

Пояснительная записка

В соответствии с Концепцией модернизации российского образования на старшей ступени общеобразовательной школы предусматривается профильное обучение, задача которого - создание в старших классах общеобразовательной школы системы специализированной подготовки, ориентированной на индивидуализацию обучения и социализацию обучающихся с учетом реальных потребностей рынка труда.

В связи с этим, в 10 классах современной школы появляется профильное обучение, направленное на создание условий для самоопределения учащихся.

Элективный курс "Психология личности" включен в программу социально-экономического, технологического и общеобразовательного профилей 10 – 11 классов и рассчитан на 64 часа. Программа рассчитана на два года обучения при одном уроке в неделю.

Программа отражает вполне самостоятельную, завершенную систему психологических знаний, достаточную для получения элементарного психологического образования, которое после общеобразовательной школы может быть продолжено в других учебных заведениях.

Программа не повторяет ни вузовских курсов психологии, ни тех, которые преподаются в средних специальных учебных заведениях. Однако, она согласуется со всеми курсами, обеспечивая их преемственность и взаимодополняемость.

В процессе занятий активно используются мультимедийные презентации, притчи, метафоры и афоризмы, что отличает настоящую программу от её аналогов, позволяет задействовать разные каналы восприятия в процессе обучения и повысить мотивацию к самопознанию.

Уроки разработаны на основе традиционной классно-урочной системы с учетом принципов личностно-ориентированного и развивающего и проблемного обучения. Теоретический материал подается учащимся в доступной форме, с учетом возрастных особенностей слушателей курса. Помимо лекционной формы уроки проходят в форме психологического тренинга с использованием психологической диагностики, деловых и ролевых игр.

Основная цель курса заключается в формировании психологической культуры выпускника.

Задачи курса:

Овладение базовыми социально-психологическими знаниями;

Изучение и овладение приемами конструктивного взаимодействия;

Развитие рефлексии;

Формирование позитивного отношения к себе и другим людям.

Данный курс направлен на формирование следующих личностных компетенций:

готовность к саморазвитию;

способность ставить цели и строить жизненные планы;

лучше контролировать эмоции и поведение;

преодолевать шаблоны и стереотипы мышления;

видеть больше выбора в различных ситуациях, критически мыслить;

умение продуктивно общаться, учитывая позиции другого, эффективно разрешать конфликты.

В соответствии с выдвинутыми требованиями, программа имеет тематическое планирование, методическое обеспечение (пособия, наглядность, раздаточный материал), методические разработки и поурочное планирование по отдельным темам и разделам.

В результате освоения курса «Психология личности и межличностных отношений» учащийся должен:

Знать:

основы общей психологии, психологии личности и межличностных отношений;

закономерностей становления и развития личности, структуру личности;

свои психологические особенности.

Уметь:

рефлектировать (понимать) свое состояние;

анализировать взаимоотношения в группе;

ориентироваться в таких понятиях, как «эмпатия», «рефлексия», «толерантность», «идентичность», «эмоции», «интеллект», «креативность», «группа», «лидер», «конформизм», «социальные роли и статусы» и пр.

Владеть:

методом исследования межличностных отношений в группе;

элементарными приемами психической саморегуляции;

навыками самоконтроля.

Итоговая аттестация по дисциплине предусмотрена в виде промежуточного и итогового зачета, который ставится с учетом посещения учащимися занятий и их личной активности в групповой работе.

Тематический план

Раздел	Тема	Часы			Класс
		Теоретические	Практические	Всего часов	
Раздел 1.	Проблема личности в психологии	9	3	12	10 класс
	Тема 1: Введение в общую психологию	7	3	10	
	Тема 2: Личность в психологии	2	0	2	
Раздел 2.	Личность как индивидуальность	8	5	13	
	Тема 1: Способности и задатки	3	1	4	
	Тема 2: Темперамент и характер	2	2	4	
	Тема 3: Развитие личности в онтогенезе	2	1	3	
	Тема 4: Я-концепция	1	1	2	
Раздел 3.	Личность и мотивация	5	3	8	
	Тема 1: Психические состояния и их регуляция	3	2	5	
	Тема 3: Потребности и мотивы	2	1	3	
Раздел 4.	Тренинг личностного роста	0	2	2	
Итого /часов за 10 класс:		22	13	35	
Раздел 5.	Межличностные отношения	14	19	33	11 класс
	Тема 1. Межличностное общение	4	6	10	
	Тема 2. Социальные статусы и роли	3	2	5	
	Тема 3. Лидер и группа	3	7	10	
	Тема 4. Конфликт	2	2	4	

	Тема 5. Толерантность	2	2	4
Раздел 6.	Тренинг личностного роста	0	2	2
	Итого /часов за 11 класс:	14	21	35
	ИТОГО:	36	34	70

3. Содержание тем учебного курса

РАЗДЕЛ 1: ПРОБЛЕМА ЛИЧНОСТИ В ПСИХОЛОГИИ

Тема 1. Введение в общую психологию.

Определение понятий «психология», «психика». Функции психики (отражение, регуляция). Уровни отражения психического. Понятия «объект», «субъект». Структура психических явлений.

Психические процессы: ощущение, восприятие, память, внимание, мышление, воображение, речь.

Семинарские занятия и практикумы.

Притчи и истории: Притча «О смысле жизни». Притча о мудрецах и слоне. Притча о царе Соломоне и царице Савской. Миф о Мнемозине.

Тема 2. Личность в психологии.

Соотношение понятий «индивид», «личность», «индивидуальность». Структура личности (Б. Г. Ананьев, С. Л. Рубинштейн, З. Фрейд).

Методики: Психогеометрический тест.

РАЗДЕЛ 2: ЛИЧНОСТЬ КАК ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ

Тема 1. Способности и задатки

Понятие способностей в психологии. Задатки как органические предпосылки способностей. Способности и одаренность.

Общие и специальные способности. Понятие интеллекта. Измерение интеллекта. Понятие коэффициента интеллекта. Тесты интеллекта. Роль наследственности и среды в формировании интеллекта. Интеллект и креативность. Социальный интеллект. Эмоциональный интеллект. Технический интеллект.

Семинарские занятия и практикумы.

Притчи: «Звериная школа». Притча «О мудреце и глупце».

Методики: Культурно свободный тест интеллекта Р. Кеттелла. Тест креативности Е. Торренса. Тест «Социальный интеллект» Гилфорда. Тест на измерение технического интеллекта. Логические задачи.

Тема 2. Темперамент и характер

Определение темперамента. Классические теории темперамента. Типы темперамента в истории психологии. История развития учений о темпераментах (Гиппократ, Клавдий Гален, К. Юнг, И. П. Павлов). Роль темперамента при выборе профессии. Представление об экстра- и интроверсии. Определение характера. Соотношение темперамента и характера. Черты характера. Диагностика характера и темперамента. Понятие акцентуации характера. Соотношение типов конституции и темперамента в классификациях Э. Кречмера и В. Шелдона.

Методики: Диагностика темперамента, тест Г. Айзенка, (адаптация В. М. Русалова). Характерологический опросник Леонгарда-Шмишека.

Тема 3. Развитие личности в онтогенезе

Проблема возрастной периодизации развития личности.

Периодизация развития личности (Э. Эриксон, З. Фрейд). Жизненный путь человека и психологический возраст. Кризисные периоды развития личности. Функциональная асимметрия центральной нервной системы и репрезентативные системы. Социальное и биологическое в человеке.

Методики: Методика определения психологического возраста. Тест определения репрезентативной системы.

Тема 4. Я-Концепция

Понятие «Я концепции» личности. Самооценка. Уровень притязаний.

Методики: Шкала самооценки и уровня притязаний Дембо-Рубенштейн (модификация С. Я. Прихожан). Методика измерения самооценки личности С. А. Будасси.

РАЗДЕЛ 3: ЛИЧНОСТЬ И МОТИВАЦИЯ

Тема 1. Психические состояния и их регуляция

Общее понятие об адаптации организма. Общая характеристика состояний организма и психики (релаксация, оптимальное рабочее состояние, утомление, стресс). Типы стрессоров и способы преодоления стресса. Эмоциональный стресс. Эмоции и чувства. Функции эмоций. Регуляция эмоциональных состояний.

Эмоции как процесс и как состояние. Виды эмоциональных состояний. Аффекты, стресс, тревожность, фрустрация. Понятие эмпатии. Воля, волевая регуляция.

Семинарские занятия и практикумы. Тренинг «Осторожно – стресс». Тренинг эмоций.

Методики: Тест эмоций (модификация теста Басса-Дарки). Пятна Роршаха. Релаксационные упражнения. Тест «Подвержены ли вы стрессу?».

Притчи: «Игра в прятки». Притча «О двух ангелах».

Информационный буклет «Способы саморегуляции при стрессе».

Тема 2. Потребности и мотивы

Потребности и мотивы, понятие, классификация.

Ценности, интересы, нормы как мотивационные образования. Внешняя и внутренняя мотивация. Виды потребностей. Иерархическое строение мотивационной сферы личности. Пирамида потребностей Маслоу. Самоактуализация. Личностный рост.

Семинарские занятия и практикумы.

Методики: Тест Рокича «Ценностные ориентации». Самоактуализационные тест – САТ (АЮ.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз).

РАЗДЕЛ 4: ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Тренинг личностного роста - тренинг, направленный на увеличение потенциала личности, на формирование ключевых компетенций личности (формирование мировоззрения, целеполагание, развитие коммуникативных навыков и пр.).

РАЗДЕЛ 5: МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ ОТНОШЕНИЯ

Тема 1. Межличностное общение

Предмет психологии межличностных отношений. Проблема психологического воздействия. Манипуляции. Виктивное поведение. Определение понятия «общение». Классификация видов общения. Структура общения. Транзакционный анализ общения (Э Берн). Вербальное и невербальное общение. Основные каналы невербальной коммуникации (мимика, жесты, контакт глазами, позы). Проблема интерпретации невербального поведения. Эффективное общение. Территории и зоны общения.

Коммуникативный тренинг.

Тема 2. Социальные статусы и роли

Раскрытие понятий «статус личности», «социальные роли личности». Виды статусов. Влияние статуса. Понятие «группы», «социального института». Малая большая

группа. Виды малых групп. Социометрический статус. Метод определения социометрического статуса личности (социометрия). Референтная группа.

Методика: Социометрия Дж.Морено.

Тема 3. Лидер и группа

Общие представления о лидерстве. Основные признаки лидера. Черты лидера и функции лидера в малой группе. Конформизм и групповое давление. Лидер и руководитель. Харизма, харизматические стратегии. Понятие успеха. Командообразование.

Семинарские занятия и практикумы. Тренинг «Я-лидер». Тренинг командообразования. Деловая игра «Потерпевшие кораблекрушение». Игра «Роджера». Игра «Желтые веревки». Игра «Мафия».

Тема 4. Конфликт.

Понятие «конфликт». Виды конфликта. Способы разрешения конфликтов. Тест Томаса «Поведение в конфликте».

Тема 4. Толерантность

Понятие «толерантность», «интолерантность». Черты толерантной личности.

Имитационная деловая игра. Синквейн.

Методика: Опросник «Черты толерантной личности».

РАЗДЕЛ 6: ТРЕНИНГ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА

Тренинг личностного роста - тренинг, направленный на увеличение потенциала личности, на формирование ключевых компетенций личности (формирование мировоззрения, целеполагание, развитие коммуникативных навыков и пр.).

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1 8 программ тренингов:руководство для профессионалов. Под редакцией В. А. Чикер. – Спб.: Речь, 2007.

Вуджек Том. Тренировка ума. - <http://bookimir.ru>

Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию. Курс лекций. – М.: «Юрайт», 2002.

Дружинин В.Н. Психология общих способностей. М., 1995.

Евтихов О. В. Практика психологического тренинга. – СПб: Речь, 2004.

Евтихов о. В. Тренинг лидерства: Монография. – СПб: Речь, 2007.

Иванов А. Н. Притчи и истории для тренера и консультанта. - СПб.: Речь, 2007.

Карпова Г. А. Педагогическая социометрия ученического коллектива: Метод. реком. / Урал. гос. пед. университет. - Екатеринбург, 1997.

Кен Рассел, Картер Филип. Развивайте интеллект. Упражнения для развития творческого мышления, памяти, сообразительности и интеллекта – М: Астрель, 2003

Клаус Фопель. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения / Практическое пособие для педагогов и школьных психологов. Ч. 1 – 4. *Перевод с немецкого.* – М.: «ГЕНЕЗИС», 1998

Козлова Е. Г. Сказки и подсказки (задачи для математического кружка). Издание 2-е, испр. и доп. — М.: МЦНМО, 2004.

Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет. – М., 1998.

Общая психология: Учебник для вузов / А. Маклаков. – СПб: Питер, 2003.

Практическая психология: Учебник. Под ред. д-ра психол. наук, проф., акад. БПА М. К. Тутушкиной — 4-е изд., перераб., доп. — СПб.: «Дидактика Плюс», - 2001.

Психология личности: Тексты. / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. М., - 1982.

Психология эмоций: Тексты. / Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б., Гиппенрейтер. М., - 1993.

Фильмы для индивидуального просмотра:

1. Малышка на миллион
2. Форест Гамп
3. Человек дождя
4. Суррогаты
5. Лабиринты Фавна
6. Крупная рыба

7. Загадочна история Бенджамина Баттона

8. Оскар и женщина в розовом

9. Реквием по мечте

Материально – техническое и дидактическое обеспечение дисциплины

При изучении дисциплины рекомендуется использовать:

Учебно-наглядные пособия (схемы, таблицы).

Методики диагностики личностных особенностей.

Бланки опросников.

Аудиовизуальные средства (мультимедийные презентации).

Притчи.

Адрес публикации: <https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/170796-programma-dlja-10-11-klassov-psiologija-lich>