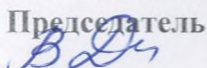
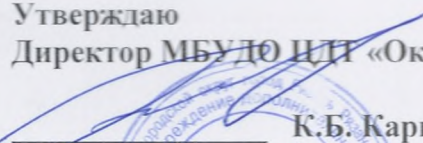


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
детей «Центр детского творчества «Октябрьский»

Утверждено  
Педагогическим Советом  
Председатель  
 В.В. Демидова

Протокол № 1  
от «24» августа 2020 г.

Утверждаю  
Директор МБУДО ЦДТ «Октябрьский»  
 К.Б. Каргальцев

Приказ № 1  
от «28» августа 2020 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
социально-педагогической направленности  
«Культура общения «Смайл»**

(возраст детей - 15-17 лет)  
Срок реализации – 2 года

Рязань - 2020

## Пояснительная записка.

Направленность программы «Культура общения «Смайл» – социально-педагогическая.

**Актуальность** данной программы обусловлена рядом причин:

- 1) **Значительная интенсификация отношений в сфере общения.** В 21 веке, веке информации и информационных технологий, компетентность в сфере общения стала одной из главных составляющих профессионального уровня. Причём это относится не только к таким профессиям, как менеджер, работник сферы обслуживания, педагог или социальный работник, где требуется специальная коммуникативная подготовка, но и практически ко всем остальным типам профессий, так как любой работник так или иначе включается в информационный обмен, взаимодействуют с людьми.
- 2) **Развитие психологии как науки и практики.** Теоретическая и практическая психология в настоящее время переживает стадию бурного развития. Психологические службы стали непременной составляющей каждой школы и центров дополнительного образования. Все больше нарастает интерес к психологическому тренингу, активно перенимается опыт зарубежных психологических школ, создаются и развиваются отечественные школы и клубы психологического тренинга.
- 3) **Широкая практика использования социально-психологических тренингов в школе.** Практика российской общеобразовательной школы в последние годы обогатилась новыми методическими формами, которые позволяют активизировать учебный процесс, внести значительные изменения в учебно-воспитательную работу. В числе этих новых форм находится социально-психологический тренинг. Система дополнительного образования также нуждается во внедрении новых методических форм. К тому же, система дополнительного образования имеет ряд специфических особенностей, которые создают наиболее благоприятные условия для использования такой формы работы как социально-психологический тренинг. Степень раскрытия и доверия в группе общения, состоящей из старшеклассников различных школ микрорайона, в несколько раз выше, чем в группе, состоящей из одноклассников или учащихся одной параллели.

**Новизна программы** заключается в :

- \* использовании социально-психологического тренинга в системе дополнительного образования;
- \* включении в деятельность клуба проектной деятельности;
- \* применении нетрадиционной методики работы («Дистанция»).

**Практическая значимость** выражена в том, что, работая в группе общения, старшеклассник может активно экспериментировать с различными стилями общения, осваивать и отрабатывать совершенно иные, не использованные ранее коммуникативные умения и навыки, ощущая при этом психологическую поддержку, комфорт и личностную защищённость. При этом он может не бояться сделать очередную ошибку, выглядеть глупым и неопытным. С этой точки зрения клуб общения следует рассматривать как целенаправленную и интенсивную подготовку к более активной и полноценной жизни в обществе.

**Условия реализации программы (режим занятий).**

Программа адресована подросткам 15-17 лет и рассчитана на 3 года. Режим занятий: четыре часа в неделю (встречи один раз в неделю). Общее количество часов – 432 часа (144 часа в год). Наполняемость в группах составляет: Первый год обучения – 15 человек. Второй год обучения – 13 человек. Третий год обучения – 12 человек. Данное количество учащихся является оптимальным, так как позволяет сочетать групповые занятия с индивидуальной работой.

**Структура программы.**

Программа объединяет теоретический, практический и контрольно-итоговый учебный материал и предусматривает два уровня усвоения учебного материала:

- первый – *ученический*, т. е. репродуктивное действие с подсказкой (1 и 2 года обучения);
- второй – *алгоритмический*, т. е. репродуктивное действие по памяти (3 год обучения).

**Цель программы:** повышение социально-психологической компетентности старшеклассников и формирование коммуникативных навыков.

Цель отрабатываются на разнообразном социальном и психологическом материале, отражающем основной замысел всей системы предполагаемых заданий и упражнений.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- знакомство с основами общей и социальной психологии, психологии общения и девиантного поведения;
- овладение умением разрешать конфликтные ситуации;
- изучение и овладение индивидуализированными приёмами межличностного взаимодействия для повышения его эффективности.

#### **Воспитывающие:**

- воспитание нравственности, честности, порядочности;
- воспитание толерантности к себе и окружающим людям;
- формирование установок на здоровый образ жизни.

#### **Развивающие:**

- развитие самопознания за счёт снижения барьеров психологической защиты и устранения неискренности на личностном уровне;
- развитие сензитивности, эмпатических способностей;
- развитие «Я-концепции», адекватной самооценки, самоценности.

### **Отличительные особенности программы:**

- Теоретический материал тесно связан с практическим его применением и преподаётся с опорой на жизненный опыт обучающихся.
- Широкое использование методов активного социально-психологического и игрового обучения, а также метода социального проектирования.
- Наличие новейшей методики работы «Дистанция», при которой занятия проводит не педагог, а сами обучающиеся: группа заранее выбирает тему из предложенных, по сценарию КТД готовится к занятию, выбирает Ведущего на каждое конкретное занятие и распределяются домашние фоновые упражнения. Роль педагога – консультант, наставник, помощник.

В занятиях используются следующие **методы**:

1. Тренинг как метод активного социально-психологического обучения.
2. Метод социального проектирования.
3. Психогимнастические и подвижные игры.
4. Ролевые игры.
5. Коммуникативные игры.
4. Релаксационные методы.
5. Моделирование и анализ заданных ситуаций.
6. Беседы с использованием демонстрационного раздаточного материала (ксерокс небольших статей, карточки для заполнения, карточки с высказываниями, неоконченными предложениями и др.).
7. Работа с отечественными и зарубежными фильмами (1) Просмотр фильма одним обучающимся; 2) Предоставление записи фильма для всех участников группы или групповой просмотр фильма на дому; 3) Обсуждение сюжетных линий и поведения персонажей; 4) Проигрывание отдельных сцен, переигрывание финала.).

### **Прогнозируемые результаты:**

## **По окончании первого года обучения** учащиеся объединения

### **должны знать:**

- основные приёмы самодиагностики в процессе общения;
- основные приёмы управления собственным эмоциональным состоянием;
- правила ведения дискуссий;
- виды конструктивного поведения в конфликте и способы его предупреждения;
- правила безопасности общения на занятиях и вне стен объединения.

### **Должны уметь:**

- ставить и достигать определённые жизненные цели;
- пользоваться приёмами самодиагностики;
- пользоваться приёмами управления своими эмоциями;
- анализировать человеческое внутреннее состояние по его внешнему проявлению;
- применять техники бесконфликтного поведения и техники поведения в конфликте;
- использовать различные стили межличностного общения.

## **По окончании второго года обучения** учащиеся объединения

### **должны знать:**

- различные типы и модели семей, уровни взаимоотношений в них;
- способы преодоления стресса и страхов;
- законы в области защиты прав несовершеннолетних;
- техники публичного выступления;
- основные законы и принципы этикета;
- различные виды лидерства, наличие в себе определённых лидерских качеств;

### **Должны уметь:**

- (иметь) конкретную точку зрения на различные философские аспекты;
- позитивно и продуктивно общаться в микросоциуме «семья»;
- пользоваться приёмами психологической саморегуляции (управление эмоциями, чувствами, снятие излишнего психического напряжения);
- проявлять лидерские качества в необходимых ситуациях;
- аргументированно принимать решения.

## **По окончании третьего года обучения** учащиеся объединения

### **должны знать:**

- личные особенности, помогающие или мешающие эффективному межличностному взаимодействию;
- основное содержание и этапы КТД;
- основные правила подготовки и проведения тренинговых занятий;
- основы проектной деятельности.

### **Должны уметь:**

- подчиняться самому себе и другому человеку;
- слаженно и эффективно работать в команде;
- проявлять лидерские качества;
- подготавливать и реализовывать социальные проекты.

## **Формы подведения итогов реализации программы.**

### 1. Диагностика

Для оценки результативности занятий применяется входной, текущий и итоговый контроль.

#### **Используемые методики:**

- Опросник «Личностный рост». (См. Приложение.)
- Тест на коммуникативные способности.

### 2. Рефлексия в конце каждого занятия.

Даётся две оценки занятия:

1. Эмоциональная (понравилось – не понравилось).
2. Смысловая (что мы узнали, почему это важно).

### 3. Личные ведомости (Зачётка перед самим собой).

## Зачётка перед самим собой

Самооценка (5 бальная система)	0	1	2	3	4	5
<b>К себе:</b>						
Уметь быть спокойным, уверенным, держать выбранную программу поведения						
Уметь учиться, а не защищаться (воевать, оправдываться, отрицать, в упор не видеть, ...)						
<b>К людям:</b>						
Уметь видеть в людях хорошее – и то, что есть						
Уметь доверять и принимать доверие						
Уметь относиться к людям с открытостью и любовью (хотя бы недолго)						
Умение быть лидером, инициатором работы на занятии и жизни группы в целом						
Уметь работать в команде, работая на тёплую атмосферу и реальный результат						
<b>К мыслям и речи:</b>						
Уметь слушать: иметь терпимость, интерес и открытость к не своим мыслям						
Уметь формулировать свои мысли красиво, вразумительно и без мусора						
Уметь дискутировать результативно						

Где столбцы 0,1,2,3,4,5 обозначают:

0 – самооценка на начало обучения по программе.

1 - самооценка на конец первого года обучения.

2 - самооценка на начало второго года обучения.

3 - самооценка на конец второго года обучения.

4 - самооценка на начало третьего года обучения.

5 - самооценка на конец обучения по программе.

4. Беседы с родителями.

5. Свечки (доверительные беседы при свече).

### **Принципы организации и работы объединения общения «Смайл»:**

- 1) Принцип добровольного участия (старшеклассник должен иметь естественную внутреннюю заинтересованность в изменении своей личности);
- 2) Принцип организации постоянной самодиагностики (в содержании занятий включаются вопросы и упражнения, рассчитанные на самораскрытие старшеклассников, осознание и формулирование их собственных личностных особенностей);
- 3) Принцип взаимодействия в стиле диалога (основан на взаимном уважении участников, на их полном доверии друг другу, готовности выслушать собеседника и признать его право иметь свою точку зрения);
- 4) Принцип постоянной обратной связи (непрерывное получение участником информации от других членов группы о результатах его действий в ходе занятий);
- 5) Принцип гармонизации интеллектуальной и эмоциональной сфер (с одной стороны, для тренингового занятия характерен высокий эмоциональный накал, участники искренне переживают происходящие в группе события, это помогает им настроиться на откровенность, становиться более гуманными по отношению друг к другу; а с другой стороны, занятие активизирует и интеллектуальные аналитические процессы - обсуждение событий, групповая дискуссия);
- 6) Принцип баланса комфорта и дискомфорта (в целом атмосфера в группе комфортна, удобна, безопасна, однако в отдельные моменты на занятиях руководителем специально создаётся дискомфорт, преодолевая который старшеклассники раскрывают себя и развивают личность, отрабатывают приобретённые умения и навыки);

- 7) Принцип направленности на применение результатов тренинга в жизни (это перенесение полученного опыта на практику. Именно для этого и организуется данный клуб).

### **Основные формы работы на занятиях**

Важнейшая задача клуба общения - помочь старшекласснику выразить себя своими индивидуальными средствами, то есть характерными для каждого члена группы, а для этого сначала нужно научиться воспринимать и понимать себя. Самовосприятие личности осуществляется по пяти основным направлениям:

- 1) восприятие себя через соотнесения себя с другим человеком;
- 2) восприятие себя через восприятие себя другими людьми;
- 3) восприятие себя через результаты собственной деятельности;
- 4) восприятие себя через наблюдение собственных внутренних состояний;
- 5) восприятие себя через восприятие собственного внешнего облика.

Всего этого обучающийся достигает при прохождении восьми основных форм работы:

1. «Размышление о самом себе» (Индивидуальная работа);
2. «Лицом к лицу» (Личностный самоанализ через парную работу);
3. «Четвёрка» (Работа в микрогруппах);
4. «Великолепная семёрка» (Работа в «малой» большой группе);
5. «Карусель» (Общая работа в два круга);
6. «Аквариум» (Активная работа части группы при наблюдение другой части группы за работой товарищей со стороны);
7. «Посиделки» (Большой круг);
8. «Народное мнение» (Массовая свободная деятельность).

Также на занятиях кружка практикуются специальные базовые техники работы над собой:

- 1) Представление самого себя (самопрезентация);
- 2) Исполнение роли (имитация поведения какого-либо человека);
- 3) Диалог (изображение взаимоотношений между реальными людьми);
- 4) Монолог (проговаривание своих чувств и мыслей вслух);
- 5) Дублирование (попытка стать «психологическим двойником» определённого человека);
- 6) Обмен ролями (участники «меняются местами» и смотрят на себя со стороны);
- 7) «Шаг в будущее» (представление себя в будущем и попытка соответствующего поведения);
- 8) «Шаг в прошлое» (проигрывание прошедших ситуации и корректировка своих действий).

### **Структура занятия:**

- 1) Приветствие.
- 2) Опрос самочувствия (участники сразу погружаются в атмосферу «здесь и теперь», рефлексирова своё эмоциональное и физическое состояние, сообщая о своих мыслях и ожиданиях по отношению к предстоящему занятию, иногда рассказывая о снах, увиденных накануне).
- 3) Предложение ведущим темы занятия (иногда перед предложением темы занятия рассказывается притча, она служит своеобразным эпиграфом к предстоящей работе и за счёт своей метафоричности задаёт некоторую программу подсознанию участников).
- 4) Разминочные упражнения.
- 5) Основная (работа) часть (в ней упражнения пассивного характера перемежаются с подвижными играми - и те, и другие почти всегда заканчиваются обсуждением и рефлексией).
- 6) Рефлексия и подведение итогов занятия (высказывания участников по кругу о своём актуальном состоянии, осмысление проделанной работы, пожелания и предложения ведущему).
- 7) Прощание.