

Департамент образования Администрации города Ноябрьска

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 2 с углубленным изучением иностранных языков»  
муниципального образования город Ноябрьск»

**РАССМОТРЕНО**

на заседании методического  
объединения

Протокол № 1  
от «  »    202   г.

Руководитель методического  
объединения: \_\_\_\_\_

**СОГЛАСОВАНО**

   заместитель  
директора по УВР  
Сайфуллина Е.С.  
Ф.И.О.  
от «3» 08 2023  
г.

**УТВЕРЖДАЮ**

   директор  
школы  
И.Л.Гребнева  
приказ №    от  
от «3»    202   г.



**Рабочая программа**  
среднего общего образования  
по элективному учебному предмету  
**«Психологии межличностных отношений»**  
базовый уровень  
срок освоения 1 год  
1 час в неделю (всего 34 часа)  
10 класс

Автор(ы)-составител(и):  
*Петрова Мзия Валерьевна*  
Педагог-психолог

**Учебник:** Куницина В.Н. и др. Межличностное общение. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2002. 544 с.

**Рабочая программа составлена на основе:** Программы Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. «Психология общения для старшеклассников», Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. «Основы конструктивного общения», Васильченко К.В. «Путешествие в страну «Я», Нартова-Бочавер С.К. «Психология личности и межличностных отношений»

Рабочая программа по элективному учебному курсу «Психология межличностных отношений» для среднего общего образования (базовый уровень) составлена на основе ФГОС СОО, программы Пономаренко П.П., Белоусова Р.В. «Психология общения для старшеклассников», Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.П. «Основы конструктивного общения», Васильченко К.В. «Путешествие в страну «Я», Нартова-Бочавер С.К. «Психология личности и межличностных отношений». Программа учебного курса для 10 класса, согласно требованиям к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, в соответствии с учебным планом школы, календарным учебным графиком школы.

Рабочая программа по по элективному учебному предмету «Психология межличностных отношений» для среднего общего образования (базовый уровень) рассчитана на: 34 часов (1 час в неделю).

## **Содержание учебного предмета «Психология межличностных отношений» 10 класс (34 часов)**

### **Введение в психологию межличностных отношений (2 часа)**

Определение психологии как науки, её место среди наук о человеке. Житейская и научная психология: сходство и различия. Восприятие и понимание людьми друг друга.

### **Технология коммуникации (5 часов)**

Коммуникативная компетентность. Рефлексия, ее роль в процессе общения. Способы установления контакта. Помехи в общении. Виды и стили общения. Манипулятивное общение как деструктивный фактор. Приемы расположения к себе. Самопрезентация.

### **Межличностные отношения как предмет научного знания (3 часа)**

Содержание, структура и специфика межличностных отношений. Особенности межличностных отношений с трудными партнерами. Роль общения в развитии личности

### **Невербальное общение (4 часа)**

Виды невербальных средств общения. Значения прикосновений. Влияние взгляда на процесс общения. Выражение эмоционального состояния невербальными средствами.

### **Вербальное общение (5 часа)**

Искусство слушать собеседника. Техника постановки вопросов. Вербализация чувств. Обратная связь и ее роль в коммуникации. Тренинг положительного эмоционального контакта.

### **Общение в конфликте (5 часов)**

Сущность конфликта и его структура. Основные стратегии поведения в конфликте. Управление конфликтом. Табу в ситуациях конфликта. Ошибки конфликтующего.

### **Деловое общение (4 часа)**

Правила убеждения собеседника. Выступление с убедительной речью. Общение между коллегами. Техники регуляции эмоционального напряжения.

### **Личные взаимоотношения людей. (2 часа)**

Партнерство, товарищество, дружба, любовь как положительные личные взаимоотношения. Отрицательные личные взаимоотношения, их причины возникновения.

### **Роли и социальные институты (2 часа)**

Социальные роли. Социальные навыки. Психологические ловушки большого социума.

### **Искусство жить в гармонии с собой и другими (2 часа)**

Обобщение знания о себе, своей самооценности. Обобщение знания о понимании других людей.

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

В результате освоения программы элективного учебного курса «Психология межличностных отношений» формируются следующие универсальные учебные действия, соответствующие требованиям ФГОС СОО:

### Личностные результаты:

- оценивание поступков людей, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами ориентация в системе моральных норм, понимание конвенционального характера морали;
- доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым насилиям;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании.
- умение конструктивно разрешать конфликты.

### Метапредметные результаты

- умение самостоятельно контролировать своё поведение в эмоционально-напряжённой обстановке и управлять им;
- умение принимать решения в проблемной ситуации на основе выбора социально приемлемых форм поведения;
- владение навыками слушания и понимания собеседника;
- умение прилагать волевые усилия и преодолевать трудности и препятствия на пути достижения целей.
- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном решении проблем, интегрироваться в группу сверстников. адекватное и самостоятельное восприятие и воспроизведение неречевых проявлений, т.е. сформированность полноценных средств неречевого общения, не отличающихся от нормально видящих.
- умение объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые при изучении этических норм и правил поведения человека.

### Предметные результаты

- формирование навыков коммуникативной деятельности;
- активизация речи в условиях совместной учебно-игровой деятельности;
- положительная мотивация к учению;
- умение самостоятельно действовать по инструкции педагога.

### 4 Тематическое планирование

№	Дата проведения		Тема	Кол-во часов	Форма организации	Вид деятельности
	Пред-полаг.	По факту				
<b>Введение в психологию межличностных отношений (2 часа)</b>						
1.			Определение психологии как науки, её место среди наук о человеке. Житейская и н	1	Проблемно-диалогическая лекция с элементами дискуссии.	Учатся понимать значение психологических знаний для жизни человека.

			аучная психология: сходство и различия.			
2.			Восприятие и понимание людьми друг друга.	1	Проблемно-диалогическая лекция с элементами дискуссии.	Учатся анализировать причины, ведущие к искажению информации в процессе восприятия людьми друг друга.
<b>Технология коммуникации (5 часов)</b>						
3.			Коммуникативная компетентность. Рефлексия, ее роль в процессе общения	1	Проблемно-диалогическая лекция.	Учатся передавать информацию с помощью интонаций. Учатся рефлексировать, применять навыки самоанализа.
4.			Способы установления контакта. Помехи в общении.	1	Парная работа	Учатся распознавать и анализировать особенности проявлений психологических защитных механизмов, их функций и роли в поведении человека.
5.			Виды и стили общения.	1	Проблемно-диалогическая лекция с элементами дискуссии	Изучают стили общения. Учатся определять тот или иной стиль общения
6.			Манипулятивное общение как деструктивный фактор.	1	Парная работа	Знакомятся с умением управления собеседником против его воли. Изучают особенности защиты от манипуляций.
7.			Приемы расположения к себе. Самопрезентация	1	Парная работа	Знакомятся с приемами поддержания разговора, создания благоприятного впечатления.
<b>Межличностные отношения как предмет научного знания (3 часа)</b>						
8.			Содержание, структура и специфика межличностных отношений	1	Проблемно-диалогическая лекция.	Знакомятся с основными категориями психологии межличностных отношений и функций

						межличностных отношений.
9.			Особенности межличностных отношений с трудными партнерами.	1	Парная работа.	Знакомятся с особенностями межличностных отношений с трудными партнерами Уметь: Пользоваться методами экспресс диагностики индивидуальнотипологических особенностей партнеров по общению
10.			Роль общения в развитии личности и в профессии	1	Парная работа.	Изучают важность общения в жизни и в профессиональной деятельности
<b>Невербальное общение (4 часа)</b>						
11.			Виды невербальных средств общения.	1	Работа в группах	Учатся определять интонации, жесты, мимику, пантомимику.
12.			Значения прикосновений.	1	Работа в группах	Изучают язык телодвижений
13.			Влияние взгляда на процесс общения.	1	Работа в группах	Учатся определять взгляды и их значение
14.			Выражение эмоционального состояния невербальными средствами	1	Групповая работа, игровые упражнения	Учатся передавать эмоции при помощи языка тела.
<b>Вербальное общение (5 часа)</b>						
15.			Искусство слушать собеседника.	1	Парная работа	Обучаются слушать собеседника активно
16.			Техника постановки вопросов	1	Парная работа	Знакомятся с основными ошибками активного слушания.
17.			Вербализация чувств	1	Игровые упражнения	Учатся выражать свои чувства при помощи речи.

18.			Обратная связь и ее роль в коммуникации	1	Парная работа	Учатся конструктивно реагировать на негативные эмоции партнеров по общению, вырабатывать собственные способы эффективной коммуникации.
19.			Тренинг положительно го эмоциональног о контакта	1	Парная работа. Игровые упражнения	Овладевают способами установления контакта
<b>Общение в конфликте (5 часов)</b>						
20.			Сущность конфликта и его структура.	1	Дискуссия	Учатся характеризовать понятия конфликт, динамика конфликта.
21.			Основные стратегии поведения в конфликте	1	Парная работа, игровые упражнения	Уметь выявлять собственный стиль поведения в конфликтной ситуации,
22.			Управление конфликтом	1	Парная работа, игровые упражнения	Учатся применять способы конструктивного поведения в конфликте.
23.			Табу в ситуациях конфликта.	1	Дискуссия	Учатся выходу из конфликта. Знакомятся с ошибками конфликтующего.
24.			Ошибки конфликтующе го.	1	Парная работа, игровые упражнения	Учатся определять ошибки конфликтующего на практике.
<b>Деловое общение (4 часа)</b>						
25.			Правила убеждения собеседника.	1	Дискуссия.	Учатся основным правилам убеждения собеседника.
26.			Выступление с убедительной речью.	1	Индивидуаль ная работа. Выступление	Учатся выступать перед аудиторией Учатся составлению убедительной речи по интересующей теме.
27.			Общение между коллегами.	1	Групповая работа.	учатся вступать в отношения сотрудничества, взаимопомощи.

28.			Техники регуляции эмоционального напряжения.	1	Выполнение упражнений	Учатся приемам эмоциональной саморегуляции, релаксации
<b>Личные взаимоотношения людей. (2 часа)</b>						
29.			Партнерство, товарищество, дружба, любовь как положительные личные взаимоотношения.	1	Минилекция	Учатся характеризовать понятия: партнерство, товарищество, дружба, любовь.
30.			Отрицательные личные взаимоотношения, их причины возникновения	1	Дискуссия	Учатся анализировать свои и чужие личные взаимоотношения.
<b>Роли и социальные институты (2 часа)</b>						
31.			Социальные роли. Социальные навыки	1	Сюжетно-ролевая игра	Учатся определять социометрические роли (лидеры, отверженные, пренебрегаемые), групповые нормы, конформизм.
32.			Психологические ловушки большого социума	1	Сюжетно-ролевая игра	Знакомятся с приемами противостояния давлению, умения сказать «нет».
<b>Искусство жить в гармонии с собой и другими (2 часа)</b>						
33.			Обобщение знания о себе, своей самооценности.	1	Упражнение на рефлекссию. Самоанализ.	Учатся оценивать себя и других людей как личности.
34.			Обобщение знания о понимании других людей	1	Беседа	Учатся сравнивать психологические характеристики личности, данные разными людьми.

