко "Самосовершенствование личности" (раздел IX - "Найди себя") (2001 год) и авторской программы А.Микляевой "Я - подросток. Я среди других людей. Программа уроков психологии (9 класс)" (2008 год). Развитие человека зависит от развития человеческого общества. Человек находится в тесной зависимости от окружающих его людей. Ни один человек не может обойтись без других, отгородить себя. Иногда человек ищет временное уединение для развития своих сил. Размышляя над проблемой взаимоотношений подростков, хотелось бы, чтобы они руководствовались правилами любви к ближнему, чтобы помнили, что поступать с человеком необходимо так, как ты желаешь, чтобы поступали с тобой.

 *Цель:* ввести школьников в основы психологии общения, научить лучше понимать себя и окружающих, предоставить возможность полнее использовать общение со сверстниками и взрослыми, способствовать профессиональному самоопределению, помочь преодолеть типичные проблемы подросткового возраста.

*Задачи:*

* в доступной для школьников форме преподносить результаты учащимся;
* проводить тренинги общения; · обсуждать на семинарах актуальные проблемы подросткового возраста;
* психологическую информацию;
* проводить психологическую диагностику и объяснять и объяснять результаты учащимся;
* проводить психологические тренинги;
* обсуждать на семинарах актуальные проблемы подросткового возраста.
* Программа рассчитана на 17 часов

 **Содержание программы**

Общение, общительность. Трудности в общении

Виды информации, их соотношение, связь. Вербальная информация. Виды невербальной информации. Мимика, позы, личностное пространство, жесты. Другие источники информации (одежда, аксессуары и др.)

Уверенность, неуверенность, самоуверенность. Качество характера. Самовоспитание, взаимовлияние. «Нет» и его природа. Умение сказать «нет». *Мастерская «Тренируем уверенность».*

Барьер на пути информации. Виды барьеров.

 Каналы обработки информации.Зрительные, слуховые, чувственные каналы восприятия и обработки информации. Визуал, аудиал, кинестетик.

Стереотипы общие и индивидуальные. Доминантная и недоминантная позиция в общении, общение «на равных». Их психологическое содержание. Стили общения (примитивный, деловой, манипулятивный, общение-диалог).

Конфликт. Причины, виды. Конфликтные эмоции. Стили поведения в конфликте. *Диагностика личной стратегии поведения в конфликте*. Плюсы и минусы различных стратегий. Алгоритм анализа конфликтной ситуации. Конструктивный выход из конфликта. Рациональное целеполагание в конфликте.

Умение слушать. *Диагностика умения слушать и слышать другого человека*. «Трудные» люди (зануда, эгоцентрик, агрессор). Правила общения с «трудными» людьми.

Доверие, недоверие. *Экспресс-диагностика уровня доверия другим людям*Профессия. Работа. рабочий

Понятие профессионального самоопределения. Значение профессии и работы в жизни человека. Профессиональный труд. Этапы становления профессионала.

 Классификация профессий.Особенности современной ситуации в мире профессий. Понятие о предмете, целях, орудиях труда и условиях деятельности. *Методика «Формула профессии».*

Самоопределение главная задача юности. Варианты жизненного самоопределения: творческое и прагматическое самоопределение.На пороге взрослой жизни

Мировоззрение и смысл жизни.Что такое мировоззрение. Условия его формирования. Что такое смысл жизни. Пути «осмысления» жизни. Диагностика

 **Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | Тема урока | Дата проведения |
|  1 | Общаться – это так легко |  |
|  2 | Вербальная и невербальная информация  |  |
| 3 | О чем говорит наша мимика и жесты? |  |
| 4 | Как лучше понять информацию. Барьеры на пути информации |  |
| 5 | Стереотипы в общении  |  |
| 6 | Стили общения  |  |
| 7 | Что такое конфликт? Причины конфликтов  |  |
| 8 | Стили поведения в конфликте  |  |
| 9 | Общение с «трудными людьми»  |  |
| 10 | Взаимоотношения с родителями сверстниками |  |
| 11 | Как поживаете, мои «Я»? Личность и субличности  |  |
| 12 | Мир профессий  |  |
| 13 | Я хочу ,Я могу,Я должен! |  |
| 14 | Человек и судьба. Жизненные планы.  |  |
| 15 | Дорога взросления.  |  |
| 16 | Духовное самоопределение (мировоззрение)  |  |
| 17 | Духовное самоопределение (нравственность)  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |

Учебно-методический комплекс

1.Г.К.Селевко "Самосовершенствование личности" (раздел IX - "Найди себя") (2009 год) .

2. А.Микляевой "Я - подросток.

Конец формы