

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Детско-юношеский центр»
Новоуральского городского округа

Принята на заседании
педагогического совета
от «30» августа 2019 г.



Утверждаю
Директор МБУ ДО «ДЮЦ» НГО
Гороховская О.В.
«30» августа 2019 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа социально-педагогической направленности
«Мир ПСИ»

Возраст обучающихся: 13-18 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Мизгулина Марина Альязмовна,
педагог дополнительного
образования

г. Новоуральск, 2019г.

I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Пояснительная записка.

Направленность программы: социально-педагогическая.

Новизна программы состоит в том, что занятия по программе позволяют подростку ответственно подойти к выбору будущей профессии в области психологии или педагогики.

Актуальность программы в том, что курс занятий способствует развитию способности к систематическому самовоспитанию культурных стремлений и навыков, достижению достаточно высокого уровня общения, хорошей психической саморегуляции, творческому подходу к делу, умения познавать и реалистически оценивать свои возможности.

Педагогическая целесообразность

В Концепции духовно-нравственного воспитания российских школьников прописана цель современного образования - воспитание ответственного, инициативного и компетентного гражданина России.

Процесс образования понимается не только как усвоение системы знаний, умений и навыков, составляющих инструментальную основу компетенций учащегося, но и как процесс развития личности, принятия духовно-нравственных, социальных и семейных и др. ценностей.

Выделяются основные результаты воспитания, развития личности: личностная культура, социальная культура, семейная культура.

Личностная культура:

- сформированность ценностно-смысловых ориентаций, нравственных ценностей: честность, доброта, искренность, милосердие и др.;
- развитие самосознания, позитивной самооценки и самоуважения;
- готовность и способность открыто выражать и отстаивать свою нравственно оправданную позицию, проявлять критичность к собственным намерениям, мыслям и поступкам;
- способность к самостоятельным поступкам и действиям, совершаемым на основе морального выбора, принятию ответственности за их результаты, - целеустремленность и настойчивость в достижении результата;
- трудолюбие, жизненный оптимизм, способность к преодолению трудностей;
- осознание ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью и духовной безопасности личности, умение противодействовать им в пределах своих возможностей.

Цель программы:

развитие личности, способной к самоопределению и самореализации, осознанному выбору будущей профессии.

Задачи:

Образовательные

- формирование психологической культуры, теоретических знаний по основам социальной психологии и по вопросам профилактики социально негативных явлений;
- формирование практических умений вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- обучение приемам саморегуляции в стрессовых ситуациях; умению конструктивно преодолевать конфликты.

Развивающие

- развитие общеучебных и специальных умений;
- развитие эмоциональной сферы, монологической речи учащихся, диалога, коммуникативной культуры;
- осуществление самоконтроля и самооценки.

Воспитательные

- осознание ценности других людей, ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения; - принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

1 год обучения обучающиеся получают знания и умения по основам социальной психологии, консультирования, профилактической работы.

2 год обучения

– углубление знаний по основам социальной психологии, консультирования, профилактической работы; закрепление полученных знаний в практике консультационной работы; разработка и реализация проектов социально-педагогической направленности.

Возраст обучающихся: 13-18 лет

Сроки реализации программы: 2 года

Объем программы – 432 учебных часа.

- 1 год обучения: 216 часов в год,
- 2 год обучения 216 часов в год

Периодичность и время проведения 3 раза в неделю по 2 часа

Формы обучения: групповые занятия, индивидуальные занятия.

Методы работы:

В программе используются следующие методы работы с группой:

- словесный;
- практический;
- наглядный;
- тренинговые технологии

Формы работы:

- дискуссия;
- мозговой штурм, как способ быстрого включения всех членов группы в работу на основе свободного выражения мыслей по предлагаемому к рассмотрению вопросу;
- сюжетно-ролевые игры - для наработки вариантов поведения в проблемных ситуациях;
- работа в малых группах;
- психологические игры – игры на знакомство, на сплочение группы, коммуникативные игры.

Методологическую основу программы составляют:

- теория деятельности А.Н.Леонтьева;
- работы Д.Б.Элькоина, Л.И.Божович, Д.И.Фельдштейна
- теория Бандуры (дети учатся тому, как себя вести, через подражание и положительное подкрепление приемлемого поведения).

Планируемые результаты

Предметные

- сформированность знаний по социальной психологии и по вопросам профилактики негативных явлений;
- сформированность умения вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- сформированность умения применять приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях; умения конструктивно разрешать конфликты.

Метапредметные:

Регулятивные УУД.

Обучающийся научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль результатов своей деятельности;
- адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы;

- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.

Познавательные УУД

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения заданий;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера
- устанавливать причинно-следственные связи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- применять и передавать информацию (устно, письменно, с использованием ИКТ), в том числе выступать публично.

Коммуникативные УУД

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров при выработке общего решения в совместной деятельности;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для партнёров образом;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое высказывание;
- вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- работать в группе - устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать; строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

Личностные

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём

- взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
 - принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
 - бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
 - осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Способы контроля освоения программы:

1. Опросник для идентификации акцентуаций характера у подростков (Е.А.Личко) – проводится 2 раза, входная и заключительная диагностика;
 2. Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению (К.Томас);
 3. Тест-опросник самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев)
 4. Исследование ценностных ориентаций (Фанталовой)
 5. Опросник профессиональной готовности Кабардова;
 6. Тесты по темам программы;
 7. Наблюдение за учащимися в процессе занятий;
 8. Защита проекта, участие в учебно-исследовательской конференции.
- Форма контроля допуска к волонтерской работе на Портале Доверия: проведение консультационных сессий на «Портале доверия».

1.2.Содержание программы

Задачи 1 года обучения

Обучающие

Знать

- основы социальной психологии;
- понятие «общение», виды общения
- чувства и эмоции;
- понятие «конфликт», виды конфликтов, способы разрешения конфликтов;
- особенности подросткового возраста. Акцентуации характера;
- формы, функции, особенности развития семьи, семейные стратегии. Поведение детей в разводе.

Уметь

- вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов
- применять приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- конструктивно разрешать конфликты

Развивающие

- развитие общеучебных и специальных умений;
- развитие эмоциональной сферы, монологической речи учащихся, диалога, коммуникативной культуры;
- осуществление самоконтроля и самооценки.

Воспитательные

- осознание ценности других людей, ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью;
- формирование готовности к осознанному выбору будущей профессии и реализации собственных жизненных планов;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения; - принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Учебный план 1 года обучения

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма организации	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика		
1 год						
1. 1-2	Вводное занятие Знакомство, мотивы личного участия в консультировании «равный-равному».- в содержание	4	2	2	групп	-
	1 раздел. Основы психологии					
3-11	Общение: цель, виды, формы, особенности	18	8	10	групп/инд.	тест
12-17	Чувства и эмоции, особенности проявления и восприятия, функции. Основные эмоции. Высшие чувства.	12	4	8	групп/инд.	тест
18-19	Основы психологических защит	4	2	2	групп/инд.	-
20-27	Понятие о конфликте, способы разрешения конфликтов. Личные, межличностные, детско-родительские конфликты, характеристика, особенности	16	6	10	групп/инд.	тест
28-36	Особенности подросткового возраста. Акцентуации характера. Девиантное, делинквентное поведение	18	8	10	групп/инд.	тест

37-41	Семья, формы, функции, особенности развития, семейные стратегии. Дети и развод.	10	4	6	групп/инд.	тест
42-47	Мужчина и женщина, понятие о гендере. Идеальный/реальный юноша (девушка)	12	4	8	групп/инд.	тест
48-50	Потери. Работа горя	6	2	4	групп/инд.	-
51-53	Жестокое обращение,насилие, домогательства. Помощь жертве.	6	2	4	групп/инд.	-
54 - 56	Одиночество. Пустота. Депрессии	6	2	4	групп/инд.	-
	2 раздел. Основы консультирования					
57-59	Личность консультанта.	6	4	2	групп/инд.	-
60 - 66	Понятие консультирования. Цели и задачи. Принципы. Проблематика обращений. Анализ диалогов.	14	10	4	групп/инд.	-
67-69	Работа с «отражением» чувств	6	4	2	групп/инд.	тест
70-78	Обучение навыкам консультирования на принципе «равный-равному». Активное слушание. Рефреминг. Стандартные фразы.	18	6	12	групп/инд.	наблюдение
79-81	«Я-другой», вопросы гендерного самоопределения	6	2	4	групп/инд.	-

82-84	«Навязчивые клиенты, хамы, приколисты»	6	2	4	групп/инд.	-
85-87	Просвещение и информирование. Особенности подачи информации. Социальные и медицинские службы.	6	2	4	групп/инд.	-
	3 раздел. Основы профилактической работы					
88-93	Зависимое поведение, формы, особенности формирования, методы помощи.	12	8	4	групп/инд.	тест
94-96	«Я выбираю жизнь». Работа с суицидом	6	2	4	групп/инд.	-
97-99	Профилактика выгорания в системе «человек-человек»	6	4	4	групп/инд.	-
	4 раздел. Супервизорские сессии					
100-105	Анализ диалогов Портала Доверия. Пробные диалоги.	12	-	12	групп/инд.	анализ результат
106-107	Контрольные тесты	4	2	2	инд.	тест
108	Подведение итогов работы, анализ анкет участников группы.	2	0	2	групп.	-
	Всего часов	216	88	128		

Содержание программы 1 года обучения.

Вводные занятия 1,2. (Знакомство, мотивы личного участия в консультировании «равный-равному»).

Знакомство, мотивы личного участия в консультировании «равный - равному».

Информация о «Портале доверия», обсуждение актуальности онлайн общения в режиме чата (вопрос-ответ) между волонтером и подростком.

Презентация «Портал и телефон Доверия».

Анкета саморефлексии, обсуждение.

Упр. «Монолог от имени», «Общий рисунок».

Рефлексия.

1 раздел. Основы психологии. Занятия 3-56.

Занятия 3-11 (Общение: виды, формы, особенности)

Знакомство с видами, формами, особенностями общения, формирование знаний о функции и структуре общения.

Тест : «Определение уровня общительности» В.Ф. Ряховского

Развитие навыков общения.

Упражнение « Первое знакомство» Упр. « Ожившая строка»

Коммуникативная сторона общения (вербальный компонент) Упр. «Передай, что нарисовано», Упр. « Мысль одна , а слов много».

Невербальная сторона общения, Упр. « Передать фразу», Упр. « Вокальная мимика»

Интерактивная сторона общения, Упр. « Ролевое общение», Упр. « Инициатива»

Перцептивная сторона общения, развитие навыков восприятия.

Тест « Определение уровня эмпатии», Упр. « Понял - не понял»

Упр. « Разведчик», Упр. « Зеркало»

Занятия 12-17 (Чувства и эмоции, особенности проявления и восприятия.).

Презентация «**Чувства и эмоции в нашей жизни**»

Функции чувств: Коммуникативная. Мотивирующая. Физиологическая.

Мир эмоций и чувств. Чувства – важнейшая характеристика личности.

Понятие о чувствах. Эмоциональные состояния и чувства. Отличие чувств от эмоций и аффектов. Чувства и их характерные черты. Классификация и виды чувств.

Становление эмоциональной сферы человека. Страхи и страшилки. Анализ психологической природы страха.

Злость и агрессия. Агрессия и агрессивность, их психологические проявления.

Высшие чувства. Возникновение и развитие высших чувств в истории человечества. Социальная функция чувств.

Смущение, застенчивость. Физические и психологические характеристики смущения и застенчивости, их психологические проявления.

Чувство стыда. Физические и психологические характеристики стыда, его психологические проявления. Роль стыда в социализации и развитии личности.

Чувство вины. Совесть. Чувство вины, угрызания совести. Физические и психологические характеристики вины и совести, их проявление в поведении. Конфликт между эгоистическими и нравственными чувствами. Моральный выбор.

Долг и ответственность. Чувство ответственности. Ответственность и свобода. Социальная ответственность. Локус контроля.

Честь и достоинство. Чувство долга. Честь и достоинство как ценностное отношение к себе. Понятие чести и достоинства в историческом аспекте. Привязанность. Одиночество. Истоки чувства привязанности. Развитие чувства привязанности в детском возрасте. Дружба. Привязанность и зависимость. Развитие независимости. Независимость и ответственность.

Одиночество реальное и мнимое. Свой внутренний мир как особая ценность. Интерес к себе, ощущение уникальности и непохожести на других. Потребность в одиночестве. Чувство одиночества и потребность в общении. Избирательность общения.

Любовь – чувство, действие, отношение. Виды любви. Любовь как высшее человеческое чувство. Любовь с первого взгляда. Первая любовь. Любовь взаимная и безответная. Влюбленность и любовь: их сходство и различие.

Работа с карточками «Эмоции», Упр. «Угадай чувство». Упр. «Горячий стул». Упр. «Найди пары чувств» Упр. «Письмо другу».

Проигрывание этюдов на отражение чувств и эмоций.

Занятия 18-19 (Основы психологических защит).

Виды психологических защит: отрицание, вытеснение, проекция, идентификация, рационализация, замещение, отчуждение.

Проективная методика «Дом, дерево, человек», обсуждение, анализ используемых защит.

Занятия 20-27 (Понятие о конфликте, способы разрешения конфликтов. Личные, межличностные, детско-родительские конфликты, характеристика, особенности)

Информация о конфликте, развитие навыков выхода из конфликтных ситуаций. Конфронтация или конфликт. Характеристика и особенности конфликтов. Личностный, межличностный конфликты.

Детско-родительский конфликты. Транзактный анализ (Родитель-Взрослый - Ребенок).

Тест «Томаса» «Стратегии поведения в конфликте»

Упр. «Слушайте активно», Упр. «Неожиданный ответ» Упр. Разбор конфликтных ситуаций (ролевые игры)

Занятия 28-36 (Особенности подросткового возраста. Акцентуации характера. Девиантное, делинквентное поведение).

Особенности подросткового возраста, понятие «Акцентуации характера», социальная перцепции, конформизме.

Презентация «Подростковый возраст»

Задачи подросткового возраста. Потребностей возраста.

Социально обусловленное поведение, конформное поведение. Групповые правила, влияние группы на личность.

«Белая ворона» сюжетно-ролевая игра.

Дискуссия «Групповое давление – возможности выстоять».

Формы асоциального поведения (девиантное поведение, делинквентное, аутодеструктивное). Игра «Подросток».

Понятие о девиантном поведении. Аддиктивное поведение, связь с делинквентностью.

Рисунок «Человек в трудной жизненной ситуации».

Мозговой штурм «Трудные жизненные ситуации».

Сюжетно - ролевые игры «Подросток в трудной жизненной ситуации».

Занятия 37-41 (Семья, формы, функции, особенности развития, семейные стратегии. Дети и развод)

Информация о современной о семье, о функциях, формах, особенностях семейных стратегий.

Функциональные/ дисфункциональные семьи. Неблагополучная семья.

Семьи с явной (открытой) формой неблагополучия: асоциальные (аддиктивные), конфликтные, аморально-криминальные.

Семьи внутренне неблагополучные (скрытая) форма неблагополучия(по Юстицкису): недоверчивая, легкомысленная, хитрая.

Презентация «Дети и развод», Упр. «Скульптура семьи», Упр. «Семейный портрет и интерьере...»

Основы родологии. Семейные традиции, истоки. Упр. «Золотой шар» - от прадедов к правнукам.

Упр. «Семейные запреты».

Этюд «Порог родного дома» (в технике психодрамы).

Занятия 42-47.

Сформировать представления о психологической дифференциации.

Маскулинные и феминные качества характера и личности.

Упр. «Идеальный юноша/девушка».

Упр. «Мужчины – с Марса, женщины - с Венеры»

Коллаж «Женский мир», «Мужской мир»

Подходы родологии в формировании женской/мужской личностной истории.

«Моя история» (родологический подход)

Занятия 48-50. Потери. Работа горя

Восприятие потери. Переживание в различных возрастных периодах.

Мультфильм «Жираф». Стадии горевания.

Сказка Г.Х.Андерсена «Девочка со спичками».

Занятия 51- 53. Жестокое обращение, насилие, домогательства. Помощь жертве.

Презентация «Жестокое обращение».

Рассказ И. С. Тургенева «Му-му»

Помощь жертве, Исцеление жертвы.

Занятия 54- 56. Одиночество. Пустота. Депрессии

Рисунок «Одиночество». Ресурсы человека. Упр. «Дом в снегах».

Виды депрессий. Опросник FPI. Виды помощи.

2 раздел. Основы консультирования.

Занятия 57- 59. Личность консультанта

Личностные черты, необходимые для эффективной работы консультанта.

Обсуждение основных качеств консультанта по Абрамовой Г.С., по Р Качюносу. Мозговой штурм «Эффективный консультант – это.. »

Упр. «Карточки - характеристики». Упр. «Какой Я?» Рисунок «Я» (арт-терапевтическая методика)

Занятия 60-66. Понятие консультирования. Цели и задачи. Принципы. Проблематика обращений на Портал Доверия. Упр. «Кто обращается на ПД и ТД»

Виды психологического консультирования. Позиция консультанта. Позиция абонента.

Принципы: анонимность, конфиденциальность, доступность. Режим работы ПД и ТД.

Классификация проблем. Упр. «Классификация проблем обращения». Упр. «Идеальный консультант» Упр. «Чего ждет абонент?»

Занятия 67-69. Работа с «отражением» чувств

Эксперимент «Закрытая часть лица».

Определить чувства в предложенных ситуациях.

Анализ чувств в пробных диалогах Портала Доверия.

Занятия 70-78 Обучение навыкам консультирования на принципе «равный-равному». Активное слушание. Рефреминг. Стандартные фразы.

Приемы активного слушания. Отработка навыков активного слушания.

Приемы лингвистического консультирования (перефразирование, повторение фразы своими словами, повторение последних слов и т.д.) Отработка навыков лингвистического консультирования. Стандартные фразы.

Анализ пробных диалогов (Лариса, Илья)

Занятия 78-81 «Я-другой», вопросы гендерного самоопределения

Разбор диалогов юношей и девушек о гендерном самоопределении.

Упр. «Карточки за спиной». Упр. «Кто будет общаться?»

Занятия 82-84 «Навязчивые клиенты, хамы, приколисты»

Упр. «Портрет навязчивых клиентов, хамов, приколистов» Упр. «Третья позиция в консультировании»

Обсуждение «Чувства, которые я испытываю... »

Занятия 85-87 Просвещение и информирование. Особенности подачи информации. Социальные и медицинские службы.

Справочная информация на Портале Доверия.

Упр. «Рекомендация» Упр. «Карта города»

Разбор пробных информационных ситуаций.

3 раздел. Основы профилактической работы

Занятия 88-93. (Зависимое поведение, формы, особенности формирования, методы помощи)

Знакомство с био-психо-социо-духовной моделью заболевания, этапами формирования зависимости.

«Почему люди начинают употреблять ПАВ» работа в малых группах

Механизм формирования зависимости (био-психо-социо-духовная модель заболевания), этапы развития болезни.

Упр. «Роли детей в алкогольной семье».

«Дети и наркотики» (фильм)

Семья как система. Химическая зависимость – семейное заболевание.

Проблема созависимости. Упражнение «Созависимость», «Костыль».

Фильмы ОО «Общее дело»

Занятия 94-96. «Я выбираю жизнь». Работа с суицидом

Презентация «Профилактика суицидального поведения».

Теоретические основы профилактики суицидального поведения.

Разбор диалогов из практики «Портала Доверия»

Занятия 97-99. Профилактика выгорания в системе «человек-человек»

Сформировать навык бережного отношения к личным ресурсам (профилактика эмоционального выгорания)

Тест «Профессиональная идентичность»

Тест «Самооценка эмоционального состояния при работе с клиентом»

Тренинг «Профилактика эмоционального состояния».

Мозговой штурм «Это поддерживает ...»

Сюжетно-ролевые игры «Ситуации эмоционального напряжения».

4 раздел. Супервизорские сессии

Занятия 100-105.

Проведение пробных диалогов. Анализ диалога. Поиск вариантов выхода из заявленной ситуации. Контракт. Эмоциональное отреагирование. Передача на очное консультирование. Заполнение журнала обращений.

Занятие 108

Подведение итогов подготовки группы волонтеров «Портала доверия».

Групповой рисунок «Мир Портала Доверия»;

Упр. «Ожерелье пожеланий»; Упр. «Ладонка».

Планируемые результаты

Предметные

- сформированность знаний по социальной психологии и по вопросам профилактики негативных явлений;
- сформированность умения вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- сформированность умения применять приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях; умения конструктивно разрешать конфликты.

Метапредметные:

Регулятивные УУД.

Обучающийся научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль результатов своей деятельности;

- адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы;
- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.

Познавательные УУД

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения заданий;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера
- устанавливать причинно-следственные связи;

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- применять и передавать информацию (устно, письменно, с использованием ИКТ), в том числе выступать публично;

Коммуникативные УУД

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров при выработке общего решения в совместной деятельности;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для партнёров образом;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое высказывание;
- вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- работать в группе - устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать; строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

Личностные

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Задачи 2 года обучения

Обучающие

Знать

- основы социальной психологии;
- чувства и эмоции, высшие чувства: моральные, интеллектуальные, эстетические;
- основы формирования зависимости: алкоголизм, наркомания, табакокурение. Интернет зависимость.
- основы профилактики ВИЧ-инфекции,
- подходы к работе с детьми – инвалидами, дети с ОВЗ. Психопатологии.
- подходы к работе с жестоким обращением, насилием, домогательствами.

Уметь

- вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов
- применять приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях;
- конструктивно разрешать конфликты

Развивающие

- развитие общеучебных и специальных умений;
- развитие эмоциональной сферы, монологической речи учащихся, диалога, коммуникативной культуры;
- осуществление самоконтроля и самооценки.

Воспитательные

- осознание ценности других людей, ценности человеческой жизни, нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, физическому и нравственному здоровью;
- формирование готовности к осознанному выбору будущей профессии и реализации собственных жизненных планов;

- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения; - принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- мотивация на волонтерскую деятельность на Портале Доверия;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

Учебный план 2 года обучения

№ п/п	Тема	Кол-во часов			Форма организации	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика		
1.1	«Мы – волонтеры». Обсуждение плана работы на год. Подбор тем проектной деятельности.	2	0	2	групп	-
2.2-10	Чувства и эмоции. Высшие чувства: моральные, интеллектуальные, эстетические. М/ф «Первая любовь».	18	6	12	групп/инд.	тест
3.11-30	Зависимости: алкоголизм, наркомания, табакокурение. Интернет зависимость.	40	20	20	групп/инд.	тест
4.31-34	ВИЧ/СПИД Профилактика ВИЧ-инфекции. «Дневник Насти»	8	4	4	групп/инд.	тест
5.35-45	Депрессия. Потери, работа горя. Суицид.	24	12	12	групп/инд.	тест

6. 46- 57	«Особенные дети». Дети – инвалиды, дети с ОВЗ. Психопатологии. Фильм «Класс коррекции»	24	14	10	групп/инд.	тест
7. 58- 63	Жестокое обращение. Насилие. Домогательства.	12	8	4	групп/инд.	тест
8. 64- 66	Гендерная психология. Я – другой.	6	2	4	групп/инд.	-
9. 67- 69	«Навязчивые клиенты, хамы, приколисты»	6	2	4	групп/инд.	-
10. 70- 72	Профилактика выгорания	6	2	4	групп/инд.	-
11. 73- 81	Работа над Проектом	18	-	18	групп/инд.	защита Проекта
12. 82- 106	Супервизорские сессии	48	0	48	групп/инд.	
13. 107	Контрольные тесты	2		2	инд.	тест
14. 108	Подведение итогов работы, анализ анкет участников группы.	2	2	0	групп.	-
	Всего часов	216	72	144		

Содержание программы 2 года обучения.

Тема 1. Занятие 1

«Мы – волонтеры». Обсуждение плана работы на год.

Обсуждение тематического плана. Входное тестирование по методикам: Опросник для идентификации акцентуаций характера у подростков (Е.А.Личко), диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению (К.Томас); тест-опросник самооотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев), исследование ценностных ориентаций (Фанталовой)

Тема 2. Занятия 2-10

Чувства и эмоции. Высшие чувства. «Первая любовь».

Развитие навыка осознания и отражения чувств и эмоций.
Понятие о высших чувствах: любовь, сострадание, альтруизм.
Рассказ «Бомжиха», обсуждение, написание эссе по рассказу.
Рассказ «Мой брат», обсуждение, написание эссе по рассказу.
Мультфильм Петрова «Первая любовь», обсуждение, анализ.
Пробные диалоги.
Ответы на письма.

Тема 3. Занятия 11-30

Зависимости: алкоголизм, наркомания. Компьютерная зависимость.

Повышение уровня информированности о зависимостях от ПАВ и компьютеров. Развитие навыка консультирования вопросов алкогольной и наркотической зависимостей.

Био-психо-социо-духовная модель зависимого поведения.

Виды ПАВ. «Общее дело» Фильм Секреты манипуляции. Алкоголь.
Мультфильм Тайна едкого дыма.

Дети из алкогольной семьи. Роли детей. Созависимость. Треугольник Карпмана (жертва, преследователь, спасатель).

Современные виды наркотиков: соли и спайсы.

Реабилитация и лечение наркозависимых.

Центры реабилитации. Формы работы (12 шагов)

«Общее дело» Фильм Наркотики секреты манипуляции

Безопасный интернет. Признаки интернет – зависимости.

Пробные диалоги

Тема 4. Занятия 31-34

ВИЧ/СПИД Профилактика ВИЧ-инфекции. «Дневник Насти»

Повышение уровня информированности в вопросах ВИЧ/СПИДа

Теоретический блок (презентация СПИД-центра)

Игра «Степной огонь», Игра «Степень риска»

Фильм «Дневник Насти», обсуждение.

Пробные диалоги

Тема 5. Занятия 35-45

Депрессия. Потери, работа горя. Суицид.

Сформировать представление о работе горя, о возможностях он-лайн консультирования в вопросах профилактики суицида.

Мультфильм «Жирав». Стадии горя. Обсуждение

Понятие о депрессии, клиника, возможности работы консультанта.

Презентация «профилактика суицида»

Опросник «Личко», акцентуации характера. Типы акцентуаций характера подростков склонных к суицидальному поведению.

Потеря и утрата. Возможности работы в он-лайн консультировании.

Фильм «Осень в Нью - Йорке»

Фильм «Спеши любить»

Пробные диалоги.

Тема 6. Занятия 46 - 57

**«Особенные дети». Дети – инвалиды, дети с ОВЗ. Психопатологии.
«Класс коррекции»**

Сформировать представление об «особых детях» и возможностях он-лайн консультирования семей с «особыми детьми».

Теоретический блок: «особые дети – кто они?»

Дети аутисты. Фильм «Человек дождя», обсуждение.

Дети с синдромом Дауна. Фильм «Солнечные дети», обсуждение.

Дети с ЗПР. Фильм «Класс коррекции», обсуждение.

Дети-инвалиды. Фильм «Лучше не бывает», обсуждение.

Семья с «особым ребенком»

Пробные диалоги.

Тема 7. Занятия 58-63

Жестокое обращение. Насилие. Домогательства.

Информирование о жестком обращении (Насилие, домогательства, причинение вреда здоровью).

Презентация «Жестокое обращение с детьми в семье»

Жертвы изнасилования. Оказание помощи и реабилитация.

Арт-терапевтические техники (Песок, рисунки, изготовление кукол)

Фильм «Ворошиловский стрелок»

Пробные диалоги.

Тема 8. Занятия 64-66

Гендерная психология. Я – другой.

Обсуждение возможностей он-лайн консультирования вопросов сексуальных меньшинств.

Современные подходы к гендерному самоопределению. Понятия о гей и феминистских сообществах.

Фильм «Красота по-американски»

Пробный диалог

Тема 9. Занятия 67-69

«Навязчивые клиенты, хамы, приколисты»

Формирование позиции консультантов при обращении особых категорий абонентов.

Пробные диалоги.

Разбор диалогов Портала Доверия.

Тема 10. Занятия 70-72

Профилактика выгорания

Отработка навыков профессиональной саморефлексии. Профилактика депрессивных состояний, профессиональных деформаций.

Арт-терапевтические методики.

Самодиагностика

Юмор в жизни консультанта (101 байка)

Тема 11. Занятия 73-81

Работа над проектом.

Тема 12. Занятия 82- 106

Супервизорские сессии

Отработка навыков консультирования на Портале Доверия.
Разбор диалогов. Ответы на письма. Пробные диалоги с куратором.

Тема 13. Занятие 107

Контрольные тесты по материалу курса

Тема 14. Занятие 108

Подведение итогов подготовки группы волонтеров «Портала доверия».

Планируемые результаты

Предметные

- сформированность знаний по социальной психологии и по вопросам профилактики негативных явлений;
- сформированность умения вести конструктивный диалог, достигать взаимопонимания, сотрудничать для достижения общих результатов;
- сформированность умения применять приемы саморегуляции в стрессовых ситуациях; умения конструктивно разрешать конфликты.

Метапредметные:

Регулятивные УУД.

Обучающийся научится:

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- осуществлять итоговый и пошаговый контроль результатов своей деятельности;
- адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.

Обучающийся получит возможность научиться:

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы;
- основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
- прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.

Познавательные УУД

Обучающийся научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения заданий;
- осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме, в том числе творческого и исследовательского характера
- устанавливать причинно-следственные связи;

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;

- применять и передавать информацию (устно, письменно, с использованием ИКТ), в том числе выступать публично;

Коммуникативные УУД

Обучающийся научится:

- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров при выработке общего решения в совместной деятельности;
- аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для партнёров образом;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач; владеть устной и письменной речью; строить монологическое высказывание;
- вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем;
- работать в группе - устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать; строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

Личностные

- сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;
- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;
- нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;
- принятие и реализацию ценностей здорового и безопасного образа жизни, неприятие вредных привычек: курения, употребления алкоголя, наркотиков;
- бережное, ответственное и компетентное отношение к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей;
- осознанный выбор будущей профессии и возможностей реализации собственных жизненных планов.

**II. Комплекс организационно-педагогических условий реализации
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей
программы**

2.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график 1 группы 1 года обучения

Месяц	Сентябрь			Октябрь				Ноябрь					Декабрь				Январь					
Недели обучения	11.09-17.09	18.09-24.09	25.09-01.10	02.10-08.10	09.10-15.10	16.10-22.10	23.10-29.10	30.10-05.11	06.11-12.11	13.11-19.11	20.11-26.11	27.11-03.12	04.12-10.12	11.12-17.12	18.12-24.12	25.12.-31.12	08.01-14.01	15.01-21.01	22.01-28.01			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19			
Теория	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
Практика	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2		
Индивид.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2		
Контроль							к									к						
Аттестация																						
	Февраль				Март				Апрель				Май									
Недели обучения	29.01-04.02	05.02-11.02	12.02-18.02	19.02-25.02	26.02-04.03	05.03-11.03	12.03-18.03	19.03-25.03	26.03-01.04	02.04-08.04	09.04-15.04	16.04-22.04	23.04-29.04	30.04-06.05	07.05-13.05	14.05-20.05	21.05-27.05					
	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36					
Теория	2	2	2	2	2	2	2	2	2												36	216
Практика	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4			
Индивид.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2			
Контроль				к					к				к									
Аттестация																				А		

2.2. Условия реализации программы:

Сведения о помещении, в котором проводятся занятия: кабинет

Перечень оборудования учебного помещения:

- рабочие столы и стулья по количеству обучающихся и педагога,
- 2 шкафа для хранения дидактических пособий и учебных материалов

Перечень технических средств обучения:

- компьютер - 1
- принтер - 1
- планшет - 1
- фотоаппарат-1.

Перечень материалов необходимых для занятий:

- ватман - А1 24 листа
- краски акварельные - 4
- краски гуашь - 3
- клей карандаш - 10
- фломастеры - 12 цветов 3 упак.
- наборы цветной бумаги - 5

2.3. Формы аттестации/контроля

Текущий контроль осуществляется в процессе прохождения программы по каждой изученной теме (разделу). Результаты заносятся в

диагностическую карту.

Содержание контроля определяется на основании содержания программного материала.

Формы проведения текущего контроля успеваемости: тестирование, опрос, контрольные задания (пробные диалоги).

Промежуточная аттестация - это оценка качества освоения учащимися содержания конкретной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей.

Промежуточная аттестация определяет успешность развития учащегося и освоение им дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы на определенном этапе обучения.

Сроки проведения промежуточной и итоговой аттестации определяются календарным учебным графиком – по окончании каждого полугодия текущего учебного года.

Итоговая аттестация – это оценка качества усвоения учащимися содержания по завершении освоения всего образовательного курса дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы проводится на итоговом занятии.

Если учащийся в течение учебного года добивается успехов (становится победителем или призером) на внутренних или внешних профильных мероприятиях, то он считается аттестованным.

2.4.Оценочные материалы

Тесты по разделам программы

Тема. Общение: цель, виды, формы, особенности

1.Потребность в общении

- появляется с речью
- относится к числу основных (базовых) потребностей человека +
- может быть, а может - и нет.

2. Общение - это определенный вид человеческой деятельности и многогранный процесс, включающий в себя: (вычеркнуть лишнее)

- формирование определенных образцов и моделей поведения;
- взаимодействие людей;
- взаимное влияние людей друг на друга;
- обмен информацией;
- формирование отношений между людьми;
- взаимное переживание и понимание друг друга

3.Перцептивная сторона общения

- процесс восприятия, познания и понимания людьми друг друга с последующим установлением на этой основе определенных межличностных отношений. +
- состоит во взаимном обмене информацией между людьми, передаче и приеме знаний, идей, мнений, чувств.
- заключается в обмене действиями, т.е. в организации межличностного взаимодействия.

4. Коммуникативная сторона общения

- процесс восприятия, познания и понимания людьми друг друга с последующим установлением на этой основе определенных межличностных отношений.
- состоит во взаимном обмене информацией между людьми, передаче и приеме знаний, идей, мнений, чувств. +
- заключается в обмене действиями, т.е. в организации межличностного взаимодействия.

5. Интерактивная сторона общения

- процесс восприятия, познания и понимания людьми друг друга с последующим установлением на этой основе определенных межличностных отношений.
- состоит во взаимном обмене информацией между людьми, передаче и приеме знаний, идей, мнений, чувств.
- заключается в обмене действиями, т.е. в организации межличностного взаимодействия. +

6. Вербальное общение

- осуществляется с помощью слов. К вербальным средствам общения относится человеческая речь. +
- осуществляется с помощью жестов;
- осуществляется с помощью мимики;
- осуществляется с помощью пантомимики.

Тема. Чувства и эмоции, особенности проявления и восприятия, функции. Основные эмоции. Высшие чувства.

1. Моральные, практические, интеллектуальные, эстетические — это разновидности...

- чувств +
- аффектов
- эмоций
- эффектов

2. Сильное и относительно кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств — это

- аффект +
- страсть
- чувство
- настроение

3. К функциям эмоций не относится:

- защитная
- регулирующая
- отражательно-оценочная
- планирующая +

4. Эмоции

- кратковременны и ситуативны +
- длительны
- планируемы

5. Чувства

- говорят об особенностях конкретной ситуации.
- более стабильны и говорят больше о самом человеке +

Тема. Понятие о конфликте, способы разрешения конфликтов.

1. Конфликт это –

- нежелательное явление, потому, по возможности, нужно его обходить и безотлагательно разрешать, при малейшем его проявлении;
- конфронтация сторон, сил, мнений, переход конфликтной ситуации в открытую конфронтацию;
- отсутствие взаимопонимания меж двумя и более сторонами - группами или лицами. +

2. Сколько способов разрешения конфликтов рассматриваются в теории Томаса

- 8
- 3
- 5 +

3. Разрешение конфликта с учетом интересов обеих сторон, это:

- Компромисс
- Сотрудничество+
- Приспособление

4. Конфликт интересов, установок самого человека называется

- Надличностным
- Межличностным
- Внутриличностным

5. В транзактном анализе конфликта Э.Берна рассмотрены три субличности:

- Отец, мать, ребенок
- Взрослый, родитель, ребенок +
- Он, Я, они.

Диагностики и методики используемые в работе

Тест межличностных отношений Лири

Инструкция

"Вам будут представлены суждения, касающиеся характера человека, его взаимоотношений с окружающими людьми. Внимательно прочтите каждое суждение и оцените, соответствует ли оно Вашему представлению о себе.

Поставьте на бланке ответов знак " + " против номеров тех определений, которые соответствуют Вашему представлению о себе, и знак " – " против номеров тех утверждений, которые не соответствуют Вашему представлению о себе. Старайтесь быть искренним. Если нет полной уверенности, знак " + " не ставьте.

После оценивания своего реального "Я" вновь прочтите все суждения и отметьте те из них, которые соответствуют Вашему представлению о том, каким Вам, по Вашему мнению,

Методика может быть представлена респонденту либо списком (по алфавиту или в случайном порядке), либо на отдельных карточках. Ему предлагается указать те утверждения, которые соответствуют его представлению о себе, относятся к другому человеку или его идеалу.

Обработка результатов

На первом этапе обработки данных производится подсчет баллов по каждой октанте с помощью ключа к опроснику.

Ключ

1. Авторитарный: 1 – 4, 33 – 36, 65 – 68, 97 – 100.
2. Эгоистичный: 5 – 8, 37 – 40, 69 – 72, 101 – 104.
3. Агрессивный: 9 – 12, 41 – 44, 73 – 76, 105 – 108.
4. Подозрительный: 13 – 16, 45 – 48, 77 – 80, 109 – 112.
5. Подчиняемый: 17 – 20, 49 – 52, 81 – 84, 113 – 116.
6. Зависимый: 21 – 24, 53 – 56, 85 – 88, 117 – 120.
7. Дружелюбный: 25 – 28, 57 – 60, 89 – 92, 121 – 124.
8. Альтруистический: 29 – 32, 61 – 64, 93 – 96, 125 – 128.

На втором этапе полученные баллы переносятся на диаграмму, при этом расстояние от центра круга соответствует числу баллов по данной октанте (минимальное значение — 0, максимальное — 16). Концы таких векторов соединяются и образуют профиль, отражающий представление о личности данного человека. Очерченное пространство заштриховывается. Для каждого представления строится отдельная диаграмма, на которой оно характеризуется по выраженности признаков каждой октанты.

Психограмма

На третьем этапе с помощью формул определяются показатели по двум основным параметрам «Доминирование» и «Дружелюбие»:

Доминирование = $(I - V) + 0,7 \times (VIII + II - IV - VI)$

Дружелюбие = $(VII - III) + 0,7 \times (VIII - II - IV + VI)$

Таким образом, система баллов по 16 межличностным переменным превращается в два цифровых индекса, которые характеризуют представление субъекта по обозначенным параметрам.

В результате проводится анализ личностного профиля – определяются типы отношения к окружающим.

Интерпретация результатов

Подсчет баллов ведется отдельно для каждой оцениваемой личности. Показателем нарушения отношений с определенным лицом является разница между представлениями человека о нем и желаемом его образе в качестве партнера по общению.

Максимальная оценка уровня – 16 баллов, но она разделена на четыре степени выраженности отношения:

Положительное значение результата, полученного по формуле "доминирование", свидетельствует о выраженном стремлении человека к лидерству в общении, к доминированию. Отрицательное значение указывает на тенденцию к подчинению, отказу от ответственности и позиции лидерства.

Положительный результат по формуле "дружелюбие" является показателем стремления личности к установлению дружелюбных отношений и сотрудничеству с окружающими. Отрицательный результат указывает на проявление агрессивно-конкурентной позиции, препятствующей сотрудничеству и успешной совместной деятельности. Количественные результаты являются показателями степени выраженности этих характеристик.

Наиболее заштрихованные на профиле октанты соответствуют преобладающему стилю межличностных отношений данного индивида. Характеристики, не выходящие за пределы 8 баллов, свойственны гармоничным личностям. Показатели, превышающие 8 баллов, свидетельствуют об акцентуации свойств, выявляемых данным октантом. Баллы, достигающие уровня 14-16, свидетельствуют о трудностях социальной адаптации. Низкие показатели по всем октантам (0-3 балла) могут быть результатом скрытности и неоткровенности испытуемого. Если в психограмме нет октантов, заштрихованных выше 4-х баллов, то данные сомнительны в плане их достоверности: ситуация диагностики не располагала к откровенности.

Первые четыре типа межличностных отношений (октанты 1-4) характеризуются тенденцией к лидерству и доминированию, независимостью мнения, готовностью отстаивать собственную точку зрения в конфликте. Другие четыре октанта (5-8) – отражают преобладание конформных установок, неуверенность в себе, податливость мнению окружающих, склонность к компромиссам.

В целом интерпретация данных должна ориентироваться на преобладание одних показателей над другими и в меньшей степени - на абсолютные величины. В норме обычно не наблюдаются значительные расхождения между «Я» актуальным и идеальным. Умеренное расхождение может рассматриваться как необходимое условие самосовершенствования.

Неудовлетворенность собой чаще наблюдается у лиц с заниженной самооценкой (5,6,7 октанты), а также у лиц, находящихся в ситуации затянувшегося конфликта (4 октант). Преобладание одновременно 1 и 5 октанта свойственно лицам с проблемой болезненного самолюбия, авторитарности, 4 и 8 – конфликт между стремлением к признанию группой и враждебностью, т.е. проблема подавленной враждебности, 3 и 7 – борьба мотивов самоутверждения и аффилиации, 2 и 6 – проблема независимости-подчиняемости, возникающая в сложной служебной или иной ситуации, вынуждающей повиноваться вопреки внутреннему протесту.

Личности, у которых обнаруживаются доминантные, агрессивные и независимые черты поведения, значительно реже проявляют недовольство

своим характером и межличностными отношениями, однако и у них может выявляться тенденция к совершенствованию своего стиля межличностного взаимодействия с окружением. При этом возрастание показателей того или иного октанта определит направление, по которому самостоятельно движется личность в целях самосовершенствования, степень осознания имеющихся проблем, наличие внутриличностных ресурсов.

Типы межличностных отношений

I. Авторитарный

13 - 16 – диктаторский, властный, деспотический характер, тип сильной личности, которая лидирует во всех видах групповой деятельности. Всех наставляет, поучает, во всем стремится полагаться на свое мнение, не умеет принимать советы других. Окружающие отмечают эту властность, но признают ее.

9 - 12 – доминантный, энергичный, компетентный, авторитетный лидер, успешный в делах, любит давать советы, требует к себе уважения. 0-8 – уверенный в себе человек, но не обязательно лидер, упорный и настойчивый.

II. Эгоистичный

13 - 16 – стремится быть над всеми, но одновременно в стороне от всех, самовлюбленный, расчетливый, независимый, себялюбивый. Трудности перекладывает на окружающих, сам относится к ним несколько отчужденно, хвастливый, самодовольный, заносчивый.

0 - 12 – эгоистические черты, ориентация на себя, склонность к соперничеству.

III. Агрессивный

13 - 16 – жесткий и враждебный по отношению к окружающим, резкий, жесткий, агрессивность может доходить до асоциального поведения.

9 - 12 – требовательный, прямолинейный, откровенный, строгий и резкий в оценке других, непримиримый, склонный во всем обвинять окружающих, насмешливый, ироничный, раздражительный.

0 - 8 – упрямый, упорный, настойчивый и энергичный.

IV. Подозрительный

13 - 16 – отчужденный по отношению к враждебному и злобному миру, подозрительный, обидчивый, склонный к сомнению во всем, злопамятный, постоянно на всех жалуется, всем недоволен (шизоидный тип характера).

9 - 12 – критичный, необщительный, испытывает трудности в интерперсональных контактах из-за неуверенности в себе, подозрительности и боязни плохого отношения, замкнутый, скептический, разочарованный в людях, скрытный, свой негативизм проявляет в вербальной агрессии.

0 - 8 – критичный по отношению ко всем социальным явлениям и окружающим людям.

V. Подчиняемый

13 - 16 – покорный, склонный к самоунижению, слабовольный, склонный уступать всем и во всем, всегда ставит себя на последнее место и осуждает себя, приписывает себе вину, пассивный, стремится найти опору в ком-либо более сильном.

9 - 12 – застенчивый, кроткий, легко смущается, склонен подчиняться более сильному без учета ситуации.

0 - 8 – скромный, робкий, уступчивый, эмоционально сдержанный, способный подчиняться, не имеет собственного мнения, послушно и честно выполняет свои обязанности.

VI. Зависимый

13 - 16 – резко неуверенный в себе, имеет навязчивые страхи, опасения, тревожится по любому поводу, поэтому зависим от других, от чужого мнения. 9-12 – послушный, боязливый, беспомощный, не умеет проявить сопротивление, искренне считает, что другие всегда правы.

0 - 8 – конформный, мягкий, ожидает помощи и советов, доверчивый, склонный к восхищению окружающими, вежливый.

VII. Дружелюбный

9 - 16 – дружелюбный и любезный со всеми, ориентирован на принятие и социальное одобрение, стремится удовлетворить требования всех, "быть хорошим" для всех без учета ситуации, стремится к целям микрогрупп, имеет развитые механизмы вытеснения и подавления, эмоционально лабильный (истероидный тип характера).

0 - 8 – склонный к сотрудничеству, кооперации, гибкий и компромиссный при решении проблем и в конфликтных ситуациях, стремится быть в согласии с мнением окружающих, сознательно конформный, следует условностям, правилам и принципам "хорошего тона" в отношениях с людьми, инициативный энтузиаст в достижении целей группы, стремится помогать, чувствовать себя в центре внимания, заслужить признание и любовь, общительный, проявляет теплоту и дружелюбие в отношениях.

VIII. Альтруистический

9 - 16 – гиперответственный, всегда приносит в жертву свои интересы, стремится помочь и сострадать всем, навязчивый в своей помощи и слишком активный по отношению к окружающим, принимает на себя ответственность за других (может быть только внешняя "маска", скрывающая личность противоположного типа).

0 - 8 – ответственный по отношению к людям, деликатный, мягкий, добрый, эмоциональное отношение к людям проявляет в сострадании, симпатии, заботе, ласке, умеет подбодрить и успокоить окружающих, бескорыстный и отзывчивый.

Первые четыре типа межличностных отношений — 1, 2, 3 и 4 — характеризуются преобладанием неконформных тенденций и склонностью к дизъюнктивным (конфликтным) проявлениям (3, 4), большей независимостью мнения, упорством в отстаивании собственной точки зрения, тенденцией к лидерству и доминированию (1, 2).

Другие четыре октанта — 5, 6, 7, 8 — представляют противоположную картину: преобладание конформных установок, конгруэнтность в контактах с окружающими (7, 8), неуверенность в себе, податливость мнению окружающих, склонность к компромиссам (5, 6).

Текст опросника

Инструкция: Вам предлагается список характеристик. Следует внимательно прочесть каждую и решить, соответствует ли она вашему представлению о себе. Если соответствует, то пометьте её в протоколе крестиком, если не соответствует – ничего не ставьте. Если нет полной уверенности, крестик не ставьте. Старайтесь быть искренними.

1. Другие думают о нем благосклонно
2. Производит впечатление на окружающих
3. Умеет распоряжаться, приказывать
4. Умеет настоять на своем
5. Обладает чувством достоинства
6. Независимый
7. Способен сам позаботиться о себе
8. Может проявлять безразличие
9. Способен быть суровым
10. Строгий, но справедливый
11. Может быть искренним
12. Критичен к другим
13. Любит поплакаться
14. Часто печален
15. Способен проявлять недоверие
16. Часто разочаровывается
17. Способен быть критичным к себе
18. Способен признать свою неправоту
19. Охотно подчиняется
20. Уступчивый
21. Благодарный
22. Восхищающийся, склонный к подражанию
23. Уважительный
24. Ищущий одобрения
25. Способный к сотрудничеству, взаимопомощи
26. Стремится ужиться с другими
27. Дружелюбный, доброжелательный
28. Внимательный, ласковый
29. Деликатный
30. Ободряющий
31. Отзывчивый на призывы о помощи
32. Бескорыстный
33. Способен вызывать восхищение
34. Пользуется у других уважением
35. Обладает талантом руководителя
36. Любит ответственность
37. Уверен в себе
38. Самоуверен, напорист
39. Деловитый, практичный
40. Любит соревноваться

41. Стойкий и упорный, где надо
42. Неумолимый, но беспристрастный
43. Раздражительный
44. Открытый, прямолинейный
45. Не терпит, чтобы им командовали
46. Скептичен
47. На него трудно произвести впечатление
48. Обидчивый, щепетильный
49. Легко смущается
50. Неуверенный в себе
51. Уступчивый
52. Скромный
53. Часто прибегает к помощи других
54. Очень почитает авторитеты
55. Охотно принимает советы
56. Доверчив и стремится радовать других
57. Всегда любезен в общении
58. Дорожит мнением окружающих
59. Общительный, уживчивый
60. Добросердечный
61. Добрый, вселяющий уверенность
62. Нежный, мягкосердечный
63. Любит заботиться о других
64. Бескорыстный, щедрый
65. Любит давать советы
66. Производит впечатление значительного человека
67. Начальственно повелительный
68. Властный
69. Хвастливый
70. Надменный и самодовольный
71. Думает только о себе
72. Хитрый, расчетливый
73. Нетерпим к ошибкам других
74. Корыстный
75. Откровенный
76. Часто недружелюбен
77. Озлобленный
78. Жалобщик
79. Ревнивый
80. Долго помнит свои обиды
81. Самобичующийся
82. Застенчивый
83. Безынициативный
84. Кроткий
85. Зависимый, несамостоятельный

86. Любит подчиняться
87. Предоставляет другим принимать решения
88. Легко попадает впросак
89. Легко поддается влиянию друзей
90. Готов довериться любому
91. Благорасположен ко всем без разбора
92. Всем симпатизирует
93. Прощает все
94. Переполнен чрезмерным сочувствием
95. Великодушен, терпим к недостаткам
96. Стремится покровительствовать
97. Стремится к успеху
98. Ожидает восхищения от каждого
99. Распоряжается другими
100. Деспотичный
101. Сноб, судит о людях лишь по рангу и достатку
102. Тщеславный
103. Эгоистичный
104. Холодный, черствый
105. Язвительный, насмешливый
106. Злой, жестокий
107. Часто гневлив
108. Бесчувственный, равнодушный
109. Злопамятный
110. Проникнут духом противоречия
111. Упрямый
112. Недоверчивый, подозрительный
113. Робкий
114. Стыдливый
115. Отличается чрезмерной готовностью подчиняться
116. Мягкотелый
117. Почти никогда никому не возражает
118. Навязчивый
119. Любит, чтобы его опекали
120. Чрезмерно доверчив
121. Стремится сыскать расположение каждого
122. Со всеми соглашается
123. Всегда дружелюбен
124. Любит всех
125. Слишком снисходителен к окружающим
126. Старается утешить каждого
127. Заботится о других в ущерб себе
128. Портит людей чрезмерной добротой

2.5.Методические материалы

Восемь стадий развития по Эриксону.

В книге Эриксона «Детство и общество» (Erikson, 1963) представлена его модель «восьми возрастов человека». По мнению Эриксона, все люди в своем развитии проходят через восемь кризисов, или конфликтов. Психосоциальная адаптация, достигаемая человеком на каждой стадии развития, в более позднем возрасте может изменить свой характер, иногда — коренным образом. Например, дети, которые в младенчестве были лишены любви и тепла, могут стать нормальными взрослыми, если на более поздних стадиях им уделялось дополнительное внимание. Однако характер психосоциальной адаптации к конфликтам играет важную роль в развитии конкретного человека. Разрешение этих конфликтов носит кумулятивный характер, и то, каким образом человек приспосабливается к жизни на каждой стадии развития, влияет на то, как он справляется со следующим конфликтом.

Согласно теории Эриксона, специфические, связанные с развитием конфликты становятся критическими только в определенных точках жизненного цикла. На каждой из восьми стадий развития личности одна из задач развития, или один из таких конфликтов, приобретает более важное значение по сравнению с другими. Однако несмотря на то что каждый из конфликтов является критическим только на одной из стадий, он присутствует в течение всей жизни. Например, потребность в автономии особенно важна для детей в возрасте от 1 до 3 лет, но в течение всей жизни люди должны постоянно проверять степень своей самостоятельности, которую они могут проявить всякий раз, вступая в новые отношения с другими людьми. Приведенные ниже стадии развития представлены своими полюсами. На самом деле никто не становится абсолютно доверчивым или недоверчивым: фактически, люди варьируют степень доверия или недоверия на протяжении всей жизни.

Стадия 1 (от рождения до 1 года) Орально-сенсорная Могу ли я доверять миру? Поддержка, удовлетворение основных потребностей, преемственность. /Отсутствие поддержки, депривация, непоследовательность

Доверие /Недоверие

Стадия 2 (от 2 до 3 лет) Мышечно-анальная Могу ли я управлять собственным поведением? Разумная дозволенность, поддержка. Гиперопека, отсутствие поддержки и доверия. Автономия/Сомнение

Стадия 3 (от 4 до 5 лет) Локомоторно-генитальная Могу ли я стать независимым от родителей и исследовать границы своих возможностей? •

Поощрение активности, наличие возможностей./Отсутствие возможностей, неодобрение активности. Инициатива /Вина

Стадия 4 (от 6 до 11 лет) Латентная Могу ли я стать настолько умелым, чтобы выжить и приспособиться к миру? Систематическое обучение и воспитание, наличие хороших примеров для подражания и поддержки. /

Плохое обучение, отсутствие руководства. Трудолюбие/Чувство неполноценности

Стадия 5 (от 12 до 18 лет) Отрочество и юность Кто я? Каковы мои убеждения, взгляды и позиции? Внутренняя устойчивость и преемственность, наличие четко определенных половых моделей для подражания и положительная обратная связь. /Неясность цели, нечеткая обратная связь, неопределенные ожидания. Идентичность /Смещение ролей

Стадия 6 (ранняя зрелость) Молодость Могу ли я полностью отдать себя другому человеку? Душевная теплота, понимание, доверие./Одиночество, остракизм. Близость/Изоляция

Стадия 7 (зрелость) Взрослость Что я могу предложить будущим поколениям? Целеустремленность, продуктивность./Обеднение личной жизни, регрессия. Генеративность /Стагнация

Стадия 8 (зрелость) Зрелость Доволен ли я прожитой жизнью? Чувства завершенности жизненного пути, осуществления планов и целей, полноты и целостности./Отсутствие завершенности, неудовлетворенность прожитой жизнью. Целостность эго/Отчаяние

1. Доверие или недоверие.

По тому, как за ними ухаживают в младенчестве, дети узнают, заслуживает ли окружающий мир доверия. Если их потребности удовлетворяются, если к ним относятся со вниманием и заботой и обращаются с ними довольно последовательно, у малышей складывается общее впечатление о мире, как о месте безопасном и достойном доверия. С другой стороны, если их мир противоречив, причиняет им боль, вызывает стресс и угрожает их безопасности, то дети научаются ожидать от жизни именно этого и считают, что она непредсказуема и не заслуживает доверия.

2. Автономия или стыд и сомнение.

Начиная ходить, дети открывают для себя возможности своего тела и способы управления им. Они учатся есть и одеваться, пользоваться туалетом и осваивают новые способы передвижения. Когда ребенку удастся сделать что-либо самостоятельно, он обретает чувство самоконтроля и уверенности в себе. Но если ребенок постоянно терпит неудачи и его за это наказывают или называют неряшливым, грязным, неспособным, плохим, он привыкает испытывать стыд и сомнение в собственных силах.

3. Инициатива или чувство вины.

Дети в возрасте 4-5 лет переносят свою исследовательскую активность за пределы собственного тела. Они узнают, как устроен мир и как можно на него воздействовать. Мир для них состоит как из реальных, так и из воображаемых людей и вещей. Если их исследовательская деятельность в целом эффективна, они научаются обращаться с людьми и вещами

конструктивным способом и обретают сильное чувство инициативы. Однако если их строго критикуют или наказывают, они привыкают чувствовать себя виноватыми за многие свои поступки.

4. Трудолюбие или чувство неполноценности.

В возрасте от 6 до 11 лет дети развивают многочисленные навыки и умения в школе, дома и среди своих сверстников. Согласно теории Эриксона, чувство «Я» значительно обогащается при реалистичном росте компетенции ребенка в различных областях. Все большее значение приобретает сравнение себя со сверстниками. В этот период особенно сильный вред наносит негативное оценивание себя по сравнению с другими.

5. Идентичность или смешение ролей.

До наступления юности дети узнают целый ряд разных ролей — ученика или друга, старшего брата или сестры, ученика спортивной или музыкальной школы и т. п. В отрочестве и юности важно разобраться в этих различных ролях и интегрировать их в одну целостную идентичность. Юноши и девушки ищут базисные ценности и установки, охватывающие все эти роли. Если им не удастся интегрировать стержневую идентичность или разрешить серьезный конфликт между двумя важными ролями с противоположными системами ценностей, результатом становится то, что Эриксон называет диффузией идентичности.

6. Близость или изоляция.

В поздней юности и ранней взрослости центральным противоречием развития является конфликт между близостью и изоляцией. В описании Эриксона близость включает в себя нечто большее, чем сексуальную близость. Это способность отдать часть себя другому человеку любого пола, не боясь потерять собственную идентичность. Успех при установлении такого рода близких отношений зависит от того, как были разрешены пять предыдущих конфликтов.

7. Генеративность или стагнация.

Во взрослости, после того как предыдущие конфликты частично разрешены, мужчины и женщины могут уделить больше внимания и оказать помощь другим людям. Родители иногда находят себя, помогая своим детям. Некоторые люди могут бесконфликтно направить свою энергию на решение социальных проблем. Но неудача при разрешении предыдущих конфликтов часто приводит к чрезмерной поглощенности собой: своим здоровьем, стремлению непременно удовлетворять свои психологические потребности, уберечь свои покой и т. п.

8. Целостность эго или отчаяние.

На последних этапах жизни люди обычно пересматривают прожитую жизнь и по-новому оценивают ее. Если человек, оглядываясь на свою жизнь,

испытывает удовлетворение, потому что она была наполнена смыслом и активным участием в событиях, то он приходит к выводу, что жил не зря и полностью реализовал то, что было ему отпущено судьбой. Тогда он принимает свою жизнь целиком, такой, какая она есть. Но если жизнь кажется ему напрасной тратой сил и чередой упущенных возможностей, у него возникает чувство отчаяния. Очевидно, что то или иное разрешение этого последнего в жизни человека конфликта зависит от совокупного опыта, накопленного в ходе разрешения всех предыдущих конфликтов.

Выделенные Эриксоном стадии развития распространяются на внутренние влечения индивидуума и на отношения родителей и других членов общества к этим силам. Кроме того, Эриксон рассматривает эти стадии как периоды жизни, в течение которых приобретаемый индивидуумом жизненный опыт диктует ему необходимость наиболее важных приспособлений к социальному окружению и изменений собственной личности. Хотя на способ разрешения этих конфликтов индивидуумом влияют установки его родителей, социальная среда также оказывает исключительно большое влияние.

Виды общения.

Кроме стратегий общения (открытое — закрытое, монолог — диалог, ролевое — личностное), можно выделить еще и несколько распространенных видов общения, отражающих многообразие наших контактов с людьми. Например, следующие:

1) «контакт масок» — формальное общение, когда отсутствует стремление понять собеседника и особенности его личности, интересы, внутреннее состояние; при таком поверхностном общении используются привычные маски (вежливости, строгости, безразличия, скромности, участливости, внимания и т. п.) — набор выражений лица, жестов, стандартных фраз, позволяющих скрыть истинные эмоции, отношение к собеседнику. Когда в троллейбусе с вами заговорит словоохотливая старушка и начнет рассказывать о своих проблемах, то, не особенно вслушиваясь в ее слова, вы с вежливым видом киваете в ответ, будто слушая ее. Или вы увидели симпатичную девочку и с интересом рассматриваете ее, но стоит ей, почувствовав ваш взгляд, взглянуть на вас, как вы сразу напустите на себя безразличный вид и будете смотреть в окно. Такое общение часто встречается при поверхностных, быстрых контактах с незнакомыми людьми или в самом начале знакомства. Если люди и в дальнейшем общаются под масками, не раскрываясь и что-то «строгая из себя», то им становится неинтересно друг с другом, они не станут ближе. Живя в большом городе, контакт масок порой просто необходим, так как встречаешься со многими людьми и нет необходимости со всеми общаться; иногда полезно «отгородиться» маской, чтобы не задевать друг друга без надобности. Совсем по-другому ведут себя люди в деревне, где все друг друга знают, поэтому скрывать что-либо или вводить в заблуждение бесполезно.

2) При примитивном общении оценивают другого человека как нужного или мешающего: надо что-то от него — активно вступаешь в контакт, мешает он тебе — отталкиваешь безразличием или грубостью. Если получил от собеседника желаемое, то теряешь интерес к нему и не скрываешь этого. Это элементарное использование другого. Как в мультике про Машеньку, когда она стояла строила глазки проходящим молодым людям и сладким голосом говорила: «Молодой человек, не угостите девушку мороженым, а?», добившись своего, грубо обрывала: «А теперь проваливай!». Цена свои отношения с людьми, вы крайне редко будете прибегать к таким уловкам, иначе с вами будут поступать так же;

3) В формально-ролевом общении содержание и форма общения четко определены и известны обеим сторонам и определяются социальными ролями контактирующих. При этом никого не интересует личность собеседника. Придя в магазин, вы говорите продавщице те же слова, что и тысячи других покупателей, а она отвечает вам как все другие продавцы; есть определенная схема взаимодействия. Вас совершенно может не интересовать, какой она человек и как живет, а ее не интересует ваша жизнь — ее интересует, что вы хотите купить. Если же вас заинтересовало что-то в ее облике, вам захотелось узнать, почему она такая радостная или грустная сегодня, то вы выходите на другой, личностный, уровень контакта. Все мы являемся носителями множества ролей: примерный ученик, строгий учитель, добрая мама, требовательный папа, грубый хулиган, модная девчонка и т. п..

4) При деловом общении учитываются те особенности личности, характера, возраста, настроения собеседника, которые влияют на дело, которым вы заняты. О человеке, который учится или работает рядом с вами, вы можете знать достаточно много: в каком настроении он приходит в школу, какой предмет ему нравится, насколько хорошо он его знает, волнуется ли на контрольной. Но вы можете совершенно не подозревать, какие у него интересы вне школы, с какой компанией он общается, какую профессию хочет выбрать, о чем мечтает. Зачастую коллеги по работе и не подозревают, что их всегда строгий, «непробиваемый» шеф обожает на выходных возиться с цветами в саду, а ваша неприметная соседка по кабинету на днях победила на конкурсе дизайнеров веб-сайтов. Несомненно, деловые качества нашего партнера по делу важны в первую очередь, но не стоит считать, что человек только из них и состоит; иногда полезно узнать его в нерабочей обстановке и, возможно, у вас найдутся общие интересы.

5) Духовное или межличностное общение возможно между друзьями или людьми, хорошо знающими друг друга, близкими людьми. При таком контакте можно затронуть любую тему и не обязательно прибегать к помощи слов — друг поймет вас и по выражению лица, движениям, интонациям. Почти любая предлагаемая тема будет встречена с интересом и пониманием, ведь у вас общие интересы, вы интересуетесь жизнью другого человека. Такое общение очень приятно, так как вы знаете интересы, убеждения, характер собеседника, можете предвидеть его реакцию, не обидеть его.

6) Манипулятивное общение направлено на извлечение выгоды от собеседника с использованием разных приемов: лесть, запугивание, «пускание пыли в глаза», обман, демонстрация доброты, заботы и т. д. . Все эти приемы нечестные, так как имеют целью заставить вас что-то сделать. Манипулятивное общение намного глубже и изощреннее, чем примитивное; часто манипулятор очень хорошо знает особенности личности собеседника, хорошо его понимает, проявляя при этом чудеса проницательности и ума. Плохо лишь одно — он вас использует в своих целях, игнорируя ваши собственные желания и стремления. Важно научиться распознавать, когда вами манипулируют, и противостоять этому.

7) Суть светского общения — в его беспредметности, то есть люди говорят не то, что думают, а то, что принято говорить в подобных случаях, такая легкая болтовня ни о чем. Точки зрения людей по тому или иному вопросу не имеют никакого значения, никого не интересует, как вы относитесь к данному вопросу на самом деле, а если вы попытаетесь выяснить это у других, то вас не поймут и вежливо «удалят из общества», чтобы вы не портили приятное и беззаботное расположение духа другим. Подобное общение обычно на приемах, презентациях, на отдыхе, если вы решили просто приятно провести время, а не решать какие-то дела, при легких знакомствах. В светском общении существуют неписанные правила поведения, характерные для данной обстановки:

- вежливость, такт («соблюдай интересы другого», «не лезь в душу»);
- одобрение, согласие («не порицай другого», «избегай возражений»);
- симпатия («будь доброжелателен, приветлив, улыбайся»).

Принципиально отличаются правила делового общения, призванного как можно быстрее и лучше решить какие-то проблемы:

- делай все, что в твоих силах, для совместного решения проблемы;
- говори не больше и не меньше, чем требуется в данный момент;
- не лги;
- не отклоняйся от темы, ищи решение;
- выражай мысль ясно и убедительно, понятно для собеседника;
- умей слушать и понять нужную мысль — никто не будет повторять дважды;
- умей приспособиться к собеседнику ради интересов дела.

Вывод

Существуют различные формы и виды общения, призванные сделать его эффективным в различных ситуациях взаимодействия людей друг с другом.

III Список информационных источников:

Нормативная

1. Конвенция ООН о правах ребенка от 5 декабря 1989 г.
2. Конвенция о борьбе с дискриминацией в области образования (принята 14 декабря 1960 г. XI сессией Генеральной конференции ООН по вопросам образования, науки и культуры).
3. Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

4. Федеральный закон от 29.12.2010 N 436-ФЗ "О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию».
5. Указ Президента Российской Федерации от 1 июня 2012 г. № 761 «О национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы».
6. Указ Президента Российской Федерации от 29 мая 2017 г. № 240 "Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства"
7. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 22 марта 2017 г. № 520-р об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 г. и плана мероприятий по ее реализации.
8. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 2 декабря 2015 года № 2471-р «Об утверждении Концепции информационной безопасности детей».
9. Федеральный Закон от 26.12.2012г. № 273 –ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
10. Концепция развития дополнительного образования детей от 04 сентября 2014г. № 1726-р;
11. Федеральная целевая программа «Развитие дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020г.»
12. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
13. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013г. « Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам.
14. Устав МБУ ДО «ДЮЦ» НГО.
15. Положение о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах МБУ ДО «ДЮЦ» НГО.

Литература для педагога

16. Аверин В. А. Психология детей и подростков. 2-е издание. СПб.: 1998.
17. Айвс Р. Дж. Обучение молодежи жизненным навыкам. Екатеринбург, 2001–88
18. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками СПб: «Питер»,2004
19. Битянова М. Р. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками. – М., СПб.: 2006.- 304с.
20. Битянова М.Р. Социальная психология: Учебное пособие. СПб.: Питер, 2008
21. Вачков И. В., Дерябо С. Д. Окна в мир тренинга. СПб. Речь, 2004.
22. Вачков И.В. Пять мифов о психологических тренингах.// Школьный психолог, 2003, № 37.
23. Гуманистическая психология: Хрестоматия/ сост. Сельченко. Мн.: «Харвест», 2000
24. Кондратьев М.Ю. Социальный психолог в общеобразовательном учреждении. М., ПЕР СЭ,2007
25. Кон И. С. Психология ранней юности. М., Просвещение, 1989.

26. Кузнецов И. Н., Купрейчик С. К. Наркотики: социальные, медицинские и правовые аспекты: Справочник. Мн.: Новое знание. 2001. – 400с.
27. Левитова Н. Д. Психология подростка. М.: 1993. – 138 с.
28. Программа «Формирование жизненных навыков», фонд «Нет алкоголизму и наркомании» ред. Зыков О. Москва, 1999 г.
29. Профилактика злоупотребления психоактивными веществами несовершеннолетними. Составит. Шпилеия Л.С. СПб: «Образование - Культура», 2003
30. Прутченков А. С. Свет мой, зеркальце, скажи... - М.: МИРТ, 1995
31. «Работающие программы», выпуск 5. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Программы формирования здорового жизненного стиля – М.; 2000. – 84 с.
17. Хрестоматия по возрастной психологии. Под редакцией Фельдштейна Д.И. М: 1994.

Интернет источники:

1. <https://общее-дело.рф/>
2. <https://www.youtube.com/channel/UC-TBJiS5DLbie0R34Bs316Q>
3. <http://psihomed.com/depressiya/>
4. <http://www.psychologos.ru/articles/view/psihologiya-podrostkovogo-vozrasta>
5. <http://ctraxi.ru/emocii.html>
6. <https://ypa5.ru/biblioteka/gumanitarnye/psihologija-lichnosti-krizisy-i-konflikty>
7. <http://www.psychologos.ru/articles/view/gendernaya-psihologiya>
8. https://author24.ru/spravochniki/psihologiya/metody_prikladnoy_psihologii/detsko-roditelskie_otnosheniya_i_tipy_semeynogo_vospitaniy
9. <https://www.b17.ru/>
10. <http://livehiv.ru/>
11. [https://www.e-reading.club/bookreader.php/98064/Tarasova - Obshchaya psihologiya konspekt lekcii.html](https://www.e-reading.club/bookreader.php/98064/Tarasova_-_Obshchaya_psihologiya_konspekt_lekcii.html)