

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Тулуна  
«Средняя общеобразовательная школа № 1»

Рассмотрено: на заседании  
школьного методического совета  
Протокол № 1  
от 29.08.2024 г.

Согласовано:  
председателем  
школьного  
методического совета  
Ю.С. Московский

Утверждаю: директор  
МБОУ СОШ № 1

И.Ф. Иванцова  
Приказ № 226-п  
от 30.08.2024 г.



Уровень образования: среднее общее образование

**ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА**  
психолого-педагогической направленности  
**«Основы психологии. Психология общения»**  
для обучающихся 11 классов

Автор разработки: педагог-психолог  
Пахоменкова А.Н., 1КК

Тулун, 2024

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В современных условиях образования особое внимание уделяется развитию не только профессиональных навыков, но и личностных качеств будущих педагогов. В педагогических классах ученики изучают, как различные стили общения влияют на восприятие информации и на отношения между участниками образовательного процесса. Понимание этих аспектов помогает будущим педагогам не только передавать знания, но и формировать позитивные отношения с учениками, что, в свою очередь, способствует более эффективному обучению.

Общение — это не просто обмен информацией, но и сложный процесс, включающий в себя эмоциональные, социальные и культурные аспекты. Поэтому психология общения занимает важное место в образовательном процессе, особенно в контексте педагогических классов. Важность данного курса заключается в том, что он помогает будущим педагогам развить навыки эффективного взаимодействия с учениками, коллегами и родителями. Курс является неотъемлемой частью подготовки будущих учителей. Он не только развивает профессиональные навыки, но и формирует личностные качества, необходимые для успешной педагогической деятельности. Эффективное общение — это залог успешного обучения и воспитания, и именно поэтому его изучение должно занимать центральное место в образовательной программе.

Курс «Психология общения» для обучающихся 11 класса включает в себя различные темы, такие как управление конфликтами, буллинг, эмоциональный интеллект, семейное общение и безопасность общения в Интернете. Ребята изучают, как использовать эти навыки в реальных ситуациях, что позволяет им лучше адаптироваться к требованиям современного образовательного процесса. Так курс «Психология общения» является важной дисциплиной в рамках педагогических классов, так как она охватывает множество аспектов взаимодействия между педагогами и учениками.

**Цель курса** «Психология общения» – научить обучающихся понимать и анализировать процессы коммуникации, а также осваивать практические приемы, которые способствуют созданию комфортной и продуктивной образовательной среды.

**Задачи курса** «Психология общения» включают в себя не только теоретическое изучение основ коммуникации, но и практическое применение полученных знаний в образовательном процессе.

Основными задачами курса «Психология общения» в педагогических классах являются:

1. Формирование навыков эффективного общения. Студенты изучают различные стили общения, а также техники активного слушания и обратной связи. Это помогает им лучше понимать потребности и эмоции своих будущих учеников.

2. Развитие эмоционального интеллекта. Понимание собственных эмоций и эмоций других людей является ключевым аспектом успешного общения. Курс помогает будущим педагогам развивать навыки эмпатии и саморегуляции.

3. Изучение особенностей межличностного общения. Важно понимать, как различные факторы (культурные, социальные, индивидуальные) влияют на общение. Это знание поможет будущим учителям адаптировать свои подходы к различным группам учеников.

4. Разработка стратегий разрешения конфликтов. Конфликты в образовательной среде неизбежны. Курс обучает студентов методам конструктивного разрешения конфликтов, что способствует созданию позитивной атмосферы в классе.

5. Анализ и оценка коммуникационных процессов. Студенты учатся анализировать свои собственные коммуникационные стратегии и оценивать их эффективность. Это позволяет им постоянно совершенствовать свои навыки общения.

Основными **принципами** программы:

- гуманистическая ориентация программы;
- общественная направленность обучения;
- творческий характер деятельности;
- систематичность и последовательность обучения;
- сотрудничество в процессе обучения.

**Методы** образовательной деятельности, используемые на занятиях: объяснительно-иллюстративный; интерактивный; проблемное обучение; проектный; игровой.

**Формы** работы: ролевые игры, дискуссии, игры, упражнения, психологические тренинги, практические семинары, групповое обсуждение.

Данная программа рассчитана на 34 учебных часа и предполагает 1 года обучения. Программа предназначена для школьников 11 классов и построена с учетом возрастных и психологических особенностей данного возраста. Занятия проводятся 1 раз в неделю и включают в себя изучение теоретических вопросов и практическую деятельность.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА**

Планируемые результаты освоения учебного курса «Психология общения» в педагогических классах направлены на комплексное развитие будущих педагогов. Освоение курса позволит им не только улучшить свои коммуникативные навыки, но и стать более чуткими и эффективными в своей профессиональной деятельности. В конечном итоге, это приведет к созданию более благоприятной образовательной среды, способствующей развитию каждого ученика.

**Личностные результаты:**

- развитие эмоционального интеллекта. Обучающиеся учатся распознавать и управлять своими эмоциями, а также понимать эмоциональное состояние других. Это качество особенно важно для будущих педагогов, так как оно способствует созданию поддерживающей и доверительной атмосферы в классе;

- развитие навыков критического мышления и самоанализа. Обучающиеся учатся анализировать свои коммуникативные стратегии, выявлять их сильные и слабые стороны, что в дальнейшем помогает им становиться более эффективными в общении;

- в процессе обучения обучающиеся активно участвуют в ролевых играх, групповых дискуссиях и тренингах, что позволяет им не только теоретически осваивать материал, но и отрабатывать навыки общения в реальных ситуациях. Эти практические занятия способствуют повышению уверенности в себе и улучшают способность к взаимодействию с различными аудиториями.

- толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нем взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения, способность противостоять идеологии экстремизма, национализма, ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам и другим негативным социальным явлениям;

- формирование навыков сотрудничества со сверстниками, детьми младшего

возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- понимание психологических аспектов общения. Обучающиеся знакомятся с основными теоретическими концепциями, связанными с восприятием, интерпретацией и реакцией на сообщения. Это знание позволит будущим педагогам лучше понимать поведение и мотивацию своих учеников, а также адаптировать свои методы преподавания в зависимости от индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты (коммуникативные навыки);
- навыки выявления причин конфликтов, разрабатывать стратегии их разрешения и предотвращения. Это знание поможет будущим педагогам эффективно справляться с конфликтными ситуациями в классе, поддерживая гармоничную атмосферу и способствуя позитивному взаимодействию (освоение конфликтологии);
- курс способствует развитию способности анализировать информацию, выстраивать аргументацию и принимать обоснованные решения (критическое мышление);
- практические навыки применять теоретические знания на практике. Обучающиеся должны быть готовы использовать полученные навыки в реальных ситуациях, например, в ходе практики в образовательных учреждениях. Это позволит им не только закрепить теоретические знания, но и развить практические навыки, необходимые для успешной педагогической деятельности;
- обучающиеся осваивают навыки распознавания и управления своими эмоциями, а также эмоциями других людей. Это особенно важно для будущих педагогов, которые должны быть чуткими к эмоциональному состоянию своих учеников (эмоциональный интеллект);
- навыки работы в группах, навыки сотрудничества и взаимодействия с другими (работа в команде).

#### **Предметные результаты**

- освоение теоретических основ психологии общения. Обучающиеся изучают различные модели общения, виды коммуникации и факторы, влияющие на успешность взаимодействия. Это знание помогает им осознать, как важно учитывать психологические аспекты при общении с различными категориями людей, будь то ученики, коллеги или родители;
- развитие практических навыков общения. В рамках занятий обучающиеся участвуют в ролевых играх, тренингах и групповых обсуждениях, что позволяет им не только закрепить теоретические знания, но и научиться применять их в реальных ситуациях. (умение слушать, задавать вопросы и давать конструктивную обратную связь);
- развитие эмоционального интеллекта. Обучающиеся учатся распознавать и управлять своими эмоциями, а также понимать эмоциональное состояние других людей. Это умение крайне важно для будущих педагогов, так как позволяет им более эффективно взаимодействовать с учениками и создавать благоприятную образовательную среду.
- способствует формированию критического мышления и способности к саморефлексии. Обучающиеся учатся анализировать свои коммуникативные стратегии и оценивать их эффективность, что помогает им постоянно совершенствоваться и

адаптироваться к различным условиям общения.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **Тема 1. Понятие эмоционального интеллекта и soft skills.**

Определение понятия «эмоциональный интеллект». Гибкие навыки (soft skills) – надпрофессиональные навыки, которые помогают решать жизненные задачи и работать с другими людьми.

### **Тема 2. Конфликт или буллинг: как предотвратить психологическую травлю.**

Основы конфликтологии, виды конфликтов (внутриличностный, межличностный, межгрупповой, конфликт группы и человека). Буллинг в школьной среде. Различия буллинга и конфликта. Основы конструктивного поведения в ситуации буллинга в классе.

### **Тема 3. Семейное общение как инструмент создания психологического климата семьи.**

Понятие «психологический климат семьи», которое отражает степень удовлетворенности членов семьи основными аспектами жизнедеятельности семьи, общим тоном и стилем общения.

Принципы межличностного общения.

Способы выражения любви супругов друг к другу и родителей к ребенку.

Родительское отношение к ребенку: структура, типы и функции. Определение родительского отношения, родительских установок и стиля семейного воспитания. Эмоциональный, когнитивный и поведенческий аспекты родительского отношения. Факторы родительского отношения: принятие – отвержение, автономия – контроль.

Значение изучения семейной истории для осознания семейных ценностей и традиций, а также важнейших паттернов поведения и эмоциональных реакций, реагирования на жизненные трудности, присущих семье копинг-стратегий разрешения конфликтов.

### **Тема 4. Психологическая безопасность общения в Интернете**

Понятие психологической безопасности. Факторы риска для психологической безопасности. Основы психологически комфортного общения в социальных сетях. Экологичные способы привлечения аудитории в аккаунт.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Цифровые ресурсы
<b>Тема 1. Понятие эмоционального интеллекта и soft skills</b>					
1	Эмоциональный интеллект: что это?	1	Определение понятия, компоненты и значение EI в жизни. Гибкие навыки (soft skills) – надпрофессиональные навыки, которые помогают решать жизненные задачи и работать с другими людьми.	Групповые дискуссии, ролевые игры, моделирование ситуаций, требующих применения эмоционального интеллекта и soft skills, практические упражнения, задания, направленные на развитие эмпатии, активного слушания и управления эмоциями.	<a href="https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru">https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru</a> <a href="http://psylesson.ru/psycheya.ru">http://psylesson.ru/psycheya.ru</a> <a href="http://portalschool.ru">portalschool.ru</a>
2	Управление эмоциями	2	Техники и стратегии, помогающие контролировать свои эмоции в стрессовых ситуациях.		
3	Эмпатия и активное слушание	1	Как понять чувства других и наладить эффективное общение.		
<b>Тема 2. Конфликт или буллинг: как предотвратить психологическую травлю</b>					
4	Конфликтология: подходы к разрешению конфликтов и построению конструктивного диалога.	1	Понятие «конфликтология», «медиация», «конструктивный диалог». Содержание профилактики конфликтов среди учеников.	Групповые дискуссии и ролевые игры, групповые проекты, психологические тренинги.	<a href="https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru">https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru</a> <a href="http://psylesson.ru/psycheya.ru">http://psylesson.ru/psycheya.ru</a> <a href="http://portalschool.ru">portalschool.ru</a>
5	Определение буллинга и его видов.	3	Понятие «буллинг», формы буллинга (физический, вербальный, социальный и кибербуллинг), и чем он отличается от обычного конфликта.		
6	Причины возникновения конфликтов.	2	Виды конфликтов (внутриличностный, межличностный, межгрупповой, конфликт группы и человека. Обсуждение факторов,		

			способствующих возникновению конфликтов среди подростков, таких как социальное давление, недостаток навыков общения и эмоциональная нестабильность.		
7	Последствия буллинга.	2	На занятиях следует уделить внимание тому, как буллинг влияет на жертв, их семьи и окружающих. Это может включать в себя депрессию, тревожность, проблемы с самооценкой и даже физическое здоровье.		
8	Роль свидетелей.	1	Как свидетели буллинга могут влиять на ситуацию и какую роль они могут сыграть в ее разрешении. Обсуждение способов, как можно поддержать жертву и сообщить о буллинге.		
9	Методы предотвращения буллинга.	3	Обсуждение стратегий, которые могут помочь предотвратить буллинг в школе и других социальных группах. Основы конструктивного поведения в ситуации буллинга в классе.		
<b>Тема 3. Семейное общение как инструмент создания психологического климата семьи</b>					
10	Значение семейного общения.	2	Понятие «психологический климат семьи», «семейное общение»; виды взаимодействия: вербальные невербальные. Психологический климат семьи формируется именно через качественное общение, которое позволяет каждому члену семьи чувствовать себя важным и услышанным.	Групповые дискуссии и ролевые игры, моделирование ситуаций, групповые проекты, психологические тренинги.	<a href="https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru">https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru</a> <a href="http://psylesson.ru/psycheva.ru">http://psylesson.ru/psycheva.ru</a> <a href="https://portalschool.ru">portalschool.ru</a>
11	Как общение влияет на	1	Психологический климат в семье,		

	психологический климат.		эмоциональный комфорт; создание основы крепких отношений. Семейное общение как инструмент создания психологического климата семьи.		
12	Родительское отношение к ребенку.	2	Структура, типы и функции. Определение родительского отношения, родительских установок и стиля семейного воспитания. Эмоциональный, когнитивный и поведенческий аспекты родительского отношения. Факторы родительского отношения: принятие – отвержение, автономия – контроль		
14	Примеры эффективного общения в семье.	2	Формы эффективной коммуникации в семье: семейные собрания, активное слушание, эмоциональная поддержка позитивные отзывы, совместные активности. Копинг-стратегий разрешения конфликтов.		
<b>Тема 4. Психологическая безопасность общения в Интернете</b>					
13	Основные угрозы психологической безопасности.	2	Понятие психологической безопасности. Факторы риска для психологической безопасности. Основы психологически комфортного общения в социальных сетях.	Групповые дискуссии и ролевые игры, моделирование ситуаций, групповые проекты, игры, проектная деятельность.	<a href="https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru">https://lecta.ru/mix/playlist-pedagogic/psychology.net.ru</a> <a href="http://psylesson.ru/psycheya.ru">http://psylesson.ru/psycheya.ru</a> <a href="portalschool.ru">portalschool.ru</a>
14	Кибербуллинг.	2	Одной из самых распространенных угроз явление; формы его появления. Последствия для психического здоровья жертв. Экологичные способы привлечения аудитории в аккаунт.		
15	Конфиденциальность.	2	Уязвимость личных данных. Неправильное обращение с		

			информацией: последствия для пользователя.		
16	Социальное сравнение.	2	Постоянное взаимодействие с идеализированными образами жизни в социальных сетях: последствия.		
17	Образование и осведомленность.	2	Повышение уровня осведомленности о рисках общения в Интернете. Образовательные программы, помогающие пользователям распознавать угрозы и реагировать на них адекватно.		
18	Итоговое занятие.	1	Представление проектных работ по теме «Психология общения».		