

«Согласовано»

Заместитель директора по ВР

МБОУ СОШ № 7

 /Джатдоева Ф. Х./

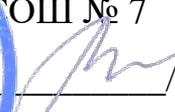
«10» августа 2023г.

«Утверждаю»

Директор

МБОУ СОШ № 7



 /Черныш О.В./

«10» августа 2023г.

**Рабочая программа
внеурочной деятельности направленного действия**

**«Дорога добра»
(социально-педагогическое направление)**

для обучающихся 9-11 классов

**Еремина Оксана Юрьевна
педагог-психолог**

**2023г.
город Кисловодск.**

Пояснительная записка.

Перечень нормативных документов, используемых для составления рабочей программы:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;
- Федеральный компонент государственного стандарта основного общего образования;
- Учебный план МБОУ СОШ № 7;
- Основная образовательная программа МБОУ СОШ № 7.

Программа «Дорога добра» направлена на развитие коммуникативных навыков среди учащихся 9 - 11 классов общеобразовательной школы. В программе курса подробно рассматриваются следующие вопросы: как сделать общение более эффективным, как сообщать информацию, как задавать вопросы, как противостоять манипуляциям, как быть более уверенным, как справляться со своими эмоциями и как избежать ненужных конфликтов.

Актуальность: Современное образовательное пространство школы имеет потенциально конфликтную среду, поскольку обучаются дети разных возрастов, взрослые (учителя и родители) из разных культур, социальных слоев, национальностей. К этому можно добавить максимализм подросткового возраста и борьбу ребят за свой статус. Важным для многих подростков является общение, способность влиять на других, принадлежность их к определенной группе в классе, использование разных социальных ролей. В настоящее время случаи проявления детской агрессии, силового способа решения конфликтов не являются редкостью. Однако, несмотря на публичное обсуждение подобных ситуаций, привлечение к решению данных проблем специалистов, ситуация, в целом, не меняется. В школе достаточно стандартный набор для решения конфликтов: карательный, направление к психологу или социальному педагогу, к директору, вызов родителей в школу, что усугубляет конфликтную ситуацию.

Обучающиеся в дальнейшей жизни часто необоснованно применяют силу или становятся жертвами агрессивных настроенных людей, не осваивают конструктивные способы разрешения конфликтных ситуаций. Исходя из этого, можно говорить о неэффективности применяемых процедур для решения и профилактики конфликтных ситуаций во многих образовательных учреждениях. Таким образом, создание школьных служб примирения в наших школах достаточно актуально и своевременно. В этом процессе активная роль отведена самим обучающимся.

Конфликт должен быть решен его непосредственными участниками, поскольку только они смогут найти лучшее решение. Помогает им нейтральный посредник (медиатор), который не судит, не советует, не воспитывает, не защищает, не винит, не принуждает.

Цель программы: подготовка подростков для работы в школьных службах примирения (обучение восстановительным технологиям), формирование базовых умений у обучающихся, необходимых для организации безопасного пространства в воспитательно-образовательной среде.

Задачи:

- развить навыки общения;
- подготовить учащихся к осознанию и пониманию многогранности мира общения;
- обеспечить учащихся средствами самопознания;
- развивать навыки, необходимые для успешного и всестороннего взаимодействия с окружающим миром;
- развивать стремления к позитивным личностным преобразованиям.

Планируемые результаты:

- расширить знания о психологии как науки;
- научить использовать приобретенные знания;
- обучить подростков умению видеть собственные недостатки и принимать их, а также умению принимать недостатки других людей;
- помочь обучающимся осознать ценность и уникальность собственного «Я» и «Я» каждого человека, общности с другими людьми;
- помочь в осознании ответственности за собственную судьбу;
- оказать помощь для улучшения межличностных отношений;
- способствовать развитию уверенности в собственных силах, умений разработать свою стратегию жизни;
- сформировать навыки активного планирования жизни (благодаря конкретным способам и приемам постановки задач с учетом реальных возможностей и способностей).

Структура программы.

Программа рассчитана 1 год изучения, т.е. на 34 академических часа.

Целевая группа: обучающиеся 9х -11х классов.

Количество часов по программе: 34 часа, количество часов в неделю 1 час.

Формы, методы работы: Основной формой обучения является учебно-практическая деятельность учащихся. Приоритетными методами являются упражнения, лабораторно-практические, учебно-практические

работы. В программе предусмотрено выполнение учащимися творческих или проектных работ, беседы, практикум, лекции, работа с книгой, слайд-лекция, межпредметные интегрированные уроки, деловые и ролевые игры, проблемные дискуссии.

Планируемые результаты:

- расширить знания о психологии как науки;
- научить использовать приобретенные знания;
- обучить подростков умению видеть собственные недостатки и принимать их, а также умению принимать недостатки других людей;
- помочь обучающимся осознать ценность и уникальность собственного «Я» и «Я» каждого человека, общности с другими людьми;
- помочь в осознании ответственности за собственную судьбу;
- оказать помощь для улучшения межличностных отношений;
- способствовать развитию уверенности в собственных силах, умений разработать свою стратегию жизни;
- сформировать навыки активного планирования жизни (благодаря конкретным способам и приемам постановки задач с учетом реальных возможностей и способностей).

Структура программы.

Программа рассчитана 1 год изучения, т.е. на 34 академических часа.

Целевая группа: обучающиеся 9х -11х классов.

Количество часов по программе: 34 часа, количество часов в неделю 1 час.

Формы, методы работы: Основной формой обучения является учебно-практическая деятельность учащихся. Приоритетными методами являются упражнения, лабораторно-практические, учебно-практические работы. В программе предусмотрено выполнение учащимися творческих или проектных работ, беседы, практикум, лекции, работа с книгой, слайд-лекция, межпредметные интегрированные уроки, деловые и ролевые игры, проблемные дискуссии.

Содержание занятий:

Модуль 1. Медиация – технология разрешения конфликта.

Тема 1. Знакомство участников друг с другом. Презентация программного курса. Цели и задачи курса. Диагностика: анкета «Мои ожидания»; Методика К.Томаса («Стили разрешения конфликтов»); Тест КОС («Методика изучения коммуникативных и организаторских умений»).

Тема 2. Общение. Структура и средства общения. Позиции в общении. Стили общения. Манипулирование. Дискуссия «Что мешает открытому общению?» Тест «Три Я» (позиции в общении).

Тема 3. Эмоции и чувства. Роль чувств в жизни человека. Формы переживания чувств. Аффекты. Настроение. Как управлять своим состоянием и как его изменить. Стресс. Трудные ситуации и развитие. Как развивать навыки самообладания при общении с неприятными вам людьми.

Тема 4. Что такое конфликт? Основные стили разрешения конфликтов. Динамика конфликта. Конструктивное разрешение конфликтов. Принципы управления конфликтом. Обсуждение результатов Теста К.Томаса. Упражнение «Разногласие» (в качестве основы для упражнения может послужить ситуация конфликта из художественной литературы или фильма, реальная история). Два участника в присутствии группы играют роли участников конфликта. Задача: достичь взаимопонимания, применяя принципы управления конфликтом.

Тема 5. Механизмы межличностного восприятия. Барьеры в общении. Дискуссия на тему «Что мне помогает и что мешает общению?» Ролевая игра «Нейтрализация негативных эмоций» (задача: нейтрализовать негативные эмоции, конструктивно выразить свои чувства и перейти к спокойному обсуждению ситуации). Упражнение «Я - высказывание» (обучающиеся разбиваются на пары и практикуют «Я - высказывания» в ответ на какую-то эмоционально негативно заряженную фразу, обвинение, критику).

Тема 6. Понятие медиации. История. Что такое восстановительная культура отношений в конфликте. Область применения медиативных технологий. Принципы медиации. Стадии медиации.

Тема 7. Функции медиатора. Личность медиатора. Подготовка и организация медиации. Ролевая игра-тренинг «Новое в конфликте» (Задается конфликтная ситуация-легенда, выбирается учащийся на роль медиатора, отработка стадий медиации). Навыки обратной связи.

Тема 8. Школьная служба медиации. Задачи. Назначение. Возможности реализации практической работы службы. Дискуссия. Мозговой штурм.

Тема 9. Медиация. Практика. Анкета обратной связи «Мои итоги курса». Супервизия (обучающиеся друг другу помогают обсудить разбор ситуаций).

Модуль 2. Взаимодействие средствами социокультурной среды.

Тема 10. Бизнес-игра «Новое начало «Дипломат»

Тема 11 Кинотренинг «Красный квадрат (художественные фильмы, мультфильмы, документальное кино) (в зависимости от возраста участников)

Тема 12 Игра «Лидер» Содержание занятий: 1. Игра является наиболее естественной формой взаимодействия между людьми, именно в игре личность развивается свободно, стремительно и гармонично. Бизнес-игра «Новое начало». В игре участникам предстоит определить стратегию собственной компании, научиться распределять ресурсы, планировать, вести переговоры, договариваться, выстраивать отношения. В рамках игры оцениваются навыки деловой коммуникации участников, широта и эффективность их коммуникативного инструментария в целом, готовность и способность брать на себя ответственность в переговорах. Участники работают в командах. Каждая команда выступает единым коллективным субъектом на переговорах. Команды могут свободно вводить любые механизмы принятия единых внутрикомандных решений. Игровой инвентарь: карточки, кубики, фишки, бумага, ручка. В процессе игры можно использовать видеоаппаратуру (с разрешения участников игры), для более эффективной обратной связи.

Тема 13 Кинотренинг - «терапия искусством». Кинотренинг - это способ познания человека при помощи кино, направленный на совершенствование умения видеть и анализировать психологию человека, особенности его поведения в различных ситуациях. Кинотренинг дает возможность получить инструмент для критического пересмотра собственных личностных ресурсов и основанных на них правил жизни; улучшение способности к коммуникации с самим собой и с окружающим миром. Занятия включают: Интерактивный лекционный материал (основные темы, которые будут обсуждаться после просмотра); Просмотр и анализ фильмов и видеоматериалов; Проведение и обсуждение тренинговых упражнений; Самотестирование Съёмка учебных видеофильмов Рекомендуемые фильмы (примеры): «Заплати другому»; «Человек, который изменил все»; «Чучело»; «Буратино»; «Цирк бабочек»; Документальный фильм о Нике Вуйчиче.

Тема 14 Тайм-менеджмент Формирование целей, собственной реализации. Тайм-менеджмент, развитие финансовую грамотность и раскрыть лидерские качества. На примере увидеть как развитие ключевых навыков лидера: ораторское искусство, уверенность, смелость, коммуникативная компетенция дают возможность личности достигнуть больших успехов. Как мы знаем, каждый человек постоянно находится в процессе коммуникации, поскольку всякое индивидуальное действие осуществляется в условиях прямых или косвенных отношений с другими людьми. Отсюда исходит важность коммуникативной компетенции для успешного человека. И очевидным становится не просто знать, что такое коммуникативность, но и

как она проявляется, и как надо ею управлять для достижения поставленных целей.

Модуль 3. Внутренний мир человека и возможности его психологического познания.

Тема 15. Исторические и культурные аспекты психологии, как науки.

Знакомство с понятием “психология”, «тренинг». Формирование теоретических представлений и понятий, связанных с миром психологии. Активизация умственной активности. Классификация психологических техник.

Развивающие процедуры: круглый стол – знакомство с самим собой.

Тема 16. Аудиал, визуал кинестетик.

Знакомство с понятием восприятие. Формирование представлений учащихся об основных принципах деления по типам восприятия.

Диагностические методики: «Бабочки» *Практическая работа:* определение собственного типа восприятия.

Тема 17. «Пирамида потребностей Маслоу».

История создания данной психологической типологии. Понятие «потребность». Воспитывать интерес к социальной деятельности.

Практическая работа: создание собственной пирамиды потребностей.

Тема 18. Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия решений.

Диагностические процедуры. Опросник «Какая у меня воля?».

Обогащать словарь психологическими терминами.

Релаксирующие упражнения: «листопад», упражнение – игра «Мы листики осенние...»

Тема 19. Эмоции и чувства, их функции в процессе общения. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния).

Диагностические процедуры. Опросник «Беспокойство — тревога», методика «Незаконченные предложения».

Диагностические процедуры: «Сложные ассоциации».

Практическая работа: создание эскиза «Мои эмоции».

Тема 20 Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия решений.

Диагностические процедуры. Опросник «Какая у меня воля?».

Закреплять умение принимать решения.

Психогимнастика: «Мы листики на ветру...».

Тема 21. «Я сам».

Актуализация осознанного самостоятельного выбора.

Формирование информационного пространства.

Практическая работа: автономный игровой тренинг по развитию навыков целеполагания и планирования.

Тема 22. Этапы формирования социально-значимой личности.

Практическая работа: упражнение «Лестница успеха».

Тема 23. Темперамент.

Формирование представлений учащихся о типах и особенностях темперамента.

Развивающие процедуры: круглый стол – обсуждение соответствия личностных представлений с типами темперамента.

Тема 24. Обмен информацией в коммуникативном процессе

Культурно-художественный лекторий «конфликты»

Практическая работа: ситуации конфликта.

Тема 25. Уклонение или Избегание.

Закреплять знания о стилях поведения в конфликте.

Воспитывать положительные эмоции от работы, желание обыграть ситуацию.

Практическая работа: Освоить поведение «объекта» в конфликте.

Тема 26. Приспособление.

Закреплять знания о стилях поведения в конфликте. Продолжать эмпатийное сопровождение.

Тема 27. Конкуренция или Соперничество.

Закреплять знания о стилях поведения в конфликте. Компромисс.

Закреплять знания о стилях поведения в конфликте.

Практическая работа: использование всех типов поведения в конфликте.

Круглый стол: дискуссия по результатам выполненных заданий. Закреплять навык использования ПЛП.

Практическая работа: тренинг с использованием всех изученных методик ПЛП.

выложить краски на палитру и смешать их. Освоить закрашивание одного «объекта».

Тема 28. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на других .

Познакомить учащихся с новой психологической техникой.

Обогащать словарь.

Пресуппозиция: Люди сами творят свои переживания.

Формирование представлений учащихся об основных принципах психологической работы. Подстройка. Установка раппорта с помощью подстройки.

Пресуппозиция: Смысл общения - в реакции собеседника.

Тема 29. Меня свой мир.

Субмодальности и смысл переживаний. Изменение переживаний и поведения.

Пресуппозиция: Разум и тело - взаимодополняющие одной системы. Сила неопределенности. Принципы языка Милтона. Раппорт и утилизация. Применение милтоновских структур.

Пресуппозиция: Каждый действует по-своему безупречно. Власть языка. Язык как средство достижения желаемого "А-Прим". Иерархия идей. От слов к результатам.

Пресуппозиция: каждый выбирает лучшее из того, что ему доступно.

Тема 30. Как видит мозг!

Надежный "автопилот". Системы представления. Определение предпочитаемых форм восприятия. Движения глаз. Синестезия.

Пресуппозиция: За каждым поступком - благие побуждения.

Тема 31. Методы межличностного общения.

Тема 32. Понимание в процессе общения.

Нерефлексивное и рефлексивное слушание.

Тема 33. Невербальное общение.

Тема 34. Искусство общения – тренинг-игра.

Формы и средства контроля:

Модуль 1: Медиация – технология разрешения конфликта.

-отчет по отработанному конфликтному случаю с использованием восстановительных технологий;

-супервизия.

Модуль 2: Взаимодействие средствами социокультурной среды.

-отработка обратной связи после каждого мероприятия (дискуссия, анкета).

Модуль 3: **Внутренний мир человека и возможности его психологического познания.**

-защита проекта.

Планируемые результаты: В результате изучения курса обучающийся должен **Знать:**

- понятийный аппарат, принятый в конфликтологии;
- понимать механизм возникновения эмоций человека;
- приемы активного слушания;
- основные понятия медиации, восстановительного подхода в медиации;
- алгоритм проведения восстановительной процедуры;
- принципы развития школьных служб примирения.

Уметь:

- определять стили разрешения конфликта;
- владеть техникой управления эмоциональным состоянием собеседника;
- проводить программы примирения;
- участвовать в работе школьной службы примирения.

Предполагаемый личностный результат:

- аргументировать и представлять свою точку зрения;
- вести дискуссию;
- участвовать в социально-значимой деятельности;
- строить конструктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
- участвовать в школьном самоуправлении;
- приобрести навыки бесконфликтного взаимодействия.

Изучение данного курса ведется с использованием разнообразных методов и приемов:

- практические (тестирование, анкетирование) и тренинговые задания;
- ролевая игра;
- разбор сложных ситуаций (групповая дискуссия); тематический рисунок;
- проектирование;
- обратная связь;
- кинотренинг;
- лекция;
- диспут;
- мозговой штурм.

Данный курс готовит обучающихся к участию в переговорах в роли посредников, помогающих сторонам прийти к согласию и сохранить, или восстановить добрые отношения. В доступной форме обучающиеся знакомятся с основами конфликтологии, с правилами ведения переговоров,

приемами восстановительного способа реагирования на конфликт, новыми коммуникативными навыками.

Распределение часов по темам:

Урок п/п	Название / тема	Количество часов	Теория	Практически е работы
.	Введение. Модуль 1. Медиация – технология разрешения конфликта.	9	5	4
.	Модуль 2. Взаимодействие средствами социокультурной среды.	5	0	5
.	Модуль 3. Внутренний мир человека и возможности его психологического познания.	20	10	10
ИТОГО		34	15	19

Тематическое планирование.

№ урока	Тема урока, раздела	Кол- во	Класс		Класс		Класс	
			9		10		11	
			По плану	По факту	По плану	По факту	По плану	По факту
Введение. Модуль 1. Медиация – технология разрешения конфликта.								
1	Введение.	1						
2	Общение. Структура и средства общения.	1						
3	Эмоции и чувства.	1						

4	Что такое конфликт?	1						
5	Механизмы межличностного восприятия. Барьеры в общении.	1						
6	Понятие медиации. История. Что такое восстановительная культура отношений в конфликте.	1						
7	Функции медиатора.	1						
8	Школьная служба медиации. Задачи. Назначение. Возможности реализации практической работы службы.	1						
9	Медиация.							
Модуль 2. Взаимодействие средствами социокультурной среды.								
10	Бизнес-игра «Новое начало «Дипломат»	1						

11	Кинотренинг «Красный квадрат (художественные фильмы, мультфильмы, документальное кино) (в зависимости от возраста участников)	1						
12	Игра «Лидер»	1						
13	Кинотренинг - «терапия искусством».	1						
14	Тайм-менеджмент Формирование целей, собственной реализации.	1						
Модуль 3. Внутренний мир человека и возможности его психологического познания.								
15	Исторические и культурные аспекты психологии, как науки.	1						
16	Аудиал, визуал кинестетик.	1						
17	«Пирамида потребностей Маслоу»	1						

18	Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия решений.	1						
19	Эмоции и чувства, их функции в процессе общения. Основные формы эмоциональных переживаний (настроения, аффекты, фрустрация, стрессовые состояния).	1						
20	Специфика волевого поведения в отличие от импульсивного и зависимого. Условия развития воли. Роль воли в процессе принятия решений.	1						
21	«Я сам».	1						
22	Этапы формирования социально-значимой личности. <i>Практическая работа:</i> упражнение «Лестница успеха».	1						

23	Темперамент .	1						
24	Обмен информацией в коммуникативном процессе.	1						
25	Уклонение или Избегание.	1						
26	Приспособление.	1						
27	Конкуренция или Соперничество.	1						
28	Как завоевывать друзей и оказывать влияние на других.	1						
29	Меняя свой мир.	1						
30	Как видит мозг!	1						
31	Методы межличностного общения.	1						
32	Понимание в процессе общения. Нереплексивное и рефлексивное слушание.	1						
33	Невербальное общение.	1						

34	Искусство общения – тренинг-игра.	1						
----	--------------------------------------	---	--	--	--	--	--	--

4

Список использованной литературы:

1. Ежова Н.Н., Научись общаться! Коммуникативные тренинги., Ростов-на-Дону 2006г.
2. Крижанская Ю.С., Третьяков В. П. Грамматика общения. — М.: Смысл, 2016 г.
3. Льюис Д. Тренинг эффективного общения. М., 2002.
4. Маркичева Т.Б., Ножин Е.А. Деловое общение: практические рекомендации. М.:РАГС, 2012 г.
5. Мелибруда Е. Я-ты-мы: Психологические возможности улучшения общения. М:Прогресс, 1988 г.
6. Мид М. “Культура и мир детства”. М.: Наука , 1988, стр.6-23
7. Моница Г.Б., Лютова-Робертс Е.К., Коммуникативный тренинг, СПб.: Речь 2005г.
8. Рогов Е.И. Психология общения. — М.: Владос, 2001г.
9. Скотт Г Джинни. Конфликты: пути преодоления. Киев: Издат. “Верзилин и К ЛТД”,2015 г.
10. Тортель А.Л., Психология. Курс лекций., М.: Проспект 2006 г.
11. Фопель К., Сплоченность и толерантность в группе. М., 2002г.
12. Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения, М.: Академия 2002г.
13. Аллахвердова О.В., Карпенко А.Д. Медиация переговоры в ситуации конфликта. СПб, Аллахвердова О.В., Карпенко А.Д. Медиация переговоры с участием посредника. СПб: «Роза мира»,
14. Иванова Е.Н. Коммуникативные инструменты конфликтолога. СПб: Санкт- Петербургское философское общество, 2008 г.
15. Иванова Е.Н. Конфликтологическое консультирование. Новосибирск: Издательство НГГУ.
16. С Коновалов А. Школьная служба примирения и восстановительная культура отношений. М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа».
17. Письмо Министерства Образования и Науки России ВК-844/07 от г. 8. Федеральный закон от 27 июля 2010 г. 193-ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)».
18. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».