

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

СОГЛАСОВАНО

Руководитель НМС

УТВЕРЖДЕНО

Директор гимназии

\_\_\_\_\_  
Ч.Ю. Ал-Хазаали  
Протокол №\_\_ от «\_\_»  
\_\_\_\_\_ 2023 г.

\_\_\_\_\_  
О.В. Грекова  
Протокол №\_\_ от «\_\_»  
\_\_\_\_\_ 2023 г.

\_\_\_\_\_  
Е.А. Москалева  
Приказ №\_\_ от «\_\_»  
\_\_\_\_\_ 2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Элективного курса «Эффективные коммуникации»

для обучающихся 11 класса

**Пермь 2023**

**Программа**  
**элективного курса «Эффективные коммуникации»**  
**11 класс**

**Пояснительная записка.**

Одним из важных аспектов воспитания выпускника гимназии становится формирование зрелых реалистичных установок на полноценное общение. Знание инструментов эффективных коммуникаций, а также современных форм ведения общественных диалогов – ключ к собственному личному успеху старшеклассника. Успешное будущее современного молодого человека во многом определяется его умением эффективно выстраивать коммуникационные связи. В век всеобщей цифровизации, когда виртуальные контакты вытесняют реальное взаимодействие людей, большое значение приобретает умение правильно интерпретировать вербальные и невербальные компоненты общения.

Особенность данного курса – прикладной характер. Каждое теоретическое занятие сопровождается практикумом. Содержательная часть курса предполагает не только психологическое просвещение (рассказ о «правильных» и «неправильных» формах общения), но и практическое освоение эффективных форм взаимодействия. Поэтому изложение материала осуществляется таким образом, чтобы информация была не просто доступной, но и усваивалась участниками программы в деятельностном режиме. Программа рассчитана на 34 часа и предполагает двухчасовые занятия 1 раз в неделю с группой старшеклассников из 10-15 человек. Набор в группу осуществляется по желанию, а также с учетом рекомендаций классных руководителей. В ходе занятий предусмотрено использование психодиагностических методик, направленных на изучение и анализ индивидуальных психологических качеств учащихся и на обеспечение их психического развития.

**Цель курса:**

Создать условия для освоения старшеклассниками технологий и форм совершенствования собственных коммуникативных навыков, способствовать профессиональному и жизненному самоопределению.

**Задачи:**

1. Познакомить с основными инструментами эффективных коммуникаций.
2. Сформировать навыки активного слушания и построения эффективных общественных диалогов.
3. Развить навыки интерпретации невербальных компонентов общения.
4. Оказать помощь в формировании успешного жизненного сценария.

### Формы и методы организации занятий:

- групповые беседы;
- мастер-классы;
- семинары, круглые столы;
- ролевые игры и упражнения;
- мозговой штурм;
- виртуальные экскурсии;

Оценка результативности и формы контроля отражены в учебно-тематическом планировании.

### Учебно-тематическое планирование элективного курса «Эффективные коммуникации»

№	Тема	Основное содержание	Формы организации	Кол-во часов
1.	Понятие «общения» в психологии. Виды общения и их анализ.	Общение и его психологическая структура. Функции общения и его значение в формировании личности.	Вводная беседа. Установление групповых норм. Актуализация знаний по теме курса. Тест «КОС»	1
2.	Общение как восприятие человека человеком.	Понятие социальной перцепции. Человек как объект и субъект восприятия (физический облик, мимика, жесты, походка, оформление внешности). Каузальная атрибуция, стереотипизация.	Беседа на тему «Какое послание миру ты несешь своим внешним видом?» Тренинг общения.	1
3.	Общение как обмен информацией. Барьеры общения	Структура коммуникативного процесса. Средства общения: вербальные и невербальные. Барьеры общения и способы их преодоления.	Групповая работа (поиск оптимальных путей преодоления барьеров общения).	1
4.	Трансактная теория	Понятие транзакции в психологии.	Лекция с	2

	общения. Позиции в общении	Структурный анализ общения. Позиции в общении и их проявление в поведении (родитель, взрослый, ребенок).	использованием электронной презентации. Самостоятельная работа с текстом «Теория Эрика Берна» Ролевые игры-упражнения	
5.	Элементы конфликтологии. Основные способы разрешения конфликтов	Психология конфликта. Роль конфликтов в общении. Виды конфликтов. Основные способы разрешения конфликтов: уход, сглаживание, компромисс, принуждение, конфронтация.	Видео-лекция Психологический практикум	2
6.	«Тайм-менеджмент-управление временем своей жизни?». «Матрица личного времени».	Правила тайм-менеджмента. Ловушки времени. Способы работы с «Матрицей личного времени».	Практическая работа с таблицей Заполнение /анализ, обсуждение Тренинг	2
7	Круглый стол как форма проведения моделированной дискуссии	Практическое занятие «Мой выбор – старт в будущее»	Вводная лекция. Круглый стол	1
8	Soft skills – универсальные компетенции	Личные качества, необходимые современному человеку: коммуникабельность, умение работать в команде, креативность, пунктуальность, уравновешенность.	Вводная беседа. Работа с таблицей.	2
9	Функциональные позиции в компании	Функциональные позиции в компании – роли: предприниматель, коммуникатор, инноватор, специалист, функционалист, аналитик, администратор, менеджер.	Мини-лекция. Упражнения	2

10	Личность в общении. Индивидуальный стиль деятельности	Индивидуальный стиль общения и успешность деятельности.	Дискуссия «О вкусах спорят!?»	2
11	Инструменты эффективных коммуникаций. Виды вопросов.	Вопрос как основной инструмент коммуникации. Виды вопросов (открытые, закрытые, альтернативные, риторические) правила работы с вопросами и возражениями.	Вводная беседа. Актуализация групповых норм. Анкетирование. Тренинг общения.	2
12	Установление контакта. Правила обратной связи	Способы установления контакта. Техники выравнивания напряжений. Правила обратной связи. Корректирующее взаимодействие: основные этапы.	Вводная беседа. Работа в парах.	2
13	Активное слушание.	Приемы и техники активного слушания. Этапы: полная концентрация внимания; подтверждение информации; подтверждение ощущений; подведение итогов	Тест «Активное слушание» Тренинг общения.	2
14	Компоненты общения	Психологический практикум «Вербальные и невербальные компоненты общения»	Тренинг общения	2
15	Деловая речь. Аргументация. Структура доказательства. Техники выравнивания напряжений.	Отличительные черты деловой речи. Аргументация: структура, ошибки и приемы. Структура доказательства. Требования к тезисам и аргументам. Техники выравнивания напряжений	Мини- лекция. Групповая работа (поиск оптимальных приемов аргументации).	2
16	Власть и влияние. Умения и способности руководителя.	Феномены руководства и лидерства. Виды власти Основные умения и способности эффективного руководителя.	Мини-лекция. Дискуссия	2
17	Способы построения успешной	Публичная лекция Практическое занятие	Разработка и презентация	4

	профессиональной карьеры	«Моя карьера»	собственных проектов	
--	-----------------------------	---------------	----------------------	--

### Список литературы

1. Бондарев В.П., Кропивянская С.О., Успешный выбор профессии, пособие- практикум для 8-11 класса, Москва «Вако», 2015 год.
2. Кузнецов К.Г., Серебряков А.Г., Моя будущая профессия, тесты по профессиональной ориентации школьников, 10-11 классы, учебное пособие, Москва «Просвещение», 2018 год.
3. Молчанова З.М., Тимченко А.А., Черникова Т.В. Личностное портфолио старшеклассника. – М., 2006 год
4. Пономаренко Л.П., Белоусова Р.В. Психология для старшеклассников (в двух частях) – М. 2003 год
5. Берн Э. Игры, в которые играют люди. 1998 год.
6. Люшер М. Сигналы личности. 1993 год.
7. Пиз. А. Язык телодвижений. 1992 г.