

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Черлакская гимназия»
Черлакского муниципального района**

РАССМОТРЕНО

на заседании
методического совета
протокол № _____

от «31» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по
ВР МБОУ «Черлакская
гимназия»

Ецлова Л.А.

«31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор гимназии

Тунда Е.Н.

«31» августа 2023 г.



Лр 1105

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
социального направления**

**Психологический клуб «Гармония» (составлена на основе программы
М.Р. Григорьевой)
«Тропинка к своему Я»**

7 - 10 класс

**Реализует программу: педагог – психолог
Л.П. Радюк, высшая категория**

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

Психологический клуб "Гармония" для 7 - 10 классов

Раздел I. Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности психологического клуба «Гармония» разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования на основе программы Филипповой Г.Г. "Психология общения" издательство «Учитель» 2015г.

Актуальность данной программы подтверждается многочисленными результатами исследований, подтверждающими низкий уровень развития коммуникативных компетенций обучающихся: коммуникативных и организаторских способностей, умений понимать собеседника, использовать конструктивные способы разрешения конфликтных ситуаций и др.

Проблема нравственного воспитания подрастающего поколения, его подготовка к новой взрослой жизни является одной из сложных в педагогике. Происходящий переход к информационному обществу повышает роль человеческой индивидуальности, творческого начала в человеке, толерантного отношения к окружающим. Именно поэтому нравственное становление подростков тесно связано с необходимостью создавать условия для развития навыков продуктивного культурного общения.

На сегодняшний день толерантность, как интегральное качество личности, включает в себя социальную компетентность (умение гармонично строить отношения с собой, с другими и с социумом в целом); психическое здоровье (отсутствие социальных страхов, тревоги, немотивированной агрессии, проявление деструктивного поведения), внутреннее эмоциональное равновесие (положительное самоощущение), социальную ответственность (умение самостоятельно принимать решения, делать осознанный выбор, быть готовыми и способными творить на благо общества, иметь сформированный просоциальный мотив, ведущий к просоциальному поведению).

Личностная толерантность приобретает исключительную значимость как способность личности противостоять фрустрации, агрессии, стрессу, риску, неопределенности, сохраняя устойчивость. Именно в подростковом возрасте человек часто осваивает социальный опыт, способы грамотной адаптации во взрослом мире. Становление толерантности у подростков рассматривается как длительный динамичный процесс, который в своей основе имеет позитивное отношение к собственному "Я", потребность в общении, во взаимодействии.

Формирование толерантных отношений в классном коллективе, в группе подростков может осуществляться через систему школьных и классных мероприятий; правильное распределение ролей и обязанностей в классе и, конечно - же, через такие формы проведения классных часов, которые целенаправленно будут вести к развитию запланированных качеств личности. Этими формами логичнее всего выбирать формы игры и тренинга, социального проекта, поскольку они позволяют изначально задать настрой на неформальное общение, в котором только и возможно формировать

личностные качества и установки.

Такая постановка вопроса требует перехода к деятельностным практическим формам воспитания, способствующим формированию позитивных отношений между людьми, взаимопониманию, умению бесконфликтно общаться, аргументировать свои доводы, прогнозировать результаты своих действий.

Цель курса: развитие у учащихся коммуникативных способностей, навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью, развитие способностей предвидеть последствия своих действий, а также развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций.

Задачи курса:

- ▲ создать условия для развития у обучающихся навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью;
- ▲ создать благоприятные условия для развитию способностей предвидеть последствия своих действий;
- ▲ развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций;
- ▲ формирование толерантного отношения и поведения при взаимодействии с людьми в различных жизненных сферах.

Предлагаемая программа внеурочной деятельности реализуется в форме психологического клуба и предполагает такую организацию жизнедеятельности школьника, которая способствовала бы постоянному духовному усилению по осознанию и пониманию своего поведения и поведения окружающих людей, а также формирования умения делать свободный правильный выбор.

Занятия направлены на развитие способностей подростков воспринимать другого человека как ценность, ценить свою жизнь и жизнь другого, размышлять о смысле ее, о достойном поведении. Освоение школьником нравственного опыта требует личного участия подростка в деятельности, особая роль придается общению, как одной из важных потребностей человека. Для этого используются самые разнообразные методы: дискуссионные, исследовательские, игровые, исследовательские.

Содержание программы включает ролевые игры, тренинги, модельные ситуации, используются музыкальные художественные произведения. Это позволяет создать на занятии определенный эмоциональный настрой и мотивирует на развитие личности значимого человека.

Практическая часть программы представляет собой набор различных жизненных ситуаций, способствующих развитию коммуникативных способностей, лучших человеческих качеств. Большое значение придается различным формам самостоятельной работы, проектной деятельности, опросу одноклассников, написанию самохарактеристики и программы самовоспитания.

Важным условием реализации программы является систематичность проведения занятий.

Принципы построения программы:

принцип системности - системное изложение материала позволяет варьировать объем работы с учебной группой.

Принцип целостности - работа над любой стороной личности неизбежно меняет поведение личности в целом.

Принцип позитивности - содержание материала позволяет формировать позитивное отношение учащихся к жизни, к людям, к себе. Это способствует пониманию того, что какие бы сложные ситуации ни пришлось переживать во взаимоотношениях с людьми,

всегда можно извлечь из них полезный опыт и в дальнейшем эффективнее справляться с жизненными трудностями.

Личностные, предметные и метапредметные результаты освоения курса

В ходе освоения программы школьники получают возможность формирования УУД:

Предметных:

обучающиеся получают знания об особенностях личности, возможностях и способах ее развития;

познакомятся с психологическими характеристиками личности - темпераментом, способностями, характером и т.д.

курс способствует сознательному подходу к совершенствованию своей личности; обучающиеся осознают важность общения как формы взаимодействия и взаимосвязи партнеров, роль конструктивного общения с другими людьми;

понимают особенности полоролевого общения.

При изучении темы "Конфликты" и способы их разрешения знакомятся с конструктивными навыками разрешения конфликтов.

Метапредметных и личностных результатов:

система занятий тренингового характера, способствует осознанию подростками своих личностных качеств,

побуждает их к самоанализу и самокоррекции своего поведения и взаимодействия с другими,

учит уважать и принимать чувства другого человека.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:

умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия;

готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе и дома, во внеучебных видах деятельности.

Обучающиеся получают возможность для формирования адекватной позитивной самооценки и "Я"- концепции.

Регулятивных:

обучающийся научится:

целеполаганию и планированию путей достижения целей;

целеполаганию и планированию путей достижения целей;

адекватно оценивать свои возможности достижения цели определенной сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;

основам саморегуляции эмоциональных состояний;

прилагать волевые усилия и преодолевать трудности на пути достижения целей.

В целях развития коммуникативных универсальных действий обучающийся научится:

- уважительному отношению к мнению собеседника,

аргументированное выражение своей точки зрения,

признание прав существование разных точек зрения на один вопрос,

умение вести диалог,

умение аргументированно высказывать свою точку зрения,

развитие навыка слушать другого человека и сопоставлять свое мнение с мнением другого.

Общая характеристика курса

Данный курс включает пять модулей, направленных на развитие у учащихся коммуникативных способностей, навыков самоконтроля, управления своим поведением, деятельностью, развитие способностей предвидеть последствия своих действий, а также развитие эффективных навыков разрешения конфликтных ситуаций. Предлагаемый курс направлен на развитие толерантности и позитивных отношений в группе.

№ пп	№ п/п	Название раздела, тема занятия	Количество часов
		Модуль №1 Понятие общения Цель модуля: развитие самопознания и рефлексии, коммуникативных умений школьника, оказание им помощи для осознания своего места и роли в социальной группе.	5 часов
1	1.1.	Понятие общения	1
2	1.2.	Мои претензии к окружающим	1
3	1.3.	Роль общения в жизни и развитии человека	1
4	1.4.	Общение как деятельность	1
5	1.5.	Социальные роли. Жизнь как смена ролей.	1
		Модуль №2 Психологические основы личности Цель модуля: развитие самопознания и рефлексии.	6 часов
6	2.1.	Понятие о личности	1
7	2.2.	Занятие - тренинг "Белая ворона"	1
8	2.3.	Темперамент человека и его проявления.	1
9	2.4.	Характер личности.	1
10	2.5.	Характер и способности.	1
11	2.6.	Моя программа...	1
		Модуль №3 Общение как форма взаимосвязи партнеров. Цель модуля: обучение навыкам позитивного общения, формирования навыков разрешения конфликтов, проблем общения, освоения навыков культуры поведения.	5 часов
12	3.1.	Виды общения. Субъекты и объекты общения.	1
13	3.2.	Особенности невербального общения	1
14	3.3.	Роль эмоций в общении.	1
15	3.4.	Правила организации пространства в общении	1
16	3.5.	Подстройка в общении	1
		Модуль №4 Особенности речи говорящего Цель модуля: развитие вербального и невербальных стилей общения, приобретение школьниками опыта самостоятельного взаимодействия с социальными субъектами за пределами	9 часов

17	4.1.	"Как высший дар нам речь дана..."	1
18	4.2.	Содержание общения	1
19	4.3.	Тренинг "Захват инициативы"	1
20	4.4.	Особенности мужского и женского общения.	1
21	4.5.	Игра "Садовник"	1
22	4.6.	Обращение. Привлечение внимания.	1
23	4.7.	Организация знакомства.	1
24	4.8.	Этикет беседы.	1
25	4.9.	Умение слушать и слышать.	1
		Раздел № 5 Конфликты в общении Цель модуля: ориентация на сохранение доброжелательных отношений в разрешении конфликтов.	9 часов
26	5.1.	Понятие о конфликте	1
27	5.2.	Конфликты в общении.	1
28	5.3.	Стили поведения в конфликте	1
29	5.4.	Способы разрешения конфликтов	1
30	5.5.	Как сохранить достоинство	1
31	5.6.	Этическая защита	1
32	5.7.	Упражнение "Способы выхода из конфликта"	1
33	5.8.	Тренинг "На пне"	1
34	5.9.	Итоговое занятие защита проектов «моя программа саморазвития»	1
			34 часа

Данная программа призвана также развивать у подростков позитивные эмоции, формировать устойчивые ценностные ориентации, совершенствовать опыт творческой деятельности, развивать волевые качества, осваивать позитивный социальный опыт, посредством организации практико - ориентированной деятельности.

Модуль 1. «Понятие общения» направлен на то, чтобы изучать себя, определять свои потенциальные возможности, способности, формировать в себе положительные качества личности. Цель модуля - развитие самопознания и рефлексии, развитие коммуникативных умений школьника, на оказание им помощи для осознания своего места и роли в социальной группе, повышение компетентности в понимании собственных эмоциональных состояний

Модуль 2. «Психологические основы личности» направлен на то, чтобы изучать себя, определять свои потенциальные возможности, способности, формировать в себе положительные качества личности. Цель модуля - развитие самопознания и рефлексии.

Модуль 3. «Общение как форма взаимосвязи партнеров» направлен на развитие коммуникативных умений школьника, на оказание им помощи для осознания своего места и роли в социальной группе, повышение компетентности в понимании собственных эмоциональных состояний. Цель модуля - обучение навыкам позитивного общения, формирования навыков разрешения конфликтов, проблем общения, освоения навыков

культуры поведения.

Модуль 4. «Особенности речи говорящего» направлен на развитие вербального и невербальных стилей общения, а также приобретение школьниками опыта самостоятельного взаимодействия с социальными субъектами за пределами школы; на формирование самостоятельности, инициативы, ответственности, развития воображения, способности к эмпатии, сопереживанию и сочувствию.

Модуль 5. Конфликты и способы их разрешения.

Модуль направлен на развитие конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций. Обучающиеся знакомятся с понятиями: конфликт, инцидент, конфликтная ситуация, виды конфликтов. В ходе занятий – практикумов и тренингов изучают пути развития конфликтов, а также способы разрешения конфликтов. Цель модуля: ориентация на сохранение доброжелательных отношений в разрешении конфликтов.

Цель данных модулей - формирование толерантного отношения и поведения при взаимодействии с людьми в различных жизненных сферах.

Реализация данной программы является условием создания коллектива, основу которого составляет равноправие, равные возможности; взаимоуважение, доброжелательное и терпимое отношение; сотрудничество и решение общих проблем; участие в событиях общественного характера.

Общее количество часов по всем модулям: 34ч

Занятия проводятся 1 раз в неделю. Категория участников: обучающиеся 7 - 10 классов основной школы.

Раздел II. Учебно - тематическое планирование программы клуба "Гармония" для 7- 10 классов

Раздел III Содержание программы

Модуль 1. Понятие общения

Занятия 1- 3

Обучающиеся анализируют общение как деятельность. Осознание качеств личности, важных для общения. Роль общения в жизни и развитии человека. Действия учащихся: тренинг "Представление". Применяется входная диагностика (приложение №1) методика КОС и «Шкала самооценки»

Занятия 4- 5

Самостоятельная работа "Список претензий к окружающим". Социологический опрос одноклассников "Общительность". Заполнение дневника "Мой стиль общения". Тренинг "Комплимент".

Модуль 2. «Психологические основы личности»

Занятие 6 -7

Понятие о личности, способной управлять своим поведением и деятельностью. Социальное становление и развитие личности. Категории "индивид", "личность", "индивидуальность". Направленность личности. Предвидение последствий своих действий.

Занятия 8 - 9

Действия учащихся: тренинг "Последствия", тренинг "Белая ворона".

Темперамент человека как индивидуальное сочетание психологических черт личности лекция с применением кейс – технологий.

Занятие 10 - 11

Самоанализ собственных свойств личности. Самооценка и самовоспитание.

Действия учащихся: упражнение "Моя самооценка", практическая работа: составление самохарактеристики "Особенности моей личности" Самостоятельная работа: составление программы самовоспитания.

Модуль 3. Общение как форма взаимосвязи партнеров"

занятия 12 - 13

Субъекты и объекты общения. Виды общения. Способы общения: вербальное и невербальное. Роль эмоций в общении. Проявление положительных и отрицательных эмоций. Управление своими эмоциями.

Действия учащихся: упражнение "Игра со стульями", "Дарю свое место другому", "Присоединение в музыкальном ритме" и др.

Занятия 14 - 16

Пространство общения. Организация пространства общения". Зоны личностной пространственной территории". Роль взаимного расположения в общении.

Действия учащихся: упражнение "Организация пространства", Занятия проводятся в форме психологического тренинга.

Раздел 4. Особенности речи говорящего

занятие 17 - 19

Слово как средство передачи информации. Особенности письменной и устной речи. Формы речевого этикета. Слова - актуализаторы вежливости.

Действия учащихся: психологическая игра "Эстафета". Практическая работа по подбору форм речевого этикета.

Занятия 20 - 22

Содержание общения. Информативность в общении. Содержательное и бессодержательное общение. Этические и психологические правила содержания речи.

Действия учащихся: психологические тренинги "Захват инициативы", "Нет - диалог", "Что спрятано за словом"

Обращение. Формы обращения в зависимости от адресата и типа обращения. Способы обращения внимания. Речевые стереотипы. Современные формы обращений.

Действия учащихся: игра "Садовник"; практическая работа по подбору обращений к различным адресатам.

Занятия 23

Организация знакомства; правила налаживания контактов.

Действия учащихся: упражнение психологическая игра "Первое знакомство"

Этикет беседы. Правила ведения беседы. Правила хорошего тона при общении. Тон и тема разговора. О чем не принято говорить. Умение слушать и слышать.

Действия учащихся: упражнения "Интересная беседа", «Комплимент», «За стеклом», игра "Эстафета смыслов" и др,

Занятия 24

Особенности мужского и женского общения. Исторические изменения мужского и женского идеала. Ценностные качества мужского и женского характера. Современные роли мужчины и женщины и особенности их поведения.

Действия учащихся: тренинг "Если бы рядом был мужчина..." Упражнение в парах "Вы поднимаетесь по лестнице...", "Поведение в театре и на улице...".

Занятие 25

Самостоятельная работа "Образ любимого литературного героя, близкого к образу идеальной женщины (идеального мужчины). Самостоятельная работа "Пять самых привлекательных качеств для меня в девушке...", "Больше всего я ценю в юноше..."

Модуль 5. Конфликты и способы их разрешения.

Занятие 26

Определение конфликта. Инцидент, конфликтная ситуация, конфликт. Виды конфликта.

Форма занятия – игровой тренинг.

Занятие 27

Пути развития конфликтов. Способы разрешения конфликтов. Ориентация на сохранение доброжелательных отношений в разрешении конфликтов.

Поведение достойного человека. Достоинство как категория этики.

Занятия 28 - 29

Этическая защита как способ сохранения собственного достоинства. Способы этической защиты. Действия учащихся: разыгрывание конфликтных ситуаций, разных по содержанию. Форма проведения – игровой тренинг.

Занятия 30 - 31

Упражнение "Способы выхода из конфликта". Тренинг "На пне в лесу".

Занятия 32 - 34

Заключительные занятия проходят в форме тренинга "Психологические посиделки» с применением кейс — технологий. Применяется итоговая диагностика (приложение №1) методика КОС и «Шкала самооценки»

Воспитательные результаты программы.

Результаты первого уровня

Приобретение знаний о личностных особенностях человека, важной роли общения в жизни людей, понимание необходимости социальных знаний о правилах ведения социальной коммуникации, о принятых нормах отношения к другим людям и нарушение этих норм; о конструктивной групповой работе, способах организации взаимодействия людей, способах самостоятельного поиска, нахождения и обработке информации.

Результаты второго уровня

развитие ценностных отношений к другому человеку как таковому, формирование стремления к свободному открытому общению в позиционных общностях.

Результаты третьего уровня

Приобретение школьниками опыта самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления коммуникацией с другими людьми и принятия на себя ответственности за свои поступки и поступки других людей; опыта позиционного самоопределения в открытой общественной среде; опыта волонтерской деятельности.

Оценка результативности программы осуществляется по следующим основным психодиагностическим показателям: : личностных и коммуникативных способностей - методика КОС, а также особенностей межличностных отношений с помощью социометрии, изучения уровня самооценки с помощью методики Дембо – Рубинштейн «Шкала самооценки»

Спецификация итоговой диагностики особенностей социально — коммуникативной компетентности обучающихся 7 — 10 классов по программе внеурочной деятельности психологического клуба общения «Гармония», составленной на основе программы Г.Г. Филлиповой «Психология общения»

Назначение диагностического инструментария:

диагностический инструментарий предназначен для изучения особенностей социально — коммуникативной компетентности обучающихся: определения уровней коммуникативных и организаторских способностей и уровня самооценки обучающихся 7 - 9 класса по программе внеурочной деятельности психологического клуба «Гармония», разработанного на основе программы Г. Г. Филлиповой «Психология общения».

Выбор диагностического инструментария обусловлен целью, задачами и планируемыми результатами программы внеурочной деятельности. Цель программы

внеурочной деятельности - формирование психологической компетентности и развитие социально - значимых личностных качеств подростков через организацию процесса самопознания и построения позитивных партнерских отношений.

Самооценка как комплекс представлений человека о себе самом, играет важную роль не только в формировании образа собственного «Я», но и в построении межличностных отношений с окружающими.

Коммуникативные и организаторские способности, как важные социальные компетентности, являются ведущими в образовании межличностных отношений, в сплочении членов коллектива, в организации учебных, спортивных, игровых и других групп, в привлечении к себе людей, в умении организовать и направить их деятельность.

В программу изучения коммуникативных склонностей введены вопросы следующего содержания; а) проявляет ли личность стремление к общению, много ли у нее друзей; б) любит ли находиться в кругу друзей или предпочитает одиночество; в) быстро ли привыкает к новым людям, к новому коллективу; г) насколько быстро реагирует на просьбы друзей, знакомых; д) любит ли общественную работу, выступает ли на собраниях; е) легко ли устанавливает контакты с незнакомыми людьми; ж) легко ли ему даются выступления в аудитории слушателей. Программа изучения организаторских склонностей включает вопросы иного содержания: а) быстрота ориентации в сложных ситуациях; б) находчивость, инициативность, настойчивость, требовательность; в) склонность к организаторской деятельности; г) самостоятельность, самокритичность; д) выдержка; е) отношение к общественной работе.

Подходы к отбору содержания диагностики: результаты диагностики служат важным инструментом для выбора правильного направления и форм работы в дальнейшем с подростками. При отборе диагностического материала учитывались возрастные особенности обучающихся, уровень, а также доступность для понимания подростками содержания диагностики. Важным фактором явился также фактор валидности диагностики.

№ обучающегося	Методика №1 Дембо – Рубинштейн модификация (А.М. Прихожан)	Методика №2 КОС В. Н.Синявского, Б.А. Федоришина)	Методика №2 КОС В. Н.Синявского, Б.А. Федоришина)	Итоговый результат
№ обучающегося	самооценка	коммуникативные способности	организаторские способности	
итоговые результаты:				

Итоговый результат по двум диагностикам:

высокий уровень: 11 – 15б

средний уровень: от 8 – 10б

низкий уровень: от 7 – 0б

Структура диагностического пакета:

Пакет диагностик на изучение особенностей социально — коммуникативной компетентности включает методики:

1. методика КОС предназначена для изучения коммуникативных и организаторских склонностей. Авторы: В. Синявский и Б. А. Федоришин. Анкетная часть методики КОС предлагает испытуемому вопросы, ответы на которые могут быть только положительными или отрицательными, то есть «да» или «нет». Ответы испытуемого строятся на основе

самоанализа опыта своего поведения в той или иной ситуации. Опросник включает 40 вопросов, 20 из которых направлены на изучение коммуникативных склонностей, а 20 характеризуют организаторские.

2. Методика изучения самооценки (Т. Дембо — С.Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан). Методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их

Время выполнения диагностики. Каждая методика проводится отдельно в разные дни. Время проведения диагностики обозначено в инструкции по проведению диагностики. Необходимые материалы и оборудование. Для проведения диагностики необходимы бланки со стимульным материалом, бланки с текстом методики, бланки для занесения ответов, ручка, цветные карандаши.

Условия проведения. Диагностика проводится в середине рабочей недели, в середине рабочего дня. Форма проведения может быть как индивидуальной, так или групповой (малыми группами или с целым классом) соответственно инструкции по проведению диагностики

Раздел V Условия реализации программы:

Учебно – методические и материально – технические условия обеспечения программы.

Требования к помещению:

- просторная, проветриваемая комната, (зал, класс с небольшим количеством стульев, столов);
- возможность регулировать освещение, подключать аппаратуру;
- листы бумаги и ватмана;
- цветные карандаши и фломастеры, гуашь, кисточки, краски
- проектор
- сборники с классической и инструментальной музыкой

Приложения №1

Диагностический инструментарий

методика №1 Методика «КОС» В. Н.Синявского, Б.А. Федоришина

Инструкция испытуемому:

«Вам нужно ответить на все вопросы вопросника. Свободно выражайте свое мнение по каждому вопросу и отвечайте на них так: если Ваш ответ на вопрос положителен (Вы согласны), - поставьте знак «+», если же Ваш ответ отрицателен (Вы не согласны), - поставьте «-». Следите, чтобы номер вопроса и номер клетки, куда Вы запишите свой ответ, совпадали. Имейте в виду, что вопросы короткие и не могут содержать всех необходимых подробностей. Поэтому представьте себе типичные ситуации и не задумывайтесь над деталями. Не следует тратить много времени на обдумывание, отвечайте быстро. Возможно, на некоторые вопросы Вам будет трудно ответить. Тогда постарайтесь дать ответ, который Вы считаете предпочтительным. При ответе на любой из этих вопросов, обращайтесь внимание на его первые слова. Ваш ответ должен быть точно согласован с ними. Отвечая на вопросы, не стремитесь произвести заведомо

благоприятное впечатление своими ответами. Нам важен не конкретный ответ, а суммарный балл по серии вопросов»

Содержание и обработка результатов диагностической методики

Для количественной обработки данных используется «Дешифратор», в котором поставлены идеальные ответы, в максимальной степени, отражающие коммуникативные и организаторские склонности.

Кос –1 (Дешифратор)

Коммуникативные склонности	Организаторские склонности
1+11-21+31-	2+12-22+32-
3- 13+23-33+	4-14+24-34+
5+15-25+35-	6+16-26+36-
7-17+27-37+	8-18+28-38+
9+19-29+39-	10+20-30+40-

С помощью дешифратора подсчитывается количество совпадающих с дешифратором ответов по каждому разделу методики. Оценочный коэффициент (К) коммуникативных или организаторских склонностей выражается отношением количества совпадающих ответов по каждому разделу к максимально возможному числу совпадений(20).

$K_k = X_k / 20$ и $K_o = X_o / 20$ где К – величина оценочного, X_k и X_o – количество совпадающих с дешифратором ответов.

Шкала оценок коммуникативных склонностей

К	Оценка В	Уровень проявления коммуникативных склонностей
0,10 – 0,45	1б	Низкий
0,45 – 0,55	2б	Ниже среднего
0,56 – 0, 65	3б	Средний
0,66 – 0,75	4б	Высокий
0,75 – 1,00	5б	Очень высокий

Шкала оценок организаторских склонностей

К	Оценка В	Уровень проявления организаторских склонностей
0,20 – 0,55	1б	Низкий
0,56 – 0,65	2б	Ниже среднего
0,66 – 0,70	3б	Средний
0,71 – 0,80	4б	Высокий
0,81 – 1,00	5б	Очень высокий

Интерпретация результатов

Испытуемые, получившие оценку «1» (В = 1), характеризуются крайне низким уровнем проявлений склонностей к коммуникативной и организаторской деятельности.

У испытуемых, получивших оценку «2» (В = 2), развитие коммуникативных и организаторских склонностей находится на уровне ниже среднего. Они не стремятся к общению, чувствуют себя скованно в новой компании, коллективе, предпочитают проводить время наедине с собой, ограничивают свои знакомства, испытывают трудности в установлении контактов с людьми и в выступлении перед аудиторией, плохо ориентируются в незнакомой ситуации, не отстаивают свое мнение, тяжело переживают обиды. Проявление инициативы в общественной деятельности крайне занижено, во многих делах они предпочитают избегать принятия самостоятельного решения.

Для испытуемых, получивших оценку «3» (В = 3), характерен средний уровень проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Обладая в целом средними показателями, они стремятся к контактам с людьми, не ограничивают круг своих знакомств, отстаивают свое мнение, планируют свою работу. Однако «потенциал» этих склонностей не отличается высокой устойчивостью. Эта группа испытуемых нуждается в дальнейшей планомерной и серьезной воспитательной работе с ними по формированию и развитию их коммуникативных и организаторских склонностей.

Испытуемые, получившие оценку «4» (В = 4), отнесены к группе с высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они не теряются в новой обстановке, быстро находят друзей, постоянно стремятся расширить круг своих знакомых, занимаются общественной работой, помогают близким, друзьям, проявляют инициативу в общении, с удовольствием принимают участие в организации общественных мероприятий, способны принять самостоятельное решение в трудной ситуации. Все они делают не по принуждению, а согласно внутренним устремлениям.

И, наконец, та группа испытуемых, которая получила оценку «5» (В = 5), обладает очень высоким уровнем проявления коммуникативных и организаторских склонностей. Они испытывают потребность в коммуникативной и организаторской деятельности и активно стремятся к ней. Для них характерны быстрая ориентация в трудных ситуациях, непринужденность поведения в новом коллективе. Испытуемые этой группы инициативны, предпочитают в каждом деле или создавшейся сложной ситуации принимать самостоятельные решения, отстаивают свое мнение и добиваются, чтобы оно было принято товарищами. Они могут внести оживление в незнакомую компанию, любят организовывать различные игры, мероприятия, настойчивы в деятельности, которая их привлекает. Они сами ищут такие дела, которые удовлетворяли их потребность в коммуникативной и организаторской деятельности.

ОПРОСНИК КОС

- ▲ Много ли у Вас друзей, с которыми Вы постоянно общаетесь?
- ▲ Часто ли Вам удается склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
- ▲ Долго ли Вас беспокоит чувство обиды, причиненное Вам кем-то из Ваших товарищей?
- ▲ Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
- ▲ Есть ли у Вас стремление к установлению новых знакомств с разными людьми?
- ▲ Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
- ▲ Верно ли, что Вам приятнее и проще проводить время с книгами или за какими-либо занятиями, чем с людьми?
- ▲ Если возникли какие-либо помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от них?
- ▲ Легко ли Вы устанавливаете контакты с людьми, которые

старше Вас по возрасту?

- Любите ли Вы придумывать и организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
11. Трудно ли Вам включиться в новую для Вас компанию?
 12. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было бы выполнить сегодня?
 13. Легко ли Вам удастся установить контакты с незнакомыми людьми?
 14. Стремитесь ли Вы добиваться, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
 15. Трудно ли Вы осваиваетесь в новом коллективе?
 16. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязанностей, обязательств?
 17. Стремитесь ли Вы при удобном случае познакомиться и побеседовать с новым человеком?
 18. Часто ли Вы в решении важных дел принимаете инициативу на себя?
 19. Раздражают ли Вас окружающие люди, и хочется ли Вам побыть одному?
 20. Правда ли, что Вы обычно плохо ориентируетесь в незнакомой для Вас обстановке?
 21. Нравится ли Вам постоянно находиться среди людей?
 22. Возникает ли у Вас раздражение, если Вам не удается закончить начатое дело?
 23. Испытываете ли Вы чувство затруднения, неудобства или стеснения, если приходится проявить инициативу, чтобы познакомиться с новым человеком?
 24. Правда ли, что Вы утомляетесь от частого общения с товарищами?
 25. Любите ли Вы участвовать в коллективных играх?
 26. Часто ли Вы проявляете инициативу при решении вопросов, затрагивающих интересы Ваших товарищей?
 27. Правда ли, что Вы чувствуете себя неуверенно среди мало знакомых для Вас людей?
 28. Верно ли, что Вы редко стремитесь к доказательству своей правоты?
 29. Полагаете ли Вы, что Вам не доставляет особого труда внести оживление в малознакомую для Вас компанию?
 30. Принимали ли Вы участие в общественной работе в школе?
 31. Стремитесь ли Вы ограничить круг своих знакомых небольшим количеством людей?
 32. Верно ли, что Вы не стремитесь отстаивать свое мнение или решение, если оно было принято сразу Вашими товарищами?
 33. Чувствуете ли Вы себя непринужденно, попав в незнакомую для Вас компанию?
 34. Охотно ли Вы приступаете к организации различных мероприятий для своих товарищей?
 35. Правда ли, что Вы не чувствуете себя достаточно уверенным и спокойным, когда приходится говорить что-то большой группе людей?
 36. Часто ли Вы опаздываете на деловые встречи, свидания?
 37. Верно ли, что у Вас много друзей?
 38. Часто ли Вы оказываетесь в центре внимания у своих товарищей?
 39. Часто ли Вы смущаетесь и чувствуете неловкость при общении с малознакомыми людьми?
 40. Правда ли, что Вы не очень уверенно чувствуете себя в окружении большой группы своих товарищей?

Приложения №2.

Методика изучения самооценки Т. Дембо – С. Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан)

Рубинштейн предлагала в методике 4 обязательные шкалы: здоровье, умственное развитие, характер и счастье. Но можно добавить дополнительные анализируемые свойства, например, удовлетворенность собой и оптимизм.

Данная методика основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т. д. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т. е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкцию и задание.

Инструкция по проведению диагностики

Инструкция: “Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества, стороны человеческой личности можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя точка которой будет символизировать самое низкое развитие, а верхняя — наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

- здоровье;
- ум, способности;
- характер;
- авторитет у сверстников;
- умение многое делать своими руками, умелые руки;
- внешность;
- уверенность в себе.

На каждой линии чертой (–) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества, стороны вашей личности в данный момент времени. После этого крестиком (х) отметьте, при каком уровне развития этих качеств, сторон вы были бы удовлетворены собой или почувствовали гордость за себя”.

Испытуемому выдается бланк, на котором изображено семь линий, высота каждой – 100 мм, с указанием верхней, нижней точек и середины шкалы. При этом верхняя и нижняя точки отмечаются заметными чертами, середина – едва заметной точкой.

Методика может проводиться как фронтально – с целым классом (или группой), так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время, отводимое на заполнение шкалы вместе с чтением инструкции, 10–12 мин.

Содержание диагностической методики. Обработка и интерпретация результатов

Обработка проводится по **шести шкалам** (первая, тренировочная — «здоровье» — не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Как уже отмечалось ранее, длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54мм = 54 баллам).

По каждой из шести шкал определить:

- уровень притязаний – расстояние в мм от нижней точки шкалы («0») до знака «х»;
- высоту самооценки – от «0» до знака «←»;
- значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой – расстояние от знака «х» до знака «←», если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

Рассчитать среднюю величину каждого показателя уровня притязаний и самооценки по всем шести шкалам.

Уровень притязаний

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный – сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, не критическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он – индикатор неблагоприятного развития личности.

Высота самооценки

Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку.

Количество баллов от 75 до 100 и выше свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. **Завышенная самооценка** может подтверждать личностную незрелость, неумение правильно оценить результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими; такая самооценка может указывать на существенные искажения в формировании личности — «закрытости для опыта», нечувствительности к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку (недооценку себя) и свидетельствует о крайнем неблагополучии в развитии личности. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. **За низкой самооценкой** могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности и тому подобного позволяет не прилагать никаких усилий.

В табл. даны количественные характеристики уровня притязаний и самооценки, полученные для учащихся 7–10 классов городских школ (около 900 чел.).

Таблица. Количественные характеристики уровня притязаний и самооценки учащихся 7-10 классов городских школ.

Параметр	Количественная характеристика (балл)				
	низкий (1)	ниже среднего(2)	средний(3)	высокий (4)	Очень высокий (5)
Уровень притязаний	менее 50	50 - 60	60–74	75–89	90–100

Уровень самооценки	менее 40	45 - 40	45-59	60-74	75-100
--------------------	----------	---------	-------	-------	--------

Дельта = УП – СО:

0 – 7 – уровень притязания не является стимулом для развития, особенно для низкой самооценки;

8 – 22 – умеренная. Школьник ставит задачи, которые может достичь, реально смотрит.

> 23 – конфликт. Низко оценивает себя, а уровень притязаний слишком высокий.

Отрицательная дельта – при низкой самооценке человек не развивает

Список литературы

Нормативно-правовые документы:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990) [Электронный ресурс]. –Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_9959.
2. Конституция Российской Федерации [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <http://www.constitution.ru>.
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 декабря 2014 г. No 2765-р, утверждающее Концепцию федеральной целевой программы развития образования на 2016-2020 годы [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <http://минобрнауки.рф/документы/4952>
4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (от 29 мая 2015 г. No 996-р)[Электронный ресурс]. –Режим доступа: http://www.dagminobr.ru/storage/files/2015/sov_dou_prim_strategia.pdf.

Рекомендуемая литература:

1. Арушанова А.Г. Развитие диалогического общения: речь и речевое общение детей : методическое пособие для воспитателей : [для работы с детьми 3-7 лет] / А. Г. Арушанова. - 2-е изд., испр. и доп. - Москва : Мозаика-Синтез, 2008.
- Баева И. А. Психологическая безопасность образовательной среды как фактор обеспечения психосоциального благополучия педагога / И. А. Баева // Психология и школа. – 2012. - No 2. - С. 71-74.
3. Баенская Е.Р. Особенности раннего аффективного развития аутичного ребенка в возрасте от 0 до 1,5 лет // Альманах ИКП РАО. 2001. No 3.
4. Баилова Т.А., Александрова Н.А. Как помочь малышу со сложным нарушением развития: пособие для родителей. – М.: Просвещение, 2008.
5. Гарбер Е. И. Семнадцать уроков психологии. – М. : Гардарика, 2005. – 80 с.
6. Головаха В. И., Кроник А. А. Психологическое время личности. – Киев : Наукова думка.

1994.

7. Внучков Ю. Искусство жить. – М. : Политиздат, 1999. – 288 с.
8. Дубровина И. В. Рабочая книга школьного психолога. М. : Просвещение, 1991.
9. Ежова Н. Н. Рабочая книга практического психолога/Серия «Психологический практикум». – Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. – 320 с.
10. Зюзько М. В. 5 шагов к себе: Книга для учащихся. – М. : Просвещение, 2002, - 173 с.
11. Игры – обучение, тренинг, досуг / Под ред. В. В. Петрусинского. – М. : Новая школа, 2004. – 368 с.
12. Истратова О. Н., Эксакусто Т. В. Справочник психолога средней школы. – Ростов н/Д : Феникс, 2004. – 512 с.
13. Прутченков А. С. Тренинг коммуникативных умений : Методические разработки занятий. – М. : Новая школа, 2003. – 49 с.
14. Прутченков А. С. Тренинг личностного роста : Методические разработки социально – психологического тренинга. – М. : Новая школа, 2003. – 47 с.
15. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании: Учебное пособие. – М. : Владос, 2006. – 615 с.
16. Фопель К. Чтобы дети были счастливы: Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2004.