

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

Билюшова Елена Викторовна,

заместитель директора по воспитательной работе

ГБПОУ СО «Свердловский мужской хоровой колледж»,

г. Екатеринбург

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ЮНОШЕСКОГО КЛУБА ОБЩЕНИЯ «УНИСОН»

Аннотация. Общение – это процесс взаимодействия между людьми, в ходе которого возникают, проявляются и формируются межличностные отношения. Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько подростки 11-15 лет успешно научатся выстраивать отношения с родителями, взрослыми, сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем. Программа «Унисон» способствует получению подростком компетенций, необходимых для выстраивания продуктивных взаимоотношений с другими людьми.

Ключевые слова: общение, подростковый возраст, коммуникация, профилактика конфликтов, оптимизация общения.

I. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ЮНОШЕСКОГО КЛУБА ОБЩЕНИЯ

«УНИСОН»

| | |
|------------------------------------|---|
| Наименование Программы | Программа юношеского клуба общения «Унисон» (Далее – Программа) |
| Разработчик Программы | Билюшова Елена Викторовна |
| Нормативно-правовая база Программы | <ul style="list-style-type: none">• Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;• Конвенция о правах ребенка (Принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 года);• Федеральный закон от 24 июля 1998 года № 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации";• Федеральный закон от 24 июня 1999года № 120-ФЗ "Об осно- |

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

| | |
|---|--|
| | вах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних" |
| Основные цели и задачи программы | <p>Цель: развитие коммуникативных умений подростков, включающих в себя освоение регулятивных и познавательных компонентов.</p> <p>Задачи: - расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения;</p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми; - активизация процесса самопознания и самоактуализации; - формирование стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем; - формирование умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций; - формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей. |
| Исполнитель программы | Заместитель директора по воспитательной работе, педагог-психолог |
| Организация выполнения программы | <p>Контроль за выполнением Программы осуществляется зам.директора по воспитательной работе.</p> <p>Программа является документом, открытым для внесения изменений и дополнений. Корректировка Программы может осуществляться ежегодно.</p> |
| Ожидаемые результаты реализации программы | <ol style="list-style-type: none"> 1. Усиление личностных ресурсов; 2. Формирование адекватной самооценки; 3. Наличие навыков конструктивного поведения; 4. Наличие навыков и умений снятия эмоционального напряжения и тревожности. <p>Эффективность программы оценивается по итогам сравнительной оценки результатов тестирования и анкетирования в начале и конце курса.</p> |
| Срок реализации программы | Сентябрь – декабрь (каждого учебного года) |

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Мы должны использовать доступные нам методы для понимания движения Вселенной вокруг нас и соотносить с ними наши действия, чтобы не противостоять, а двигаться в унисон с ними»

Артур Голден

Общение – это процесс взаимодействия между людьми, в ходе которого возникают, проявляются и формируются межличностные отношения. Общение предполагает обмен мыслями, чувствами, переживаниями и попытками взаимного влияния.

Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько подростки 11-15 лет успешно научатся выстраивать отношения с родителями, взрослыми, сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем. Именно в этом возрасте, выстраивая свои отношения с окружающими методом «проб и ошибок», взрослеющий человек чаще всего попадает в конфликтные ситуации, испытывает сложности не только в общении с другими людьми, но и с пониманием самого себя.

В ГБПОУ СО «Свердловский мужской хоровой колледж» ежегодно обучаются около 150 мальчиков и юношей в возрасте от 7 до 20 лет. Уровень конфликтности в чисто мужских коллективах зачастую выше обычного, выяснили исследователи из Высшей школы экономики. Психологи выделяют несколько основных проблем неразбавленных мужских коллективов. Для ГБПОУ СО «СМХК» наиболее актуальны следующие:

1. Конкуренция. Постоянное стремление к соперничеству, гласной или негласной социальной иерархии –«кто кого круче», «кто в доме хозяин» и связанные с этим возможные проявления грубости, психологического и иногда даже физического давления.

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

2. Драки. Все мужчины (даже маленькие) – защитники. Там, где слова малоэффективны, ставка делается на физическую силу.

Как быть более уверенным в себе, общаться тепло и бесконфликтно, умея при этом отстаивать свои интересы? Как правильно управлять своей внутренней погодой, воспринимать себя и окружающий мир ярче и объемнее, слышать и чувствовать партнера по общению? Как решать конфликтные ситуации, быть уважаемым и мудрым лидером, грамотно строить нужные отношения? Вот основные темы, которые рассматривают участники юношеского клуба общения «Унисон».

Основные принципы построения программы:

- Последовательность;
- Системность;
- Опора на имеющиеся компетенции;
- Занимательность;
- Научность;
- Природосообразность;
- Культуросообразность.

Основные методы реализации:

- Анкетирование;
- Тестирование;
- Наблюдение;
- Тренинг;
- Игра.

Основные формы работы:

- Беседа;
- Дискуссия;
- КТД;

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

- Конкурсно-игровая программа;
- Самопрезентация.

Основные этапы программы:

1. Диагностический.

Цель: определение уровня коммуникативных способностей обучающихся, выявление их интересов, запросов, ожиданий, проблем.

Задачи:

- знакомство с программой;
- выявление имеющихся проблем коммуникации.

2. Развивающий.

Цель: развитие коммуникативной компетентности обучающихся.

Задачи:

- вовлечение в совместную деятельность;
- снятие агрессии и преодоление застенчивости;
- стимулирование саморазвития подростков.

3. Преобразующий (результативный).

Цель: развитие практических навыков.

Задачи:

- организация участников программы на самостоятельную работу (коммуникативное творчество).

III. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

| Раздел | Тема занятия | Содержание | Кол-во часов |
|---------------------------------|-------------------------------------|--|--------------|
| 1.Общение как обмен информацией | 1.1. Сущность человеческого общения | Значение общения в развитии отдельной личности и общества. Типология общения. Функции общения. | 1 |
| | 1.2. Информация или коммуникация | Побудительная и констатирующая информация. Понятие и сущность коммуникации. Поня- | 1 |

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

| | | | |
|-----------------------------|---|--|---|
| | | тие коммуникативной компетентности личности. | |
| | 1.3. Каким ты выглядишь в глазах других | Актуализация знаний обучающихся о многообразии человеческой индивидуальности. Знакомство с классификацией типов личности. | 1 |
| | 1.4. Коммуникаторы и реципиенты | Знакомство с моделью коммуникативного процесса. Три позиции коммуникатора. | 1 |
| | 1.5. Вербальная коммуникация | Язык – бесценный человеческий дар. Речь – язык в действии. Виды речи. | 1 |
| | 1.6. Помощники и враги коммуникации | Основная цель обмена информацией – выработка единой точки зрения между общающимися, установления согласия по поводу различных ситуаций или проблем. Коммуникативные барьеры. | 2 |
| 2.Невербальная коммуникация | 2.1. Мимика | Физиогномика – учение о связи между внешним обликом человека и особенностями его поведения. Нос, рот, голова как элементы невербальной коммуникации. | 1 |
| | 2.2. Визуальное общение | Глаза – ключевой элемент невербальной коммуникации, знакомство с описанием выражений глаз. | 1 |
| | 2.3. Жесты | Использование жестикуляции в культуре разных стран. Классификация жестов. | 1 |

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

| | | | |
|---|-------------------------------------|---|---|
| | 2.4. Поза | Телодвижения как способ выражения чувств. | 1 |
| | 2.5. Дистанция | Проксемика – наука о нормах пространственной и временной организации общения. Знакомство с основными пространственными зонами. Правила поведения в местах большого скопления людей. | 1 |
| 3. Общение как взаимодействие и восприятие людей друг друга | 3.1. Теория взаимодействия | Общение как организация совместных действий. Мотивы взаимодействия с окружающими. Типы поведения по отношению к партнерам по взаимодействию. Теория обмена. | 1 |
| | 3.2. Социальный контроль | Значение социальной нормы. Влияние группы на отдельную личность. Конформисты и неконформисты. | 1 |
| | 3.3. Сложности социальной перцепции | Понятие социальной перцепции. Влияние внутренних психологических и социальных установок личности на восприятие окружающих | 1 |
| | 3.4. Критика | Представление о критическом отношении к себе. Польза критики. | 1 |
| 4. Конфликт – неэффективное общение | 4.1. Конфликты и компромиссы | Признаки возникновения конфликтов. Причины и источники конфликтов. Стратегии поведения в конфликтной ситуации. | 2 |
| | 4.2. Стресс в жизни человека | Положительные и отрицательные стрессы. Влияние стрессо- | 1 |

ПЕРЕКРЕСТОК ИДЕЙ И ГИПОТЕЗ

| | | | |
|------------------------------|---|---|---|
| | | вых ситуаций на здоровье человека. Способы быстрого снятия стресса. | |
| | 4.3. Способы профилактики стрессов | Понятие стрессоустойчивости. Знакомство с методами профилактики стресса. Выработка личной стратегии борьбы со стрессом. | 1 |
| 5. Оптимизация общения | 5.1. Повышение эффективности коммуникации | Правила, повышающие эффективность коммуникации. Принципы сотрудничества. | 1 |
| | 5.2. Техника обратной связи | Понятие обратной связи. Виды обратной связи. Правила эффективного слушания. | 2 |
| | 5.3. Самоконтроль и саморазвитие – путь к самосовершенствованию | Способы укрепления взрослого «Я». Составление плана индивидуальной работы. | 2 |
| Общий объем курса – 25 часов | | | |

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Касаткин С. Техника обратной связи. – Питер, 2002.
2. Панфилова А.П. Психология общения. – М.: Академия, 2017.
3. Практическая психология в тестах, или как научиться понимать себя и других. Сост. Р. Римская, С. Римский. – М.: АСТ-ПРЕСС КНИГА, 2005.
4. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков. Методическое пособие под редакцией И. Соковни. – М.: Просвещение, 2003.
5. Рогов Е.И. Психология общения. – М.: Владос, 2003.