

Департамент образования и науки Тюменской области
Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Тюменской области
«Ишимский медицинский колледж»

Рассмотрена на заседании ЦМК
Общеобразовательных дисциплин

от «26» 11 20 20 г.

Протокол № н 3

Председатель ЦМК:

Ел Елизарова Т.В.

Утверждаю
Директор ГАПОУ ТО
«Ишимский медицинский
колледж»

Иванкова А.В.

«26» 11 20 20 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Юный психолог»**

Уровень программы: базовый
Возраст обучающихся: 14-18 лет

Ишим, 2020 г.

Организация-разработчик: Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Тюменской области «Ишимский медицинский колледж».

Разработчики: Севернюк Наталья Владимировна, педагог-психолог ГАПОУ ТО «Ишимский медицинский колледж».

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.....	4
2. Учебный (тематический) план.....	8
3. Содержание учебного (тематического) плана.....	9
4. Организационно-педагогические условия реализации программы	10
5. Учебно-методическое обеспечение программы	12

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный психолог» (далее – программа) социально-педагогической направленности рассчитана на обучающихся 14-18 лет, заинтересованных в изучении основ психологии и овладении практическими навыками межличностного общения. Одной из актуальных проблем в настоящее время является изучение психики человека и оптимальное использование индивидуальных возможностей в современных условиях.

Социальная значимость темы определяется тем, что в настоящее время общество нуждается в людях, гармонично развитых во всех отношениях.

Актуальность программы состоит в том, что она призвана помочь обучающемуся разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём в период взросления, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни. Современные школьники стремятся узнать о себе больше для успешного выбора жизненных целей.

Педагогическая целесообразность настоящей программы заключается в том, что её реализация содействует решению психологических проблем и позволяет создать доброжелательную атмосферу в детско-юношеских коллективах.

Новизна программы заключается в том, что в ней выстраивается единая линия занятий, которые помогают подростку справиться с психологическими проблемами на данном этапе его развития. Занятия по данной программе способствуют развитию психологических знаний, самопознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки); помогают раскрыть сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы (чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

Цель данной программы - расширение и углубление знаний обучающихся о психологической деятельности человека.

В процессе обучения решаются **задачи**:

Обучающие:

- сформировать базовые понятия из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии и психологии познавательных процессов;
- сформировать интерес к прикладным психологическим знаниям.

Развивающие:

- развить навыки эффективного общения;
- развить умения обучающихся адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
- развить навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- развить познавательные процессы.

Воспитательные:

- создать мотивацию для дальнейшего саморазвития обучающихся;
- способствовать сплочению коллектива;

- способствовать формированию взаимного доверия и толерантности.

Отличительные особенности программы. Программа помогает обучающимся попробовать себя в роли школьного психолога и способствует профессиональному самоопределению обучающихся.

Структура занятия. Основное содержание занятия представляет собой теоретическую часть и совокупность психотехнических упражнений и приемов, которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Занятия проходят как в лекционном формате, так и в формате игры и тренинга, что создаёт наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала. У обучающихся появляется возможность в спокойной игровой атмосфере отработать полученные навыки, решить личностные проблемы, в безопасной обстановке апробировать определённые роли. Для поддержания групповой динамики на занятиях используются различные виды работ: ритуал приветствия и прощания, разминочные упражнения, игры, требующие взаимодействия и сотрудничества детей, совместного поиска решений или их вариантов, соревновательные ситуации и т.д.

Программа включает в себя следующие блоки: тренинг командообразования, тренинг коммуникативных навыков, занятия, направленные на развитие толерантности, тренинг личностного роста, тренинг профессионального самоопределения.

Тренинги разрабатывались на основе работ Л.М. Анн, И.В. Вачкова, А.Г. Грецова, А.Г. Лидерс и др.

В данной образовательной программе используются следующие **формы занятий:**

1. Психологические игры и упражнения:
 - большие ролевые игры;
 - игры-переживания;
 - деловые игры;
 - психогимнастика;
 - упражнения на отработку различных навыков.
2. Различные методы тренинга:
 - ролевая игра;
 - мозговой штурм;
 - моделирование практических ситуаций;
 - работа в малых группах;
 - семинар;
 - метод кейсов.
3. Групповые дискуссии, беседы.
4. Информационные блоки.
5. Психологические тесты.
6. Элементы арт-терапии.
7. Элементы сказкотерапии.
8. Элементы телесно-ориентированной терапии.
9. Очно-заочные с применением дистанционных образовательных технологий.

Сроки реализации программы и режим занятий.

Программа рассчитана на 36 часов. Занятия проводятся по 2 часа 1 раз в неделю (2 раза по 45 минут с перерывом 5 минут). Программа включает в себя 12 часов теоретического материала (в дистанционном формате) и 24 часа практических занятий.

Категория участников.

Работа ведется в разновозрастных группах, группы комплектуются из обучающихся 14-18 лет. Численность группы - 15 человек.

Ожидаемые результаты обучения и способы их проверки.

По окончании курса обучения обучающиеся будут:

знать:

- что изучает «психология»;
- базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;
- виды конфликтов и пути их преодоления;
- эффективные формы работы в команде;
- методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;
- методику работы с психолого-диагностическим материалом;
- проблемы современного общества, возможности защитить себя и своих близких;
- виды социальной активности подростков;
- методику и технику проведения опроса.

уметь:

- взаимодействовать сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;
- доверять друг другу и регулировать свое поведение, исходя из правил тренинговой работы;
- применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;
- защищать себя и своё здоровье;
- высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека.

По окончании курса обучающиеся самостоятельно разрабатывают опросник, который корректируется вместе с педагогами и апробируется на ровесниках. Обучающимся предоставляется возможность самостоятельно выбрать тему исследования, составить вопросы для опроса.

Самостоятельность в выборе повышает чувство ответственности у обучающихся, а также мобилизует их творческий потенциал.

Формой подведения итогов является организация выставки обработанных результатов в рисуночно-схематической форме. Эта форма подведения итогов позволит увидеть, как были освоены полученные навыки, как ребята чувствуют себя в роли юного психолога, насколько корректно составляют вопросы и насколько инициативно подходят к подготовке собственного социального проекта.

Формы проведения аттестации и контроля:

- самопрезентация;
- устный опрос;
- игры, упражнения;
- диагностика;
- выполнение творческих работ, проекта;
- собеседование.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Формы аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	История развития психологической науки. Тренинг формирования эффективной команды.	4	2	2	Самопрезентация
2.	Психология общения. Тренинг коммуникативных навыков.	3	1	2	Составление мини-опросника «Коммуникативные навыки»
3.	Психология эмоций. Тренинг управления эмоциональным состоянием.	3	1	2	Упражнения
4.	Конфликты и причины их возникновения. Тренинг разрешения конфликтов.	4	1	3	Игра
5.	Толерантная личность. Тренинг развития толерантности.	3	1	2	Составление рекомендаций «Как стать толерантной личностью»
6.	Психология личности. Тренинг личностного роста.	4	2	2	Составление мини-опросника «Личностный рост»
7.	Профилактика социальных заболеваний. Профилактический тренинг. Формирование навыков выбора.	4	1	3	Творческая работа
8.	Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения.	3	1	2	Игра
9.	Социальное творчество.	5	1	4	Защита проекта
10.	Итоговое занятие «Чему мы научились?»	3	1	2	Упражнения Тест
ИТОГО:		36	12	24	

Содержание учебного (тематического) плана

Тема 1. История развития психологической науки.

Введение в психологию, ее отрасли и методы. Основные направления и теории психологической науки. Психология сознания. Сознание, его свойства и структура. Бихевиоризм. Психоанализ. Гештальтпсихология. Гуманистическая и когнитивная психология.

Тренинг формирования эффективной команды.

Тема 2. Психология общения.

Теоретические аспекты эффективного общения. Психология общения: коммуникативная, интерактивная и перцептивная сторона общения. Классификация средств общения. Вербальные и невербальные средства общения.

Тренинг коммуникативных навыков.

Тема 3. Психология эмоций.

Понятие эмоций и чувств. Теории эмоций, виды эмоций, роль эмоций в жизни человека и животных. Роль эмоций и чувств в общении.

Тренинг управления эмоциональным состоянием.

Тема 4. Конфликты и причины их возникновения.

Понятие конфликта в психологии. Причины конфликтов. Механизмы возникновения конфликтов. Барьеры и трудности в общении. Различные подходы разрешения конфликтов в психологии.

Тренинг разрешения конфликтов.

Тема 5. Толерантная личность.

Понятие толерантности. Понятие толерантной личности. Понятие интолерантной личности. Особенности и различия толерантной и интолерантной личности. Психодиагностика толерантной личности.

Тренинг развития толерантности.

Тема 6. Психология личности.

Когнитивные процессы и их особенности. Темперамент и характер. Самооценка. Возрастная психология и психология развития. Гендерная психология. Психология индивидуальных различий. Нейропсихология.

Тренинг личностного роста.

Тема 7. Профилактика социальных заболеваний.

Понятие ценности. Понятие выбора.

Профилактический тренинг. Формирование навыков выбора.

Тема 8. Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения.

Теоретические аспекты профессионального и жизненного самоопределения. Сознательный выбор профессии и аргументация в ее защиту.

Профориентационная диагностика. Профориентационная игра.

Тема 9. Социальное творчество.

Понятие социального проекта. Различные виды социального проекта.

Теоретические аспекты социального проектирования. Разработка социального проекта. Реализация проекта.

Тема 10. Итоговое занятие «Чему мы научились?»

Выставка с результатами проведенного опроса. Заключительная диагностика.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение программы.

В процессе работы используются психологические игры и упражнения, а также следующие методы:

Групповые дискуссии, беседы.

Они относятся к методам психологии, предусматривающим прямое или косвенное получение сведений путем речевого общения. Применяются с целью получения необходимой информации или разъяснения содержательной теоретической информации занятия. Такая форма работы весьма ограничено используется в тренинге, иногда они развиваются сами собой и связаны с чем-то существенным для обучающихся, что произошло непосредственно во время тренинга.

Мозговой штурм.

Заключается в нахождении решения конкретного, предлагаемого для группового анализа случая.

Метод демонстрации и иллюстрации.

Наглядно-чувственное ознакомление обучающихся с явлениями, процессами, которое используется для раскрытия динамики изучаемого содержательного компонента занятия.

Диагностические методы.

Тестирование – стандартизированное испытание, предназначенное для установления количественных (и качественных) индивидуально-психологических различий.

Проективные методики – человек непроизвольно, в свободной или подсказанной форме, но всегда более или менее символично, делится представлениями и переживаниями о себе и своей жизни. Их назначение – создать психологически защищённую ситуацию для личностного самораскрытия участников тренинга, разговора о личностных качествах и личностных проблемах. Используются следующие проективные методики: «Незаконченные предложения», «Несуществующее животное», «Мои профессиональные желания», «Зеркало» и др.

Опрос – методика, при которой задания представлены в виде вопросов или утверждений, задача испытуемого – дать письменные или устные ответы, сообщить информацию о себе. Используются: «Опросник профессиональных предпочтений» Л.Н. Кабардовой, «Темпераментный опросник» И.П. Павлова, опрос «Черты толерантной личности» и др.

Анкетирование – опосредованное общение по заранее составленным вопросам, на которые обучающимся необходимо ответить.

Социометрия – этот метод рассчитан на выявление характера непосредственных отношений типа «симпатии – антипатии» между членами учебной группы. Он позволяет получить нередко скрытую информацию о характере межличностных отношений в группе.

Элементы арт-терапии.

Применяются при создании терапевтических ситуаций, в которых

используется творческий продукт. На подростков оказывает влияние как сам процесс создания этого творческого продукта, так и результат – созданный творческий продукт.

Материально-технические условия реализации программы.

Для проведения занятий необходимо хорошо проветриваемое, светлое помещение, в котором есть возможность рассадить участников не только в круг.

Продуктивность работы во многом зависит от качества материально-технического оснащения процесса. Реализация программы по теоретической подготовке проводится в помещении образовательной организации с применением технических средств обучения и материалов:

- ноутбук;
- видеопроектор, экран, телевизор;
- пакет диагностического инструментария;
- материалы к диагностическим методикам в работе с обучающимися (бланки, анкеты, тесты);
- картотека игр и упражнений;
- печатные пособия, раздаточный материал к занятиям;
- библиотека учебно-методических материалов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Основная литература:

1. Бобченко, Т. Г. Психологические тренинги. Основы тренинговой работы. Учебное пособие./Т.Г. Бобченко. — М.: Юрайт, 2020.- 132 с.
2. Гонина, О. О. Психология. Учебное пособие. /О.О. Гонина.— М.: КноРус, 2019.- 320 с.
3. Гуревич, П. С. Психология и педагогика. Учебник и практикум для академического бакалавриата./П.С. Гуревич. — М.: Юрайт, 2019.- 430 с.
4. Еромасова, А. А. Общая психология. Методы активного обучения. Учебное пособие для вузов./А.А. Еромасова. — М.: Юрайт, 2019.- 182 с.
5. Константинов, В. В. Методологические основы психологии. Учебное пособие для академического бакалавриата./В.В. Константинов. — М.: Юрайт, 2019.- 200 с.
6. Немов, Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 2. Внимание и память./Р.С. Немов. — М.: Юрайт, 2019. -262 с.
7. Немов, Р. С. Общая психология. Учебник и практикум для СПО. В 3-х томах. Том 2. В 4-х книгах. Книга 4. Речь. Психические состояния. /Р.С. Немов.— М.: Юрайт, 2019.- 244 с.
8. Немов, Р. С. Психология. В 3 книгах. Книга 3. Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики./Р.С. Немов. — М.: Владос, 2016.-640 с.
9. Самыгин, С.И. Психология. Учебное пособие./С.И Самыгин, Д.В. Кротов, Л.Д. Столяренко. — М.: Феникс, 2020.- 280 с.

Дополнительная литература:

1. Болотова, А. К. Прикладная психология. Основы консультативной психологии. Учебник и практикум./А.К. Болотова. — М.: Юрайт, 2019.- 340 с.
2. Васильева, Е. Ю. Основы психологии для медицинских вузов. Учебное пособие./Е.Ю. Васильева. — М.: КноРус, 2020.- 154 с.
3. Дереча, В. А. Психология зависимостей. Учебное пособие для вузов. /В.А. Дереча. — М.: Юрайт, 2019. -160 с.
4. Дружинин, В. Н. Экспериментальная психология. Учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры./В.Н. Дружинин.— М.:Юрайт, 2019.- 386 с.
- 5.Корнилова, Т. В. Экспериментальная психология. Учебник для академического бакалавриата. В 2-х частях. Часть 2. / Т.В. Корнилова.— М.: Юрайт, 2019.- 174 с.
6. Коржова, Елена Психология личности. Учебное пособие. Стандарт третьего поколения. /Елена Коржова.— СПб.: Питер, 2020. -544 с.
7. Леонтьева, В. Л. Психология. Учебное пособие для СПО./В.Л. Леонтьева. — М.: Юрайт, 2019.- 152 с.
8. Либин, А. В. Дифференциальная психология. Учебник./А.В. Либин. — М.: Юрайт, 2020. -442 с.

9. Психология. Учебник и практикум для СПО / под общ. ред. А. С. Обухова. — М.: Юрайт, 2019. -404 с.
10. Шнейдер, Л. Б. Психология идентичности. Учебник и практикум для бакалавриата и магистратуры./Л.Б. Шнейдер.— М.: Юрайт, 2019. -328 с.
11. Шумский, В. Б. Экзистенциальная психология и психотерапия. Учебное пособие для бакалавриата и магистратуры./В.Б. Шумский. — М.: Юрайт, 2019. -156 с.