

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент образования Вологодской области**

**Управление образования мэрии г.Череповца**

**МАОУ «СОШ №13»**



<b>РАССМОТРЕНО</b> на заседании МО протокол №1 от 29.08.2023 г.	<b>СОГЛАСОВАНО</b> на заседании МС протокол №1 от 30.08.2023 г.	<b>УТВЕРЖДЕНО</b> приказом директора №227 от 31.08.2023 г.
---	---	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**элективного курса «Психология успеха»**

**для обучающихся 10 класса**

**г.Череповец, 2023**

## Пояснительная записка.

Рабочая программа элективного курса практической направленности «Психология успеха», разработана на основе требований ФГОС СОО. Программа рассчитана на 17 часов.

В процессе перехода школ на предпрофильное и профильное обучение у старшеклассников появилась возможность пропаганды и внедрения психологических знаний в школе посредством элективных курсов. Данный курс рассчитан именно на старшеклассников, стремление к самопознанию и самосовершенствованию которых лежит на поверхности. Чтобы быть успешным в современном обществе, важно ещё в школьные годы получить знания и навыки в сфере деловой психологии. Правильно общаться и строить гармоничные отношения с окружающими, достойно выходить из конфликтных ситуаций и справляться со стрессом, разрабатывать стратегии достижения успеха – вот что должны уметь обучающиеся. Поэтому им просто необходимо быть *социально компетентными*, чтобы успешнее реализовать себя в дальнейшей жизни и деятельности.

**Цель курса:** создание условий для формирования у старшеклассников умений организации оптимального общения, конструктивного разрешения конфликтов в общении, эмоциональной и поведенческой саморегуляции, формирование психологической культуры учащихся, развитие их социальной компетентности и активности.

Достижение этих целей предполагает решение следующих **задач:**

- развитие способности конструктивно строить свои взаимоотношения с окружающими;
- формирование навыков анализа ситуаций, мотивов, интересов, поступков других людей;
- совершенствование навыков понимания себя и отношения к себе, своей жизни с должным уважением, умения быть независимым, отстаивать свои позиции конструктивными способами;
- развитие уверенности в себе, в своих способностях и возможности быть эффективным в избранных сферах деятельности;
- осознание необходимости и способности быть субъектом общественной жизни и деятельности.

В курсе не только формируются новые знания и умения, но и совершенствуются психологические навыки.

Значимость курса определяется тем, что необходимость получения психологического образования уже в школьные годы напрямую связана с обстоятельствами современной жизни. Все провозглашаемые обществом нравственные ценности – гуманизм, демократизм, сотрудничество, толерантность и др. – основаны на психологических законах общения и взаимодействия людей. Отсутствие психологической грамотности в нашем обществе тормозит полноценную реализацию этих принципов в жизни. Приобретая психологические знания, школьники получают возможность полнее развивать свои способности, лучше разбираться в других людях и эффективнее строить отношения с ними.

Каждый, кто стремится полноценно прожить жизнь, добиться успехов в обществе – должен уметь управлять собой, противостоять обстоятельствам, изменять себя, если это необходимо.

Существенную роль играет новизна рассматриваемого материала, его связь непосредственно с повседневной жизнью ученика.

Полученные учащимися теоретические знания проверяются экспериментально, на практике. С этой целью в данный курс были включены задания, посвящённые самодиагностике, а также элементы психологического тренинга, ролевые игры,

психологические игры, анализ ситуаций, получение обратной связи на консультации и через творческие работы учащихся.

## Содержание курса.

### ***Общение. Понятие, функции общения.***

Развитие представлений учащихся о понятии «общение». Знакомство с функциями и формами общения, оценка возросшей значимости роли общения.

### ***Виды общения.***

Классификация видов общения по разным основаниям, их роли в жизни человека.

### ***Коммуникативная сторона общения. Невербальные статические средства общения.***

«Невербальное общение», т.е. общение без письменной или устной речи, выявление преимуществ понимания «языка» невербального общения.

### ***Динамические средства общения (мимика, жесты, позы).***

Изучение приемов невербальной коммуникации, развитие представлений учащихся об интерпретации невербальных сигналов в общении.

### ***Условия эффективного общения. Схема идеального общения.***

Условия, способствующие эффективному общению. Проанализировать схему идеального общения с позиции того, на каком этапе происходит потеря информации и каковы причины этих потерь.

### ***Умение слушать***

Понятие активного слушания. Развитие у учащихся умения молчать, слушать, ставить себя на место другого человека.

***Виды слушания.*** Анализ активного и пассивного видов слушания.

### ***Техники активного слушания.***

Сравнение техник «перефразирование», «эхо-техника», «проговаривание собственных чувств», «резюмирование». Оптимальное их применение.

### ***Интерактивная сторона общения. Общение как взаимодействие. Позиции в общении.***

Развитие представлений учащихся о видах и целях взаимодействия. Получение информации о позициях в общении. Научить распознавать их в повседневных ситуациях, моделировать ситуации общения с различных позиций и выбрать оптимальную для данной ситуации.

***Виды влияния. Характеристика влияния.*** Виды и цели влияния. Получение практического опыта встречи с различными видами влияния, развитие умения выявлять их особенности и характеристики (конструктивность и не конструктивность).

### ***Манипулирование.***

Изучение одного из распространённых видов неконструктивной коммуникации – манипулирования, анализ его проявлений в поведении, причин, заставляющих людей использовать его во взаимодействии с людьми.

***Виды манипуляций. Как распознать манипуляцию?*** Приёмы психологического манипулирования, используемого в рекламных целях, тренировка навыка распознавания приёмов манипулирования.

### ***Как противостоять манипуляции.***

Способы противостояния манипулятору.

***Секреты воздействия рекламы.*** Развитие критического отношения к печатной рекламе с помощью ознакомления с принципами создания рекламы, тренировка навыка создания печатного рекламного плаката. Знакомство учащихся с принципами создания эффективной рекламы, тренировка навыка распознавания истинного смысла рекламного обращения.

### ***Перцептивная сторона общения. Общение как взаимопонимание.***

Общение как структура взаимопонимания. Понятие социальной перцепции, её функции и механизмы.

#### ***Деловое общение. Деловая беседа.***

Раскрытие понятий «деловое общение», «деловая беседа», изучение фаз ведения деловой беседы, выявление их особенности.

#### ***Контактная и ориентировочная фазы деловой беседы.***

Подробное изучение контактной фазы деловой беседы, развитие представлений о способах формирования первого впечатления, расположения к себе, создание благоприятной атмосферы. Изучение способов обеспечения позитивного настроения, развитие навыков установления и поддержания контакта. Подробное изучение фазы ориентации в деловой беседе и ее особенностей, развитие умения задавать вопросы, развитие умения вести «малый» разговор.

#### ***Фазы обсуждения и принятия решений.***

Фазы обсуждения и принятия решений как основные фазы деловой беседы, изучение их особенностей.

#### ***Публичное выступление.***

Этапы, которые включают публичное выступление, развитие навыка правильного построения доклада (речи) и публичного выступления. Изучение правил конструктивной критики, развитие навыков конструктивной критики.

#### ***Общение по телефону.***

Особенности телефонного разговора, его недостатки и преимущества, правила ведения разговора по телефону.

#### ***Деловой этикет.***

Раскрытие понятий «этикет» и «деловой этикет», правила делового этикета, формирование представлений о деловом этикете как способе регулирования поведения и предотвращения конфликтов.

### **Оценка знаний.**

Достижение учащимися планируемых результатов выявляется в следующих формах:

1. Учащимся предлагается вести тетради. Первая половина конспекта обязательно отводится под запись основных определений и ключевых понятий по теме каждого урока. Вторая часть тетради используется для выполнения письменных заданий, таких как диагностические тесты, упражнения, практические работы. Проверка тетрадей проводится в конце изучения каждого раздела.
2. Контроль знаний с применением формализованной оценки «зачет», проводится по окончании изучения курса в форме теста.
3. Защита творческой работы.
4. Рефлексия.

### **Тематический план.**

№	Темы элективного курса	Кол-во часов	Электронные образовательные ресурсы	Виды деятельности обучающихся
1.	Общение. Понятие, функции общения.	1	<a href="http://silaslova.ru">http://silaslova.ru</a> <a href="http://buynet.ru">http://buynet.ru</a> <a href="http://ipk.admin.tstu.ru">http://ipk.admin.tstu.ru</a> <a href="http://www.orator.biz">http://www.orator.biz</a>	Беседа
2.	Виды общения.	1		Беседа
3.	Коммуникативная сторона	1		Просмотр

	общения. Невербальные статические средства общения			видеопрезентации и
4.	Динамические средства общения (мимика, жесты, позы).	1		Психологическая игра, проектная деятельность
5.	Условия эффективного общения. Схема идеального общения.	1		Беседа
6.	Умение слушать	1		Беседа
7.	Виды слушания	1		Беседа
8.	Техники активного слушания	1		Тренинг
9.	Интерактивная сторона общения. Общение как взаимодействие. Позиции в общении	1		Беседа
10.	Виды влияния. Характеристика влияния.	1		Обсуждение жизненных ситуаций
11.	Манипулирование.	1		Самоаттестация
12.	Виды манипуляций. Как распознать манипуляцию?	1		Беседа
13.	Как противостоять манипуляции	1		Тренинг
14.	Секреты воздействия рекламы	1		Работа с интернет-ресурсами
15.	Перцептивная сторона общения. Общение как взаимопонимание.	1		Беседа
16.	Деловое общение. Деловая беседа.	1		Беседа
17.	Контактная и ориентировочная фазы деловой беседы. Рефлексия.	1		Тест. Анкета
	Итого по курсу:	17		

#### Учебно -методические материалы:

1. Атоян А.Д. Конфликтология (конспект лекций), М., 2005.
2. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М., 2002.
3. Битянова М.Р. Социальная психология. – М.: ЭКСМО, 2002.
4. Вачков И.В., Дерябо С.Д. Окна в мир тренинга. – СПб.: Речь, 2004.
5. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. М.: Ось-89, 2001.
6. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты, М., 2005.
7. Грецов А.Г. Тренинг общения для подростков. СПб., 2005.
8. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы, СПб, 2000.
9. Иванова Е.Н. Эффективное общение и конфликты, СПб., 1997.
10. Касаткин С. Техника обратной связи, СПб., 2002.
11. Леонтьев Д.А. Психология смысла. М., 2007.
12. Лисовская Н.Б. Психологическое сопровождение профессиональной карьеры. СПб., 2004.
13. Майерс Д. Социальная психология. М., 2000.

14. Материалы семинаров Шевцовой И.В. «Психолог как продавец собственных услуг» и «Коррекция родительских отношений». ИПП «Иматон».
15. Морозов А.В. Деловая психология. СПб., 2000.
16. Набойкина Е. Установка на успех. Школьный психолог.2006.,№8.
17. Немов Р.С. Общая психология. М., 2003.
18. Парыгин Б.Д. Социальная психология. СПб., 1999.
19. Пезешкиан Х. Психотерапия повседневной жизни. СПб., 2001.
20. Пиз А. Язык телодвижений. М., 2002.
21. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Психология для старшеклассников. М., 2001.
22. Практикум по игровым технологиям в работе с детьми и подростками / Под ред. М.Р. Битяновой. – СПб., 2003.
23. Психогимнастика в тренинге / Под.ред. Н.Ю.Хрящевой. СПб, Речь,2000.
24. Психотерапевтическая энциклопедия / Под.ред. Б.Д.Карвасарского. СПб.,2000.
25. Психология /Под.ред. А.А.Крылова. М., 2000.
26. Рогов Е.И. Как стать взрослым. М., 2003.
27. Рогов Е.И. Психология группы. М., 2005.
28. Рогов Е.И. Психология общения. М.. 2000.
29. Руднева В.М. Настраивайтесь и побеждайте. СПб., 2004.
30. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте /Под ред. И.В. Дубровиной.-3-еизд. – М.: Издательский центр «Академия», 1998.
31. Рысев Н. Активные продажи. СПб., 2006.
32. Савченко М.Ю. Профориентация. Личностное развитие. Тренинг готовности к экзаменам. М., 2005.
33. Самоукина И.В. Психология профессиональной деятельности. СПб., 2003.
34. Самоукина И.В. Игры, в которые играют. (Психологический практикум) Дубна: Издательский центр Феникс, 1997.
35. Сарган Г.Н. Тренинг самостоятельности у детей. М., 1999.
36. Сидоренко Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности. СПб., Речь, 2004
37. Сизикова С.Ф.Основы делового общения, элективный курс для 10-11 классов изд. ДРОФА , Москва , 2006 г.
38. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология развития человека. – М., 2000
39. Степанов С. Язык внешности. М., 2003.
40. Стратегии жизни в современных условиях /Под.ред. И.П.Михайлова. СПб., 2004.
41. Толерантность в условиях социального и экономического кризиса: Материалы Всероссийской научно-практической конференции/Под ред. Н.А.Асташовой. – М: МПСИ, Брянск:БГУ,2002.
42. Толерантное сознание и формирование толерантных отношений (теория и практика): Сб.научн.-метод.Ст.- М.: Издательство Московского психолого-социального института,2002.
43. Турнет Д. Ролевые игры. Практическое руководство. – СПб.: Питер, 2002.
44. Тренинг развития жизненных целей: Программа психологического содержания социальной адаптации / Под.ред. Е.Г. Трошихиной. СПб. Речь, 2001.
45. Тхостов А.Ш. Психология телесности. М., 2002.

46. Фопель К. Энергия паузы. М., 2005.
47. Фопель К. Сплочённость и толерантность в группе. М., 2006.
48. Храпков И.Б. Телефонное общение в бизнесе. М., 2004.
49. Шевченко М.Ф. Как стать успешным? СПб., Речь., 2007.
50. Штейнбах Х.Э., Еленский В.И. Психология жизненного пространства. СПб. , 2004.

#### **Видеоматериалы**

1. Документальный фильм «Конфликты в природе».
2. Художественные фильмы «Бег», «Повелитель мух», «Двенадцать стульев», «Карнавальная ночь», «Самая обаятельная и привлекательная», «Собачье сердце», «Чучело», «Изгой».
3. Анимационный фильм «Конфликт».
4. Подборка фрагментов художественных фильмов «Модели взаимодействия».
5. Подборка фрагментов телевизионной рекламы.

#### **Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет:**

<http://silaslova.ru>

<http://buynet.ru>

<http://ipk.admin.tstu.ru>

<http://www.orator.biz>